

Кэтрин А. Лист, Досси Истон Этика бл**ства



ZekaPP
«Этика бл**ства»: Гаятри; Москва; 2006
ISBN 5-9689-0061-X

Аннотация

*В русском языке, как, впрочем, и во многих других, самое ёмкое и точное определение человека (особенно женщины!), на знамёнах которого начертано «секс прекрасен, а удовольствие полезно», – как правило, нецензурно. Цель этой книги – не столько смягчить негативный оттенок слова «бл**ство», сколько подробно обсудить все нюансы стиля жизни тех, кто мечтает объять необъятное – весь секс, любовь и дружбу, какие можно вместить в пределах одной человеческой жизни.*

*«Этика бл**ства» – это исчерпывающее руководство для успешной -и этичной! – практики полигамии: от ведения дневника свиданий и менеджмента ревности до точного и осознанного поиска партнеров и мудрого разрешения конфликтов, от воспитания детей до заботы о здоровье – своем и своих многочисленных любимых. Если ваша жизнь представляется вам за рамками традиционной пожизненной моногамии, эта книга написана и издана для вас.*

Кэтрин А. Лист – писатель и просветитель в сфере сексуальности, директор издательства Greenery Press. Автор и соавтор более десятка книг.

Досси Истон – семейный психотерапевт, соавтор четырех книг, написанных совместно с Кэтрин Лист.

Досси Истон, Кэтрин А. Лист Этика бл**ства

Часть первая. НАЕДИНЕ С СОБОЙ

Глава 1. ЭТИЧНАЯ БЛЯДЬ – КТО ОН(А)?

Многие мечтают о свободной половой жизни – о том, чтобы секса, любви и дружбы было столько, сколько нужно. Однако большинство даже не пытается что-либо сделать, полагая, что подобный образ жизни недостижим. Многие из тех, кто все же решается, сдаются на полпути, встретив непреодолимые – или слишком серьезные для них – препятствия. И только немногим настойчивым открывается, что сексуальная связь со многими людьми не только возможна, но и куда более прекрасна, чем они могли представить.

Между тем уже много десятилетий люди пользуются преимуществами свободной любви – не особенно афишируя свой образ жизни. В этой книге мы расскажем о том, как же им это удается.

Кто же такая этическая блядь? Это мы. И многие-многие другие. Возможно, вы тоже. Если вы мечтаете о свободе, о сексе, об изобилии друзей и флирта, если вы мечтаете идти за своими желаниями и смотреть, куда они приведут, – вы сделали первый шаг.

ПОЧЕМУ МЫ ВЫБРАЛИ ТАКОЕ НАЗВАНИЕ

Пожалуй, как только вы увидели эту книгу или услышали о ней, то догадались, что некоторые термины используются здесь не в том значении, к которому вы привыкли.

Кому бы понравилось называться блядью? Да и с чего отстаивать свою этичность?

Как правило, слово «блядь» считается оскорбительным и употребляется по отношению к сексуально ненасытной, неразборчивой и бесчестной женщине. Стоит заметить, что аналогичное слово «жеребец», обозначающее сексуально активного мужчину, воспринимается с одобрением и даже с завистью. Говоря о моральных качествах мужчины, чаще всего упоминают честность, преданность, прямоту и высокие принципы. Когда же речь о женщине, вам, скорее всего, расскажут, с кем она трахается и на каких условиях. Нам это, мягко говоря, не по душе.

Мы с гордостью представляем вам слово «блядь» в новом значении – одобрительном и даже ласковом. Для нас блядь – это любой человек, обладающий храбростью жить согласно принципу: *секс прекрасен, а удовольствие полезно*. Блядь – может заниматься сексом только с собой или с ротой солдат. Блядью может быть гетеро-, гомо- или бисексуал, радикальный активист или мирный обыватель.

Как настоящие бляди мы верим: секс и плотская любовь – фундаментальные силы добра, способные укрепить связи между людьми, улучшить качество жизни, повысить уровень осознанности и даже изменить мир. Путь сексуальности – если выбрать его осознанно и следовать ему внимательно – может стать позитивной, созидательной силой в жизни общества и каждого из нас.

Блядь делится сексуальностью, как филантроп деньгами: у обоих есть чем поделиться, оба счастливы это сделать – а когда мы делимся, мир становится лучше. Бляди знают: чем больше любви и секса они отдают, тем больше получают – прямо как в библейской истории о чуде с хлебами и рыбой, когда жадность и щедрость идут рука об руку и все от этого выигрывают. Только представьте себе жизнь в изобилии секса!

Сексуальный авантюризм

Общество считает, что бляди – это опустившиеся, деградирующие, неразборчивые, пресытившиеся, безнравственные авантюристы, потерявшие контроль, что движет ими некая форма психопатологии, не позволяющая вступить в здоровые моногамные отношения. И, конечно, здесь не может быть и речи об этике.

Мы же считаем себя людьми, преданными поиску здравомыслия в сексе, а также личной свободе – свободе упиваться сексуальностью и делиться ею всеми способами, которые нам подходят. Понять, что подходит, а что нет, можно только на собственном опыте – поэтому мы

любопытны и готовы к приключениям. Нам нравится иметь возможность отреагировать на каждого, кого мы считаем привлекательным, и, наблюдая за чувствами, которые он пробуждает в нас, открывать нечто особенное в этом человеке. Мы любим строить и поддерживать отношения, мы коммуникабельны, окружены совершенно разными людьми и получаем удовольствие от того, что различия между нами расширяют наш кругозор и открывают новые способы быть собой.

Бляди хотят многого: разнообразия сексуальных проявлений, контактов с разными людьми – возможно, с мужчинами и женщинами одновременно. Нам любопытно: что будет, если объединить энергию четверых или пятерых в зажигательной интимной встрече? Что будет, если вступить в физическую близость с той, кого я десять лет считаю лучшей подругой? Как это будет вон с тем, настолько не похожим на меня человеком? Некоторые из нас обнаруживают новые проявления своей личности, занимаясь сексом с разными партнерами. Для некоторых достаточно флирта, который они считают видом искусства, другие превращают в искусство сам секс. И все мы – любим приключения.

Когда Досси была молодой и не понимала, что является блядью, ее завораживали представители различных культур, населяющих города Америки. Свое сексуальное любопытство она называла уникальным способом межкультурных антропологических исследований.

Я восхищалась новыми, не похожими на меня людьми: я очень многому научилась у тех, кто вырос в среде большей эмоциональной и сексуальной открытости, чем я, а также у тех, кто находил красоту там, где я ее никогда не искала. Я выросла в маленьком городке в Новой Англии, где не было никакого разнообразия – его населяли консервативные, суровые протестанты.

Изучая людей, я получила ответы на многие вопросы, поставленные передо мной воспитанием и стереотипами общества, в котором я выросла. Я узнала, что могу вести себя иначе – именно так, как подходит мне.

Конечно, сексуальные похождения Досси в Нью-Йорке частенько были рискованными. Но, по ее словам, они того стоили. Для некоторых из нас блядство – это важная часть индивидуальности, способ понять, кто мы есть.

Мы можем измениться – это один из самых ценных уроков, который преподносит сексуально свободный образ жизни. Подвергая сомнению то, что нам твердили о сексуальности, мы начинаем редактировать и переписывать старые программы. Нарушая правила, мы становимся свободнее и сильнее.

Кэтрин вспоминает, как узнала, что существуют такие мужчины – геи:

Мне было восемь или девять, но я уже тогда понимала подтекст того, о чем слышала: что этим людям не место в моем уютном пригороде, что они занимаются сексом друг с другом, хотя многие считают, что им нельзя этого делать; что они необязательно женятся и не всегда занимаются сексом только с одним человеком; что есть определенные места, где они собираются и заботятся друг о друге, потому что обычные люди не хотят их видеть рядом с собой. И я сразу почувствовала: «О! Они такие, как я». Мне понадобилось двадцать лет, чтобы открыто признать себя блядью, и еще десять, чтобы объявить о своей бисексуальной ориентации, но было во всем этом нечто такое, что я поняла и на что откликнулась глубоко внутри уже тогда.

С точки зрения бляди

Как все это выглядит с точки зрения бляди? Прежде всего, мы воспринимаем себя как личности – с достоинствами, недостатками, отличительными чертами. Мы те, кто любит секс и различные типы людей. Мы – не спортсмены от секса, хотя тренируемся больше других. Хороший секс – это не чемпионат мира. Мы ценим секс за удовольствие и за прекрасно проведенное время в компании замечательных людей.

Мы любим приключения. Опять же, о таких часто говорят свысока, мол, они незрелые, неискренние, не могут «повзрослеть», «остепениться» и начать моногамную жизнь. Но что плохого в приключениях? Неужели нельзя наслаждаться ими, одновременно воспитывая детей, покупая дома и занимаясь карьерой? Еще как можно – блядям тоже выдают кредиты. Нам нравится усложнять себе жизнь, ведь от этого она становится намного интереснее.

Мы ненавидим скуку. Мы хотим получать от жизни все и делиться тем, что имеем. Мы стремимся, чтобы всем было хорошо.

Сексуальное многообразие

Эта книга написана для: гетеро-, гомо-, би- и пансексуалов, мужчин, женщин, трансвеститов и всех остальных. Поэтому мы будем пользоваться не совсем привычным для некоторых читателей языком. Мы нарочно перемешали местоимения мужского и женского рода, потому что по горло сыты такими построениями, как «он(а)». Мы предлагаем подставлять местоимения, подходящие именно вам, вашим отношениям: мы же намерены радоваться сексуальному многообразию, каким бы оно ни было.

Об авторах

Скажем по секрету, мы представляем собой немалый кусок пирога под названием «сексуальное многообразие». Досси сперва считала себя гетеросексуальной, потом бисексуальной, а последние шестнадцать лет – лесбиянкой: но как бы там ни было, она всегда оставалась блядью. Двадцать семь лет назад Досси выбрала сексуально свободный образ жизни и примерно половину этого времени провела без основного партнера. Сейчас она живет с изумительной женщиной и работает психологом-консультантом, специалистом по отношениям и нетрадиционным половым предпочтениям. Кэтрин в студенческие годы была блядью, затем вступила в гетеросексуальный брак и десять лет провела в моногамии. После развода она признала себя бисексуалкой, а сейчас живет в гражданском браке с мужчиной, поддерживая отношения с любовницей. Кэтрин пишет книги (под этим именем и под псевдонимом «Леди Грин») и управляет издательством, благодаря которому эта книга попала к вам в руки. У обеих из нас есть взрослые или почти взрослые дети. Мы поддерживаем сексуальные контакты друг с другом и с обширным кругом друзей и любовников.

Вот пара сценок из нашей жизни – минута горечи и минута радости – которые мы выбрали, чтобы показать вам, как и почему мы живем так, как живем.

*Досси: Уже поздно, а моей любимой все нет. Надеюсь, ей уже лучше, ведь утром она ушла в слезах. Вчера мы обе плакали допоздна, у меня до сих пор болят глаза. Надеюсь, она не будет слишком злиться на меня, хотя это стерпеть легче, чем когда ей больно. Вчера мне казалось, что от ее боли мое сердце вот-вот разобьется. *И это – моя вина, мой выбор, моя ответственность. Большинству людей причины, по которым я заставляю свою любимую проходить через все это, показались бы легкомысленными, а то и безнравственными. Я заставляю любимого человека страдать, потому что ненавижу моногамию.**

Я ненавижу моногамию уже двадцать семь лет, с тех пор как порвала с отцом своей дочери, который обращался со мной очень жестоко. Чтобы только выбраться за дверь, я, беременная, усыпанная синяками, обещала что угодно, лгала, что позвоню родителям и займу у них денег. Когда мне все-таки удалось сбежать, Джо грозился, что покончит с собой, и даже пытался убить меня – однажды он почти нашел нас и поджег дом, думая, что мы внутри.

Джо был ревнивцем. Поначалу это привлекало меня и убеждало, что я ему небезразлична...

Вернулась моя любимая. Принесла мне цветок. Но все еще не хочет обняться. Ей кажется, что в дом ворвались чужеродные силы. Я навела чистоту и порядок, приготовила ужин и пойду на все, на любые уступки, лишь бы стало хоть чуточку легче. Она не хочет в кино, не хочется есть, она, пожалуй, примет душ.

Джо был очень ревнивым. Я – образцом верности. Он избивал меня, обзывал блядью, стоило постороннему мужчине взглянуть на меня. А когда я ушла от него, то решила, что он прав – я и правда блядь, я хочу ею быть и больше никому не пообещаю моногамии. В конце концов, кому какое дело до того, с кем я трахаюсь? Я больше не намерена быть чьей-то собственностью, как бы высоко это ни ценилось.

Джо сделал меня феминисткой. Феминисткой-блядью. Это случилось в 1969 году в Сан-Франциско, я решила изобрести новый стиль жизни. Меня достало, что я всего лишь украшение мужчины, да и тихони-домохозяйки из меня не вышло. Я люблю выигрывать в шахматы и вести философские беседы. Я часто говорю больше, чем слушаю. Я очень хотела стать свободной и просто заниматься сексом – по любому поводу, с любым понравившимся человеком. Я хотела ощутить себя сильной и независимой от рыцарей в сверкающих доспехах,

поэтому пообещала себе не заводить серьезных отношений в течение пяти лет, чтобы понять, кто я, когда сама управляю своей жизнью. Я сделала свободу своим мировоззрением. *Моя любимая гладит собаку. Боже, как нам обеим тяжело. И зачем я настояла? Я не сгораю от неудовлетворенной страсти. Даже нет особенного возбуждения, я не схожу сума по Кэтрин и только по ней. Однако между мной и Кэтрин всегда была сексуальная связь – это важно для нас как для соавторов и ближайших подруг. Так что мы терпеливо ждем, когда моя новая возлюбленная будет готова позволить нам продолжить эту связь. Ужасы группового секса ее уже не пугают: завтра в гости придет еще одна пара ~ поужинать и подергать меня за уши в честь дня рождения; она сама решила их пригласить. К собственному удивлению, она без смущения участвовала в оргиях. В последний год она перепробовала в сексе больше, чем за предыдущие сорок восемь, и чувствовала себя как рыба в воде. За исключением...*

За исключением того, чтобы ее любимая пошла на свидание. Ей тяжело принять, что я буду заниматься сексом без нее, тяжело чувствовать себя покинутой, тяжело, что это будет у нас дома, а не на нейтральной территории. Может быть, я совершила ошибку. Может быть, я часто ошибаюсь.

Она не хочет подходить ко мне. Воздух сгустился от боли, ее голос полон злости – как я могла ее так обидеть? Боже, терпеть не могу подобных ситуаций.

Семья приняла ее с распростертыми объятиями. Когда двадцать пять лет назад я решила жить по-новому, то поняла, что не позволю своей внутренней уверенности зависеть от отношений, а уж тем более от верности партнера. Джо изменял мне, я знала, но не очень волновалась по этому поводу. Я предполагала, что так будет. Мне не нравилось расхожее мнение, будто уверенность в себе и чувство собственного достоинства зависят от положения в обществе привлеченного мной мужчины. Будто у меня самой нет никакого положения. Я торжественно пообещала отыскать источник этой самой уверенности внутри себя, в непоколебимости собственного «я», которая, как я думала, кроется в самоуважении и принятии себя. Но как насчет других людей? Как насчет поддержки? Любви?

В 1969 году в Сан-Франциско была масса общин, и я подумала, что получу поддержку в своей большой семье, в группе единомышленников, с каждым из которых меня связывали дружба, совместное проживание, воспитание детей и/или секс. И у меня получилось. Благодаря открытости, готовности к любым отношениям кроме супружеских, я оказалась в совершенно новом окружении. Я перезнакомила своих любовников, и многие из них понравились друг другу. Они получали новый опыт. Мужчины знакомились с женщинами, геи с лесбиянками, между людьми возникали новые связи. С двумя одинокими матерями (после «лета любви» нас было немало) мы поселились в доме, который называли «Дамской вольницей».

Свободные любовники часто объединяются в группы, имеющие свои обычаи и даже своего рода культуру. Согласно обычаю, мы видим в новых любовниках не соперников, а пополнение общины. Причем в самом прямом смысле – я помню, как-то переспала с такой же сексуально общительной женщиной, как я, после чего мы поспешили убедиться, что можем теперь заниматься сексом с партнерами друг друга: добро пожаловать в семью.

Моя любимая готова поговорить. Она злится. Она в ярости. Винит меня за каждую пугающую мысль, что приходила ей сегодня в голову, негодует, что я оставила ее беззащитной перед собственными чувствами; конечно, она такого не говорила, это мое толкование. Конечно, я тоже не сказала об этом – сейчас не время напоминать ей о необходимости соблюдать границы и нести ответственность за свои чувства. Я слушала. В этот раз я слушала, не перебивая, и лишь пыталась напомнить, что люблю ее, чувствующее страдания и готова разделить их – это очень больно. Она злится на меня, а я не позволяю себе защищаться, только страдать.

У этой истории нет красивого конца – мы проговорили многие часы, вернее, говорила она, а я слушала, как ей тяжело, как она чувствует посягательство со стороны, как дом стал для нее чужим, как она боится не понравиться моей любовнице, как чувствует, будто мы обе настроены против нее, как ей страшно, что я ее брошу. Мы не говорили друг другу простых банальностей, из которых складываются диалоги в книгах, мы изливали муку и боль, а потом в изнеможении легли спать. Утром нам полегчало, но не до конца – мы возвращались к разговору в течение нескольких дней. Вечеринка по случаю моего дня рождения немного разрядила обстановку,

последующая встреча с Кэтрин и ее девушкой тоже помогла, но все равно это было непросто. *Мы до сих пор любим друг друга и до сих пор работаем над собой. Мы преданы друг другу и намерены преодолевать различия между нами, уважая чувства партнера и свои собственные. Время от времени мне становится страшно, что любимая бросит меня – всего лишь потому, что я ненавижу моногамию.*

Кэтрин: *Я в спальне. Спутник моей жизни в душе – смывает соки другой женщины и собирается на работу – он преподает в вечернем классе. И что же, спросите вы, я чувствую по этому поводу?*

Ну, хотелось бы, конечно, чтобы он вылез из душа и выключил телевизор, а то я не могу сосредоточиться. Я рада, что соседка, моя любовница, беседует с той женщиной – мне не приходится отрываться от работы, чтобы развлечь гостью. В остальном я чувствую себя отлично, наслаждаюсь спокойствием, пишу и лениво раздумываю, что приготовить детям на ужин.

Уверена, что для большинства это невыносимо. По идее, я должна чувствовать себя покинутой и уязвленной, утопать в волнах ярости и ревности. Если бы умела – швырять в него чем попало, рыдать и грозиться уйти. Так что же со мной не так?

Что бы это ни было, я живу так много лет. Первую ночь со своим, тогда еще будущим, мужем я провела потому, что моя лучшая подруга, которая приехала, чтобы подвезти меня к врачу на следующий день, спала с моим парнем – с моего искреннего одобрения. В студенческие годы мы с друзьями делились любовниками легко и щедро, словно чипсами.

А потом мне исполнилось двадцать, и я, сама того не желая и не осознавая, начала превращаться в «нормального» человека. Мы поженились в церкви его родителей. Завели двоих детей. Купили дом, потом переехали в другой, побольше. Мы работали дни напролет. Я даже не помню, чтобы мы хоть раз обсудили, хотим ли быть моногамными – мы просто были. Десять лет спустя я словно очнулась и обнаружила, что я – блядь, запертая в скучном пригороде.

Я начала подвергать сомнению все, что мы принимали как должное. А что, если бы я встречалась с другими людьми, но не занималась с ними сексом? Или привела любовницу для нас обоих? Нет, нет и нет. Ему это не подходило. Я все сильнее ощущала себя в ловушке. А он – что я им пользуюсь. Наконец, с горьким чувством неизбежности мы расстались – (почти) друзьями.

И вдруг ~ мир обернулся полной чашей. Очень скоро я заметила, что женщина, заинтересованная в сексе, но не в браке, мгновенно набирает популярность. У меня впервые появилась любовница, я впервые попробовала секс втроем. Через некоторое время я оказалась в замечательном кругу «приятелей по сексу» – людей, которые мне нравились и с которыми можно было сходить в кино, пообедать, потрахаться или поболтать. Я помню, как рассказала сотруднице – женщине гораздо более привлекательной и обеспеченной, – что с тех пор, как мой брак распался, я ни разу не провела выходные в одиночестве – если сама этого не хотела. А она, измученная тщетными поисками мужа, не могла мне поверить. Тогда мне не хватало слов, чтобы объяснить ей, насколько счастливым, привлекательным и невинным может сделать человека свободный секс.

Посреди этого уютного зверинца объявился мой новый партнер. Мы страстно влюбились чуть ли ни с первого взгляда, но даже не думали о возможности моногамии: я с такой же легкостью вошла в свободные отношения, как пятнадцатью годами ранее в традиционные. Я всем говорю, что до нашей встречи мы так привыкли встречаться с разными людьми, что потом просто забыли остановиться. (Он никогда не был моногамным и не собирался начинать, а мне моего опыта хватит на несколько жизней.)

Он познакомился со всеми моими любовниками. С некоторыми он нашел общий язык, с некоторыми нет, но никогда не просил меня жить иначе. Я тоже познакомилась с его любовниками и переспала с некоторыми из них.

Это было почти семь лет назад. С тех пор у нас были любовники, которые прошли через постель одного из нас, только для того чтобы стать лучшими друзьями другого; любовники, которые стали настолько близкими людьми, что переехали к нам жить; любовники, которые помогли нам публиковать книги, воспитывать детей, разбираться в жизни, да и просто отрываться. Мы оба и каждый по отдельности встречали случайных приятелей по сексу,

близких преданных друзей, страстные романтические увлечения. И пока – надеюсь, так будет и дальше – у нас все получается.

Когда кто-то утверждает, что предпочитает моногамию, потому что любые другие отношения – это «слишком сложно», мне этого не понять. Я попробовала и то и другое, и во мне не осталось ни капли сомнений в том, что сложнее для меня.

Тем временем мой мужчина вышел из душа, чистый и счастливый. (Да, телевизор выключен, а на ужин я решила сделать фасоль.) Я спросила его: «Ну как, тебе понравилось?» Он улыбнулся и кивнул. «А ей?» Он улыбнулся шире и с чувством кивнул еще раз. Вот и все. Мы поцеловались на прощание, сказали, что любим друг друга, и он ушел на работу. Может быть, со мной и правда что-то «не так», но надеюсь, что так будет всегда.

Глава 2. ПРАВСТВЕННЫЕ ЦЕННОСТИ И ЭТИКА

Ценности: самоотречение или удовлетворение?

Дипломная работа Досси называлась так: «Секс прекрасен, а удовольствие – полезно». Сейчас подобное утверждение не менее радикально, чем в семидесятых, когда Досси писала свою работу.

Наше общество прямо-таки преклоняется перед самоотречением: любой, кто без угрызений совести удовлетворяет свои желания – поест, отдохнуть или заняться сексом – считается незрелым, отвратительным и даже грешником. Пусть другие авторы говорят об анорексии и трудоголизме, мы же утверждаем, что секс-негативизм и жизнь без секса попросту вредны. Они приводят к таким последствиям, как отвращение к себе, ненависть к своему телу и сексуальности, страх и чувство вины по отношению к сексуальным желаниям.

Нас окружают люди, израненные страхом, стыдом и ненавистью к проявлениям своей сексуальности. Мы убеждены, что счастливый секс между понимающими друг друга людьми может залечить эти раны, что он очень важен, может быть, даже необходим, чтобы ощутить уверенность в себе и прелесть жизни. Мы не встречали человека, который в момент оргазма страдает от низкой самооценки. **Нужны ли «причины» для секса?**

Скажите случайному прохожему, что секс прекрасен, а удовольствие – полезно, и вы наверняка услышите в ответ бессвязные бормотания, возражения и всяческие «да, но...» – СПИД, нежелательная беременность, изнасилование, использование сексуального влечения в рекламе и так далее. Все это не меняет главного.

На свете нет ничего прекрасного, чем нельзя было бы злоупотребить, если уж вы решились на такое: семейные узы можно нарушить, сексуальным влечением воспользоваться. Даже шоколадом можно объесться. Сам источник удовольствия от этого не становится менее чудесным: ведь опасность кроется не в нем, а в побуждении того, кто им злоупотребляет.

Неприязнь к сексу и наслаждению в нашем обществе уходит корнями к его основателям – пуританам, не доверявшим удовольствию ради удовольствия. Это недоверие и по сей день выражается в доводах, что привел наш воображаемый случайный прохожий. А если бы не было венерических заболеваний, незапланированной беременности, если бы секс происходил по взаимному согласию и дарил только радость, как бы люди к нему относились? А вы?

Стоит заглянуть поглубже, и вы непременно отыщете в себе остатки секс-негативизма, который нередко скрывается под такими осуждающими словечками, как «распушенность», «гедонизм», «упадочничество», «бесполезность». (Даже мы, самые что ни на есть убежденные бляди, то и дело ощущаем подобное влияние общественного мнения.)

Даже те, кто положительно относятся к сексу и считают себя свободными от предрассудков, нередко попадают в ловушку иного рода – они пытаются оправдать целесообразность секса. Снятие физического напряжения, облегчение менструальных болей, поддержание психического здоровья, предупреждение заболеваний простаты, зачатие детей, укрепление отношений и прочее – все это превосходные цели и отличные дополнительные преимущества. Но суть секса не в этом. Его суть – в удовольствии, которое уже является полноценной и достойной целью. Люди занимаются сексом потому, что им это нравится – и от этого начинают нравиться самим себе. Польза удовольствия – одна из основных ценностей этичного блядства.

Этика

Мы – этичные люди, этичные бляди. Нам важно хорошо относиться к людям и никому не причинять страданий. Наша этика основана на внутреннем чутье, на умении сопереживать, на любви к окружающим. Мы не можем позволить себе ранить другого человека, потому что тогда нам самим становится больно и совестно.

Этичное блядство – не самый легкий путь: нет у нас полиа-морной Мисс Этикет, которая подскажет, как в той или иной ситуации поступить любезно и уважительно, поэтому угадывать приходится на ходу. Однако вы, вероятно, уже поняли, что быть блядью – вовсе не значит просто делать, что хочется, когда хочется и с кем хочется.

И все-таки, как остаться порядочным человеком в этом запутанном мире свободного секса, где все, чему учили мама, священник, супруг и телевидение, скорее всего, не подойдет?

Большинство правил, которых мы придерживаемся, исключительно практичны. Причинит ли это вред кому-либо? Можно ли избежать этого вреда? Опасно ли это? Понимает ли каждый участник, на что идет, и делает ли все возможное, чтобы обезопасить себя и остальных?

И с позитивной стороны: насколько это приятно? Чему это научит каждого из участников? Поможет ли это кому-то развиваться? Станет ли мир от этого лучше?

Превыше всего бляди ценят *согласие*. Под этим словом – а мы будем часто его употреблять – подразумевается «всеобщее активное участие ради блага, пользы и удовольствия каждого участника». Если кого-либо запугивают, принуждают, шантажируют, обманывают, кем-либо манипулируют или пренебрегают – если нет согласия, происходящее нельзя назвать согласованным. А несогласованный секс не может быть этичным – и точка.

Этичные бляди *честны* с другими и собой. Мы не действуем сгоряча, а пытаемся разобраться в чувствах и побуждениях, распутать их, прояснить, если необходимо. После чего рассказываем о них тем, кто хочет услышать. Мы делаем все возможное, чтобы не позволить страхам или застенчивости помешать честности, и верим, что партнеры будут продолжать любить и уважать нас со всеми нашими недостатками.

Этичные бляди *осознают последствия* своих сексуальных предпочтений. Мы понимаем, что эмоции, воспитание и нормы общественной морали зачастую противоречат сексуальным желаниям. И мы сознательно поддерживаем партнеров и самих себя в честном и благородном разрешении этих противоречий.

Мы не позволяем своим сексуальным предпочтениям нежелательным образом влиять на тех, кто не согласился участвовать. Мы *уважаем* чувства других людей, а если не уверены, что они чувствуют, то спрашиваем.

Этичные бляди понимают разницу между тем, чем могут и должны управлять, и тем, чем не могут. Пусть иногда мы чувствуем ревность или обиду, мы *отвечаем за эти чувства* – стараемся никого не обвинять и не контролировать, вместо этого просим поддержать нас, помочь ощутить себя защищенными и любимыми.

Это не так уж просто, но мы готовы прийти на помощь. Мы для того и написали эту книгу, чтобы помочь вам стать этичной блядью.

Наше моногамно-центристское общество считает, будто все отношения – а значит, и секс – существуют исключительно для того, чтобы найти пару на всю жизнь, а если не получилось – значит отношения не удалась. Мы с этим не согласны.

Мы полагаем, что секс, несомненно, помогает укрепить любовь, преданность, стабильность, если вы этого ищете. Но вряд ли это все, ради чего стоит заниматься сексом. Мы верим, что отношения нужно ценить за все, чем они ценны, – с виду тавтология, но в этом есть смысл.

Отношения могут быть ценными, когда просто дарят сексуальное удовольствие – нет ничего зазорного в сексе ради секса. А могут – когда секс открывает путь к другим замечательным вещам: близости, пониманию, дружбе, даже романтической любви, – но это не делает просто хороший секс менее значимым.

Сексуальные отношения могут продлиться час или два. Это все-таки отношения: участники относились друг к другу как партнеры, друзья и/или любовники на протяжении какого-то времени. Долговечность – не лучший критерий, по которому можно оценивать успешность отношений. Как написала Эдна Сент-Винсент Миллей:

Стоит ли, мой друг былой, Говорить напрасно, Что была то не любовь, Коль она угасла?

Секс на одну ночь может взбудоражить, оживить, принести удовлетворение – равно как и любовь на всю жизнь. Поэтому, даже предпочитая одни отношения другим, этичные бляди верят, что любые отношения могут научить чему-либо, затронуть наши чувства и прежде всего – доставить удовольствие.

СЕКС И ОТНОШЕНИЯ

Наш друг Джеймс говорит: «Я уверен, что у каждого человека, с которым вы встречаетесь, есть для вас послание. Избегая отношений с этим человеком, вы упускаете свое послание». Досси помнит фразу из интервью 1967 года с молодыми «детьми цветов», лаконичнее всего выражающую смысл этичного блядства: «Мы верим в секс с любимым, кого любишь... и верим в любовь ко всем!»

Видите? Чтобы быть этичным человеком, не нужно заповедей. Достаточно искренности, сочувствия, предусмотрительности, честности, благоразумия и уважения.

Глава 3. СТАРЫЕ И НОВЫЕ УБЕЖДЕНИЯ

Вы, конечно, без нас знаете, что мир не очень-то жалуется блядей и любителей сексуальных экспериментов. В этой главе мы обсудим некоторые мнения, которые «помогли» огромному количеству блядей возненавидеть себя. Читая, задумайтесь, как эти взгляды характеризуют общество, в котором вы живете.

«Неразборчивые»

Это значит, у нас слишком много сексуальных партнеров. Это слово принесло блядям больше несчастий, чем любое другое. (Между прочим, нас оно возмущает, ведь мы всегда отличаем своих партнеров друг от друга.)

Мы считаем, что секса много не бывает, за исключением редких счастливых моментов, когда выбор превышает возможности, и что этика, о которой идет речь, никак не связана с умеренностью или воздержанием. Кинзи однажды сказал, что «нимфоманка» – это женщина, которая «занимается сексом чаще вас».

Разве мало секса каким-то образом добродетельнее, чем много? Мы думаем нет. Этичность бляди измеряется не количеством партнеров, а уважением и заботой, которые она к ним проявляет.

«Безнравственные»

Общество учит нас, что бляди – злые, безответственные, безнравственные и разрушительные, прямо как Иезавель, Каза-нова или Дон Жуан. Берегитесь! Блядь из мифов – существо жадное и коварное, только и смотрит, как лишить партнеров чести, достоинства и благосостояния. В какой-то мере этот прообраз основан на восприятии секса как товара, монеты, которой расплачиваешься за что-то – за стабильность, за детей, за обручальное кольцо – остальные сделки считались обманом и предательством. (Когда Досси выздоравливала после неудачно сделанного аборта, дружелюбная медсестра попыталась успокоить ее: «Знаю, милая, они всегда обещают жениться». Досси сдержалась и не стала говорить медсестре, что ей и в голову бы не пришло выходить замуж за неэтичного блядуна, который к тому времени трусливо смылся.)

Среди наших знакомых Иезавели и Казановы встречаются редко, да и невелика, видать, радость для вора – спереть то, что и так предлагается даром. Мы не боимся, что секс потеряет ценность, стоит им с кем-нибудь поделиться.

«Грешники»

Восприятие этики некоторыми людьми основано на том, что одобряет Бог, церковь, родители или культура. Они уверены, что быть хорошим человеком – значит подчиняться установленным свыше правилам. Досси вспоминает, как объясняла друзьям семьи, почему ушла из церкви своих родителей: она просто не могла поверить, что справедливый Бог наказал бы ее тетю за (вполне оправданный) развод. Друзья были весьма консервативными, преклонного возраста. Один из них спросил: «Если не веришь, что Бог тебя накажет, почему бы тебе не пойти убивать людей?» Досси пояснила: ее внутреннее чутье, умение сочувствовать другим и желание нравиться себе подсказывают, что причинить вред кому-то – значит

поступить отвратительно.

Верить, что Бог не любит секс, – все равно что верить, будто он не любит вас: все мы втайне стыдимся абсолютно естественного сексуального желания и его удовлетворения. Нам больше по душе вера нашей знакомой, регулярно посещающей церковь. Она рассказала, как в пять лет, во время долгой семейной поездки, под теплым пледом на заднем сиденьи автомобиля открыла радости мастурбации. Было так приятно, что она решила: раз Бог подарил ей клитор, значит любит ее.

«Психопаты»

В конце XIX века, в первых психологических исследованиях сексуального поведения, Краффт-Эбинг и Фрейд попытались призвать людей к терпимости на основе теории, что бляди не плохие, а больные, страдающие психопатологией по вине родителей, которые отрицательно повлияли на их половое развитие, когда приучали к туалету. Поэтому, теоретически, теперь блядей нужно не приговаривать к сожжению, а отправлять в психиатрические больницы, где обстановка лишает их возможности сексуального самовыражения.

В начале шестидесятых, когда мы были детьми, наших сверстников нередко признавали душевнобольными и запирали на «лечение» от «расстройств» – сексуальных проявлений, особенно если это были геи, лесбиянки или девушки, которые подвергали опасности свою рыночную ценность – девственность. Гетеросексуальных парней это не касалось – никто не пытался искать у них болезни и мешать им заниматься сексом до совершеннолетия.

Задумайтесь, нимфоманию никогда не приписывают мужчинам. Только женщин, которые сами решают, как долго заниматься сексом, считают опасными и больными. Досси отмечает, что за тридцать лет сексуального радикализма она встретила только один случай, когда сексуальные потребности женщины были столь неуемными и беспорядочными, что разрушительно влияли на ее жизнь, а значит, соответствовали определению нимфомании. А некоторые ее пациентки считают себя нимфоманками только потому, что мастурбируют каждый день.

«Зависимые»

В последнее время мы часто слышим о сексуальной зависимости и избегании близких отношений. Сексуально зависимыми обычно называют людей, которые используют секс, чтобы удовлетворить другие нужды, например, избавиться от страхов и беспокойства или самоутвердиться. У них бывает навязчивое стремление «набрать очки», добиться как можно большего количества партнеров или снова и снова убеждаться в своей привлекательности, поскольку они в ней постоянно сомневаются.

Секс способен стать орудием злоупотребления, если используется как замена пониманию, эмоциональной связи или ощущения внутренней защищенности, основанного на развитой самооценке. Некоторые жертвы сексуального насилия были, что называется, «сексуализированы» в детстве – когда домогательства были единственным проявлением внимания, поддержки и привязанности со стороны взрослых. Таким людям нужно искать новые способы удовлетворения потребностей. С другой стороны, «сексуально зависимые» – просто новая формулировка, которая используется обществом для

Если вы сталкиваетесь с чем-либо из упомянутого, подумайте: какой вы видите свою половую жизнь в будущем. Некоторые психологи скажут, что любая свобода в сексе – ненормальна, нездорова и «подпитывает зависимость»; мы советуем доверять своим ощущениям и поискать поддержку где-нибудь еще. Если ваша цель – моногамные отношения, отлично; если вы хотите перестать подменять сексом дружеские чувства или изменить любую другую модель поведения – тоже замечательно. Мы не согласны с тем, что люди, которые избавились от сексуальной зависимости, должны быть моногамными помимо своей воли.

«Доступные»

А чем, интересно, так добродетельны недотроги?

МИФЫ О БЛЯДЯХ

Еще одна трудность, с которой сталкиваются этичные бляди, – «диктатура большинства». То есть то, что «всем известно», считается безоговорочной истиной. Многие из общественных установок стали почти незаметными: люди принимают их, как воздух, которым дышат, и землю, по которой ходят. Подвергать сомнению то, что «всем известно», бывает трудно, но мы

считаем, что старания окупаются с лихвой: задавать вопросы – это первый шаг к *новому* способу мыслить, подходящему именно вам.

Мы советуем с недоверием относиться к фразам, которые начинаются словами: «Все знают, что...», «Здравый смысл подсказывает, что...», «Общеизвестно, что...» Подобные фразы зачастую указывают на антисексуальную, моногамно-центристскую и/или созависимую систему убеждений.

Системы общественных убеждений *очень* глубоко укоренились в литературе, законодательстве и архетипах, поэтому пошатнуть их самостоятельно весьма непросто. Для начала, конечно, их нужно распознать.

Вот несколько распространенных мифов, которые мы слышим с рождения и которые чаще всего лживы и разрушительно влияют на наши отношения и жизнь.

Миф №1. Только длительные моногамные отношения являются настоящими.

Моногамия на всю жизнь как идеал появилась в истории человечества сравнительно недавно и отличает нас от остальных приматов. Однако все, чего можно добиться при длительных отношениях с единственным партнером, – точно так же доступно и без них. Бляди вполне способны на деловое сотрудничество, глубокую романтическую привязанность, воспитание детей, внутренний рост и заботу о престарелых.

Людам, которые верят в этот миф, может показаться, что с ними что-то не так, если у них нет постоянного партнера, если они предпочитают оставаться «на воле», если замечают, что любят несколько человек одновременно, если однажды или несколько раз пробовали традиционные отношения, но тщетно. Вместо того чтобы сомневаться в мифе, они сомневаются в себе. Зачастую они очень романтично представляют, как их идеал разрешит все трудности, заполнит пустоту, сделает их жизнь совершенной.

Как заметил наш друг, если что-то не складывается в моногамном браке, никто не считает это аргументом против моногамии как таковой; если же в открытых отношениях дела пошли скверно, многие делают вывод, что так жить невозможно.

Этот миф рождается от убеждения, что если вы по-настоящему кого-то любите, то непременно теряете интерес ко всем остальным, а если все-таки чувствуете сексуальное или романтическое влечение к кому-либо, кроме своего партнера, значит не любите его в полной мере. На протяжении веков этот миф сделал несчастными очень многих, хотя и ошибочен до нелепости: от кольца на пальце половые органы не отнимаются. Даже счастливые моногамные пары признают, что существует сексуальное и романтическое влечение вне брака: если уж Джимми Картер испытывал вожделение, то и вы на это способны.

Миф №2. Сексуальное влечение – это разрушительная сила.

Этот миф берет начало еще в Эдеме и приводит к множеству двойных стандартов, усложняющих жизнь. С этой точки зрения, мужчины – безнадежно похотливые животные, а роль женщины состоит в том, чтобы усмирять и приручать их чистотой и целомудрием. То есть сексуально свободная женщина разрушает цивилизацию.

Кроме того, многие считают, что бесстыдное сексуальное влечение, особенно ко многим людям, ломает семьи – мы же подозреваем, что мучительные разводы из-за измен навредили гораздо большему числу семей, чем этичная согласованная немоногамия.

Миф №3. Любовь к человеку позволяет распоряжаться его поведением.

Подобные «территориальные претензии» изобретены, вероятно, чтобы люди чувствовали себя защищенными, однако мы считаем, что ни один взрослый человек не имеет права – и уж точно не обязан – распоряжаться поведением другого. Нам такая концепция никакой защищенности, кроме праведного гнева, не добавляет. Старомодные рассуждения вроде «Ах-х! Ревнует значит любит!» или сцены, когда девушка влюбляется в юношу, сразившего соперника ударом в челюсть, говорят об ограниченном мышлении, способном навлечь много несчастий.

Этот миф также приводит к убеждению, которое часто встречается в голливудских фильмах и популярной литературе: если вы трахаетесь с кем-то еще, то делаете это не *для себя*, а назло партнеру – причем большего зла и не бывает. (На протяжении многих лет нарушение супружеской верности было единственным законным основанием для развода, что ставило жертв пьянства и насилия в семье в крайне затруднительное положение.) Люди, живущие под влиянием этого мифа, как правило, убеждены и в том, что секс «на стороне» должен быть

несогласованным – чтобы уберечь чувства «предаваемого» партнера.

Миф №4. Ревность неизбежна и непобедима.

Очевидно, что ревность в нашем обществе встречается часто, причем настолько, что не ревнующих считают либо слегка с приветом, либо врунами. Однако ситуация, вызвавшая приступ ревности у одного, может оставить другого совершенно равнодушным. Некоторые начинают ревновать, когда их ненаглядный отпивает глоток из чужого стакана, а другие со счастливым видом наблюдают, как их любимая машет рукой, уезжая с другом на месяц в романтическое путешествие в другой конец страны. Ревность встречается часто, но избежать ее очень даже можно.

Некоторые думают, что ревность настолько разрушительна, что остается подчиниться ей. Мы, напротив, считаем ее не лучше и не хуже других эмоций: от нее бывает скверно (иногда *очень* скверно), но все же терпимо; поэтому, как правило, лучший вариант поведения – просто позволить себе ревновать. Мы обнаружили, что можно избавиться от способов мышления, вызывающих ревность и что этот процесс очень полезен. Позже мы остановимся на ревности подробнее.

Миф №5. Посторонние увлечения ослабляют связь с основным партнером и затрудняют решение проблем.

Семейных психологов учат, что если в счастливом браке один из супругов заводит роман «на стороне» – это признак неразрешенного конфликта или неудовлетворенных желаний, над которыми нужно работать в пределах основных отношений. Иногда это верно, но так же часто – нет. Этот миф плох тем, что не оставляет возможности для созидательного, развивающего сексуально свободного образа жизни. Жестоко и бесчувственно считать такие романы симптомом болезни в отношениях, это заставляет обманутого партнера – который уже и так не чувствует себя защищенным – гадать, в чем его вина. А неверной супруге при этом говорят, что она изменяет из мести, что на самом деле любовник ей не нужен и даже не нравится.

Многие занимаются сексом на стороне вовсе не потому, что им не подходит основной партнер. Возможно, благодаря этому они могут испытать виды близости, о которых основной партнер и слышать не желает – фетишизм или другие разновидности секса – и таким образом разрешить противоречие, другими способами не разрешимое. А может, они удовлетворяют другие потребности – например, в необременительном сексе без обязательств, в сексе с партнером другого пола, в сексе в период отсутствия основного партнера (из-за поездок или болезни). Кроме того, секс может стать естественным продолжением эмоционального и/или физического влечения к другому человеку.

Увлечения на стороне никоим образом не умаляют близости с партнером, если вы сами не допустите этого. И мы искренне надеемся, что не допустите.

Миф №6. «На крыльях любви».

Голливуд говорит: «Любовь – это когда не за что просить прощения», а мы, дураки, верим. Этот миф подразумевает, что если два человека по-настоящему любят друг друга, им не приходится спорить, расходиться во мнениях, договариваться, преодолевать препятствия. Мол, любовь означает, что мы моментально возбуждаемся при виде возлюбленного и нам не понадобится специально разжигать страсть. Попавшим в ловушку этого мифа кажется, что любовь прошла, чуть только возникает необходимость серьезно поговорить, при каждом легком (или не очень) разногласии. Они убеждены: все в сексе, что не укладывается в их представления о «нормальном» – от фантазий до вибраторов – «неестественно» и говорит о том, что их любви чего-то недостает.

НАША ТОЧКА ЗРЕНИЯ

Только что мы уделили целый раздел расхожим представлениям и мифам о блядах. Теперь расскажем о своих взглядах, о том, какой образ жизни близок нам и нашим знакомым.

Вы – это целое

Джейн Остен писала: «Все знают, что молодой человек, располагающий средствами, должен подыскивать себе жену». ЗИ хотя мы думаем, что она при этом лукаво улыбалась, многие люди и в самом деле верят, что если у человека нет пары – значит он неполноценен и непременно должен найти «вторую половину». Многие упомянутые нами мифы основаны именно на этом убеждении.

Мы же считаем, что человек изначально полноценен и самодостаточен. Если прибавить к нему кого-нибудь, может получиться веселье, близость, дружба – но полноценнее от этого не станет никто. Единственное, что подвластно вам на этом свете – это вы сами: ваши реакции, желания, поведение. А значит, этичные бляды в первую очередь должны научиться управлять собой, различать «свое» и «чужое». Когда это удастся, можно стать полноценным. Или, как мы это называем, целостным.

Как вы наверняка заметили, вся книга построена исходя из принципа целостности каждого человека: в первой части речь идет о понятиях, которые нужно усвоить применительно к себе; во второй мы говорим о взаимоотношениях с другими блядами; в третьей – о взаимодействии с обществом. (В четвертой части мы собрали всякие интересности, которые больше никуда не поместились.) Аналогично, при знакомстве с новыми понятиями мы сначала обсуждаем их применение к отдельному человеку – чтобы вы хорошенько разобрались, о чем речь, подходит ли это именно вам, прежде чем обсуждать с кем-либо ваши желания и идеи. Сперва разберитесь в себе – тогда у вас будет чем поделиться с другими.

«Голодный паек»

Многие верят, так или иначе, что романтическая любовь, близость и понимание ограничены, их никогда не хватает на всех, и если вы делите их с одним человеком, значит, отнимаете у другого.

Мы называем такое мышление «голодным пайком»; подробнее мы поговорим об этом во второй части. Многие привыкли к нему еще в детстве: родители уделяли нам мало внимания и тем самым приучили, что в мире ограниченное количество любви и что за нее нужно бороться с братьями и сестрами не на жизнь, а на смерть.

Человек с похожим восприятием может очень ревностно относиться к важным для него людям, вещам и идеям. Он убежден, что запасов чего бы то ни было не хватит на всех, а делиться можно только в ущерб себе.

Важно уметь отличать «голодный паек» от реальных ограничений. Одним из них является время; даже у самых увлеченных блядей в сутках всего двадцать четыре часа. А вот любовь не имеет ограничений: мать девятерых детей может любить каждого так же сильно, как мать одного ребенка любит своего единственного.

Мы считаем, что возможности человека проявлять себя в сексе, любви, близости гораздо шире, чем думает большинство – возможно, они вообще безграничны – и что многообразие приносящих радость отношений делает нас еще богаче. Только представьте, как бы вам жилось в изобилии любви и секса, когда и того и другого – сколько угодно и вы свободны от ощущения нехватки, недостаточности. Представьте, как обострились бы ваши чувства с такими частыми тренировками «мускулов любви» и как легко вы бы смогли делиться этой любовью!

Открытость может быть решением, а не проблемой

Является ли сексуальный авантюризм всего лишь бегством от близости? Наш опыт показывает, что обычно нет.

И хотя некоторые, конечно, заводят романы на стороне, чтобы уклониться от проблем и близости в основных отношениях, так поступают далеко не все. Многие даже находят, что встречи с другими *благоприятно* влияют на отношения с основным партнером, поскольку снижается напряжение в отношениях с ним, появляется возможность безопасно экспериментировать и больше не чувствовать себя взаперти.

Такова наша точка зрения. Вы имеете право на свою. Нам важно не ваше согласие, а ваше намерение подвергать сомнению господствующее мнение и самостоятельно выбирать, во что верить. Тысячи и тысячи этичных блядей ежедневно доказывают: если что-то «всем известно» – это *не всегда* правда.

Мы призываем вас разобраться, что подходит именно вам, и выбрать такой образ жизни, который позволяет развиваться, расти, гордиться своими отношениями и быть счастливым.

Глава 4. ТЕРМИНОЛОГИЯ РАЗВИТИЕ СЕКС-ПОЗИТИВНОГО ЯЗЫКА

Большая часть слов в разговорах о сексе (например, «блядь») содержит порицание – это следствие секс-негативной предыстории. А как общаться, делиться чувствами и мыслями без

слов? Эдак даже думать о сексе не получится. Поэтому надо развивать язык для грязных... ой, простите, для чистых и позитивных разговоров о сексе. Вот некоторые из терминов:

- **Секс.** А вы думали, что сами знаете, что это значит? Вообще-то даже *мы* не уверены, что знаем. У нас бывали долгие, волнующие, глубоко сексуальные беседы. А бывали совокупления, которые и сексом-то не назовешь.

Самое точное определение для нас таково: секс – это то, что называют этим словом люди, которые им занимаются. Для одних это порка. Для других – чулки с подвязками. Если вас возбуждает кушать мороженое вместе, то и это секс – для вас. И хотя сейчас это определение может показаться нелепым, позже, когда станем обсуждать необходимые в сексе договоренности, оно очень пригодится.

- **Секс-негативизм.** Секс – опасен. Сексуальное влечение ненормально. Сексуально активная женщина разрушительна и зла. Сексуально активный мужчина – неуправляемый хищник. Задача любого цивилизованного человека – загнать либидо в жесткие рамки. Секс – творение дьявола. Бог ненавидит секс. Уловили картину?

- **Секс-позитивизм.** Вера в то, что секс благотворно влияет на людей. Этот термин придумали преподаватели из Национального сексуального форума в конце 60-х гг XX века. Секс-позитивный человек или группа людей к любому виду согласованного секса относятся оптимистично и непредвзято.

- **Непредвзятость.** Подход, не допускающий пустого морализаторства. Это не значит, что нужно мириться со всем подряд; это значит – судить о поступках или отношениях на основе того, подходят ли они всем участникам, а не с позиций абсолютного добра и зла. Для этого достаточно на минутку приподняться над своими убеждениями и получше их рассмотреть.

- **Немоногамия.** Мы не любим это слово: оно предполагает, будто моногамия нормальна, а все остальное – отклонение.

- **Моногамный центризм.** В наши дни большинство придерживается убеждения, что только моногамия – естественная и высокоморальная форма полового общения, что моногамия – это нормальная, а то и высшая форма взаимоотношений (часто прибавляют: «длительных» или «на всю жизнь»). Это убеждение так часто принимается как должное, что обычно его никто не замечает и не ставит под сомнение – вашим авторам пришлось изобрести новый термин, чтобы обозначить его.

- **Парный центризм.** Еще одно распространенное убеждение: пара – это «ячейка общества» и цель любого человека, который иначе, без «второй половины», неполноценен. Мы считаем, что пары, а также группы, объединенные сексом и любовью, состоят из личностей, которые полноценны от природы, поэтому и делятся тем, что имеют.

- **Полиамория.** Слово, которое стало распространенным в последние годы. Нам оно нравится, потому что, в отличие от слова «немоногамия», не преподносит моногамию как норму. С другой стороны, его значение не до конца ясно: некоторые считают, что полиамория включает все формы сексуальных отношений, кроме моногамии, другие ограничивают ее любовными отношениями со взаимными обязательствами. (Что исключает свинг, случайные половые связи и другие формы близости.)

- **Полифиделия.** Разновидность полиамории, когда формируется «закрытая» группа для занятий сексом – в нее входят более двух человек, обычно несколько пар. Полифиделия используется, чтобы обезопасить секс.

- **Полиморфная перверсия.** «Полиморфная» – значит проявленная во «многих формах», а «перверсия» – «извращение» или «отклонение от нормы». Такое определение Фрейд дал сексуальному поведению детей до 5 лет, которые часто экспериментируют, не заботясь об ограничениях и условностях, пока родители не научат их вести себя по-другому 4: маленькие дети делают все, что находят приятным. Сейчас многие пользуются этим термином по отношению к своему поведению, но толкуют концепцию Фрейда по-новому – как поиски сексуального удовольствия в любой форме, не заботясь о ярлыках вроде: гей, натурал, ваниль или садист.

- **Открытые отношения.** Отношения между двумя людьми, при которых сексуальные и романтические связи не ограничены друг другом. Мы пользуемся этим термином более свободно, подразумевая любые отношения, участники которых вольны заниматься сексом на

стороне; таким образом, групповой брак из восьми человек также может быть «открытым» или «закрытым».

• **Свободная любовь.** Мы редко пользуемся этим термином только потому, что боимся выдать в себе стареющих хиппи. Когда Кэтрин была подростком, а Досси едва достигла совершеннолетия, многие произносили это словосочетание с радостью (и очень многие – с отвращением), описывая стиль жизни людей, для которых секс и любовь были средством общения и выражения идеалистических общественно-политических взглядов. Нас огорчает, что общество отвернулось от этого идеала, который мы считаем не только достижимым, но и желанным для многих людей.

• **Сексуальная свобода.** Этот термин из 60-х не утратил смысла и по сей день. Одна из первых групп, которая попробовала воплотить в жизнь многое из того, о чем говорится в данной книге, называлась «Лига сексуальной свободы». Мы любим секс, любим свободу, а значит, и этот термин нам нравится.

Чтобы обрести сексуальную свободу, необходимо порвать цепи секс-негативных убеждений и вернуться к невинности Эдемского сада любви и секса. В 60-х нам казалось, что для этого достаточно просто объявить себя свободными. Однако вскоре мы поняли: свобода не дается просто так, чтобы ее получить, надо приложить усилия.

К счастью, сексуальная неудовлетворенность – это отличный кнут, который подстегивает нас, заставляя покорять гору собственных страхов. Поэтому рано или поздно мы добираемся до пряника сексуального наслаждения – и до чего же он сладок!

Глава 5. ИСТОРИЯ И ПРЕДШЕСТВЕННИКИ

Бляди, как и все люди, бывают разные: любого пола, благосостояния и образования, из любой страны мира, приверженцы любых религий и образа жизни.

Большинство блядей живет среди обычных людей, время от времени встречаясь с себе подобными: иногда проводятся встречи, на которых можно развеяться, пообщаться, найти новых знакомых. Другие же в той или иной степени «выпадают» из массовой культуры и объединяются в сообщества. Район Сан-Франциско под названием Кастро – хороший пример современного «гетто» для сексуальных меньшинств.

В моногамно-центристском обществе блядь может научиться очень многому у представителей различных культур, стран, поколений. Вы *не первый*, кто пробует вести подобный образ жизни, многие с успехом делали это до вас, и никто при этом не пострадал – ни они, ни любовники, ни дети.

К первым секс-ориентированным субкультурам с обширной историей – описанной или неописанной – относятся сообщества геев, лесбиянок, транссексуалов, бисексуалов, садо-мазо, свингеров, некоторые духовные общины язычников, современно-первобытные общины.

Даже если вы не принадлежите ни к одной из упомянутых групп, стоит взглянуть на их опыт, поскольку эти люди знают множество способов выражать сексуальность, договариваться о сексе, формировать семьи и все это сильно отличается от традиционного американского секс-негативизма.

Любимый клуб Досси в 70-х собирал в своих стенах поразительную мини-культуру полиморфных перверсий. Она вспоминает:

«Омни» (сокр. от «омнисексуал») – так назывался небольшой бар на Северном Пляже, завсегдатаями которого были гетеросексуальные мужчины и женщины, геи, лесбиянки, бисексуалы и нередко транссексуалы. Отношение к сексу было очень открытым: от хиппи с их «свободной любовью» до профессионалов секс-индустрии, и большинство приходило сюда, чтобы как следует оторваться на танцполе и кого-нибудь «подцепить». Однако из-за множества транссексуалов было невозможно со стопроцентной вероятностью подцепить именно того, кого надо. Танцую с необычайно привлекательным человеком, бывало сложно понять, кто он от рождения – мужчина или женщина. Трудновато оставаться гомо– или гетеросексуальным, когда не знаешь пола того, с кем флиртуешь.

И хотя в это сложно поверить, я потому часто заглядывала в это местечко, что чувствовала себя там гораздо безопаснее, чем где бы то ни было. Поскольку догадаться о

чем-либо было невозможно, люди относились друг к другу с большим уважением. Никто не мог сказать, какие предпочтения у объекта их внимания, так что оставалось одно: спрашивать. Для молодой женщины вроде меня такое отношение было невероятным облегчением по сравнению с обстановкой в обычных заведениях, где мужчины ведут себя нагло и назойливо, очевидно полагая, что одинокая женщина в баре страдает комплексом девственности и не говорит «нет» всерьез. В «Омни» я впервые узнала, что значит настоящее уважение.

Мы считаем, что открыто проявлять себя в сексе нелегко потому, что общество привязано к стереотипам поведения мужчины и женщины. Именно поэтому нас многому научили те, у кого нет четких границ половой ориентации. Размышления об иных способах жить и любить помогают понять, желаем ли и мы что-то поменять в своей жизни.

Лесбиянки

Сообщества лесбиянок показывают, как устроен мир, состоящий почти из одних женщин. В первую очередь, здесь крепки распространенные убеждения о том, что мужчина направляет силы во внешний мир, а роль женщины сосредоточена на отношениях, семье и эмоциональной поддержке. Лесбиянки, как правило, ориентированы на отношения, когда единственный партнер считается смыслом жизни – со всеми плюсами и минусами такого подхода. Женщины часто путают отношения с самоопределением, тем более что наше общество не позволяет им никакого самоопределения вообще.

Несколько лет назад психиатр сказал Досси, что она не будет счастлива и психически здорова, пока не откажется от творческих и интеллектуальных поисков и (это цитата) «не утопит свое «я» в отношениях». Утопить свое «я» – похоже на психологическое самоубийство, не правда ли? Но многие женщины и сегодня ведут себя так, будто, потеряв отношения, лишатся смысла существования. Поэтому среди лесбиянок часто встречается разновидность немоногамии, которая называется серийной моногамией – когда расставание с партнером происходит уже после того, как найден новый. Видимо, даже неизбежные при этом переживания не пугают так сильно, как перспектива остаться один на один с бескрайней, устрашающей пустотой жизни без пары.

Молодые лесбиянки не доверяют традициям и исследуют немоногамию, создавая менее замкнутые отношения. Лесбийская свободная любовь отличается вдумчивостью и согласием – а значит, чрезвычайной открытостью в выражении и обсуждении чувств, в этом женщины преуспевают.

Еще мы научились у своих сестер видеть женщину в новой для нее роли – инициатора секса. В гетеросексуальной культуре проявлять инициативу поручено мужчинам, и они выполняют эту «работу» весьма агрессивно – иногда даже чересчур. В мире женского секса быстро выясняется, что если будешь считать себя Спящей Красавицей и ждать поцелуя Прекрасной Принцессы – приобретать новые умения – встретиться взглядом, коснуться плечиком, придвинуться поближе или просто выпалить: «Ты мне очень нравишься, и я хотела бы запрыгнуть с тобой в постель прямо сейчас или в любое удобное время!»

Когда женщина находит привлекательной другую женщину, то, если ей не мешает застенчивость, дает понять это прямо, но с уважением, без нахальства и наглости – потому что многие из них натерпелись давления от мужчин и не повторяют их ошибок. Женщины очень заботятся о безопасности, поэтому сближаются медленно, говорят о своих намерениях и особое внимание уделяют согласию. Соблазняя, они осторожны и робки, но смелеют, убедившись, что желанны. Женщинам, как правило, нужно явное разрешение на каждое действие, поэтому их общение служит отличным примером согласованности.

Хотелось бы обратить внимание еще на одну характерную черту женского секса, которой все мы можем поучиться. Секс между женщинами редко предполагает одновременный оргазм, которого многие ожидают от полового акта женщиной с мужчиной, поэтому лесбиянки в совершенстве владеют искусством меняться ролями. Лесбиянки – неподражаемые знатоки ласк, не требующих проникновения. Если же партнерша хочет именно этого, все внимание уделяется тому, что доставляет ей наибольшее удовольствие: мы не знакомы ни с одним фал-лоимитатором, зацикленным на собственных нуждах. Тем из вас, мужчины или женщины, кто не рассматривал подобные варианты, стоит подумать, сколько удовольствия можно получить, не беспокоясь о беременности или болезнях!

Геи

Отношения геев по-своему отражают традиционные модели мужского поведения, часто в преувеличенной форме.

Некоторые геи предпочитают длительные отношения и оседлую жизнь, другие – бляди-рекордсмены мирового класса. Гей-сауны – наилучший пример благоприятной обстановки для группового секса и необременительных связей.

Досси обучилась у геев этикету группового секса, чему безмерно рада. Вообще-то мы обе отождествляем себя с геями: Досси считает себя королевой-трансвеститом, заточенным в теле женщины, а Кэтрин впервые ощутила широту своих сексуальных возможностей именно благодаря знакомству с гей-сообществами. Неудивительно, ведь именно их пример блядства всегда был достоин восхищения, а то и подражания.

Геи, как правило, не пытаются манипулировать или давить друг на друга, чтобы добиться согласия: вежливый вопрос, вежливый ответ, и не нужно трижды переспрашивать. Геи доверяют друг другу и не настаивают, если слышат «нет». Благодаря этому установить контакт очень просто, ведь не надо ни к кому подкрадываться и хитрить. Вы всегда вольны предложить, если знаете, что другой волен отказаться. Такой прямой и поразительно простой подход к согласованности трудно переоценить.

У мужчин вообще меньше причин бояться сексуального насилия, чем у их сестер. (И хотя мальчиков тоже растлевают, а мужчин насилуют, что ужасает, мужчины все-таки больше женщин уверены в способности постоять за себя.) Кроме того, общество одобряет сексуально активных мужчин. Так что, хотя запретность гомосексуальности и заставляет многих геев сомневаться в себе, в своей нормальности или переживать иные формы гомофобии, обычно это не сказывается на сексе отрицательно. Геи успешно экспериментируют и находят то, что нравится именно им.

Кстати, именно геям мы в большой степени обязаны понятием «безопасный секс». Перед лицом эпидемии СПИД'а многие укрылись за секс-негативизмом, но гей-сообщество достойно похвалы: оно продолжает заниматься свободным сексом, уделяя должное внимание безопасности.

Транссексуалы

Транссексуалы объединяются в разнообразные сообщества, интересные каждому, кто хочет избавиться от предубеждений о роли полов. Когда Досси стала феминисткой, у нее появились друзья-транссексуалы, сменившие пол с мужского на женский. На их примере было видно, как можно быть женственной, часто даже чересчур, в то же время оставаясь напористой и сильной.

У транссексуалов мы учимся мысли, что пол гибок и податлив. От принимавших гормоны мы узнаем об их влиянии на поведение и эмоции. Люди, бывшие какое-то время мужчиной, потом женщиной в физиологическом и социальном смысле, могут немало поведать о том, какие половые признаки зависят от гормонов, а какие остаются делом выбора, что бы там ни говорила эндокринная система.

Транссексуалы могут рассказать, насколько по-разному к тебе относятся в зависимости от того, мужчина ты или женщина. Волей-неволей им пришлось научиться жить в очень враждебном мире. Никакие другие сексуальные меньшинства не терпят столь острого притеснения и дискриминации. Нужно обладать немалой силой духа, чтобы выжить в обществе, где определения «настоящего мужчины» и «настоящей женщины» непоколебимы. Именно транссексуалы, бучи и трансвеститы – посетители знаменитого бара «Стоунуолл Инн» – восстали против жестокости полиции в 1969 году, что послужило началом современного гей-движения. Их стремление к свободе достойно подражания.

Бисексуалы

Бисексуалы, которых часто клеймят как «гомосексуалистов, не желающих терять гетеросексуальных преимуществ» или

«натуралов в загуле», только недавно заявили о себе и начали объединяться в сообщества.

Взгляд на теорию и практику бисексуальной жизни дает возможность пересмотреть наши убеждения о природе сексуального и романтического влечения и поведения. Некоторые занимаются сексом с представителями только одного пола, но способны на эротическую или

эмоциональную связь по отношению к остальным, поэтому считают себя бисексуальными. Другие могут поддерживать сексуальную связь с полом, отличным от их обычных предпочтений, при этом считать себя гомо– или гетеросексуальными. Некоторые бисексуалы предпочитают разные виды взаимодействия с мужчинами и с женщинами, другие не замечают различий между ними. Некоторые занимаются сексом с обоими полами, а романтическую привязанность способны испытывать только к одному или наоборот. И так далее, спектр бисексуальных предпочтений поистине широк.

Сейчас Кэтрин считает себя бисексуалкой, но путь к этому был непрост: она десять лет спала с женщинами, прежде чем набралась уверенности назвать себя би.

Меня совершенно не привлекала мода на бисексуальность. Казалось, будто меня пытаются заставить назваться тем, кем я себя не ощущаю. В то же время я часто слышала, как неподдельно жестоко гетеро– и гомосексуалисты отзываются о би, и мне было страшно навлечь на себя этот гнев.

Кроме того, мне было нелегко разобраться в себе: я знала, что к мужчинам и женщинам испытываю разные чувства, но не знала, что это значит – и это сбивало с толку. И только когда я убедилась, что способна испытывать сексуальное и романтическое влечение к обоим полам – и почувствовала себя достаточно сильной, чтобы объявить о своей ориентации, не взирав на порицания, – лишь тогда я наконец назвалась «бисексуалкой».

Бисексуальность становится все более распространенной, и это заставляет усомниться в традиционных определениях сексуальной ориентации. Нам приходится замечать, что сексуальное влечение говорит о нас одно, поведение – другое, а ориентация – третье. Подобные вопросы постепенно размывают границы сексуальных ориентации – к ужасу борцов за чистоту любой из них. Вашим авторам-блядам такое непостоянство очень по душе, мы ценим возможность заниматься сексом со всеми, кто нам нравится, не отказываясь от своей сексуальной ориентации.

Свингеры

Еще недавно для обозначения немоногамной разнополой связи пользовались фразой «обмен женами» – что, на наш взгляд, оскорбительно для женщины. Сегодня гетеросексуалы в поисках свободного секса часто обращаются в сообщества свингеров. Там есть на что посмотреть и чему поучиться в плане гетеросексуального взаимодействия вне моногамных рамок.

Свинг – термин, имеющий широкое значение. Он охватывает разнообразные виды контактов – от длительных союзов между двумя парами до необузданных оргий в стиле «субботняя куча мала». Свингеры в основном гетеросексуальны: женская бисексуальность встречается часто, но мужская, как правило, не приветствуется. Обычно у свингера есть постоянная пара – их взгляды вообще наиболее традиционны по сравнению с другими видами блядей. В некоторых свингерских компаниях общение сводится только к сексу, эмоциональные связи вне пары не одобряются; в других – поддерживаются любые виды романтического и сексуального партнерства.

Для многих гетеросексуальных женщин именно свинг стал первой возможностью страстно окунуться в секс, не испытывая чувства вины, – часто можно услышать, как женщина на первую свинг-вечеринку идет неохотно, на вторую неуверенно, зато потом – с большим удовольствием. Нам особо импонирует изобретательность, с которой в свинг-сообществах применяются специальные сигналы и правила поведения, позволяющие выразить сексуальный интерес как можно более деликатно (в местном свинг-клубе действует восхитительная система: различное положение окон и дверей может означать «держишь подальше», «смотри, но не трогай», «заходи и присоединяйся»).

Работники секс-индустрии

А что если мы посмотрим на работников секс-индустрии, отбросив стереотипы? Ведь далеко не все они безнадежные наркоманы, опустившиеся женщины или что там еще говорят телевизор и желтая пресса. Многие из наших близких друзей работают в секс-индустрии, где занимаются важным и нужным делом – залечивают раны, нанесенные секс-негативной культурой. У них есть чему поучиться: как оберегать личные границы, ставить ограничения, общаться, договариваться о сексе, как достигать роста, понимания и удовлетворения вне

моногамных отношений. Не думайте, что отношения работников секс-индустрии с клиентами всегда холодны и пренебрежительны и что лишь неудачники ходят к проституткам. Нам известны примеры, когда такие отношения стали источником глубокого взаимопонимания, тепла и привязанности и длились многие годы. Представители «древнейшей профессии» передают нам вековую мудрость о том, как понять, принять и удовлетворить свои желания: это настоящие знатоки секса.

Священные блюда

Наконец, пара слов о свободном сексе в духовных общинах. Целибат – не единственная сексуальная практика духовных искателей. К ранним религиозным общинам, основанным на немоногамии, относятся церковь мормонов, община Онеида, практики майтхуны в тантра-йоге, а также храмовые блудницы средиземноморского культа Богини. Сегодняшние сексуально активные духовные общины – это группы неоязычников и современных фей, которые съезжаются во время празднеств и проводят древние сексуальные обряды, например, Бельтейн, а также изобретают свои, подходящие именно их образу жизни эротические ритуалы.

Приверженцы подобных практик понимают, что секс связан с духовностью. Мы уже говорили, что секс сам по себе духовен. «Каждый оргазм – это духовный опыт. Вспомните мгновение абсолютной цельности и гармонии, когда сознание расширяется, стираются границы между разумом и телом, и все сплавляется воедино в иступленном озарении... Духовная осознанность в сексуальной практике поможет отчетливо ощутить божественное, которое всегда протекает через вас... Для нас секс – это уже возможность увидеть бога».

ЧЕМУ ВЫ МОЖЕТЕ НАУЧИТЬСЯ?

Неудивительно, если вам не по себе при одной мысли обо всем этом. Степень дискомфорта зависит от того, насколько вас пугает все непривычное – то, что значительно отличается от ваших представлений об общественной и личной жизни. Однако взрослому человеку не нужны общественные догмы, чтобы почувствовать влечение к тому или иному полу. Пределы допустимого в сексе не валятся с неба на каменных скрижалях.

Когда видишь, что кто-то счастлив и успешен безо всякого пожизненного разнополого брака, начинаешь понимать, что и сам можешь добиться того же – даже если не следовать чужому примеру буквально. Знакомство с представителями других культур поможет выявить свои слабые места, особенно если вы не можете расслабиться в компании людей, чьи сексуальные предпочтения отличаются от ваших. Прислушайтесь к своим страхам: они помогут узнать себя лучше.

Вспомните об «Омни», любимом клубе Досси. Когда непонятно, что есть что, бывает страшно – но это возможность выбросить на свалку свои предрассудки и взглянуть на жизнь по-новому. Только рассмотрев все варианты, можно найти то, что подходит именно вам. Тогда появляется свобода выбирать, где провести границу, каков предел ваших возможностей и хотите ли вы его расширить.

Это прекрасный шанс, но и большая ответственность. Когда сфера интересов определена, можно пускаться в приключения, о которых вы раньше и не мечтали.

Глава 6. БЛЯДСКИЕ НАВЫКИ

Блядами не рождаются, ими становятся. Чтобы вы и ваши партнеры могли развиваться и быть счастливыми, необходимы навыки, которые требуют сознательного подхода и регулярной практики. Вот некоторые мысли, которые помогут вам выйти из гавани и не сбиться с курса.

Важное значение имеет самопроверка – нам, путешественникам без карты, необходимо четко представлять *внутренний* ландшафт. Задайте себе любопытный вопрос: «Чего я жду от такой жизни? Что получу, пройдя тяготы обучения и научившись держаться на плаву в мире непостоянных отношений?» Люди, совершившие этот путь, упоминают следующие преимущества: разнообразие в сексе, меньшая зависимость от одних отношений, ощущение причастности к кругу друзей, любовников и партнеров. Некоторые из опрошенных сказали:

«Я чувствую облегчение – не нужно выполнять все желания и прихоти партнера, а значит, можно быть собой».

«Все воспринимают мир по-своему, поэтому близость с разными людьми расширяет мое

понимание Вселенной».

«Я могу испытывать яркие эротические переживания без полового акта и без угрозы для моей эмоциональной моногамии».

«Мой образ жизни дает ощущение такой личной свободы, независимости и ответственности, каких нет в закрытых отношениях».

«Я не верю, что мужчина создан для моногамии. Мои инстинкты говорят обратное».

«Мне больше не кажется, что морковь в чужом огороде слаще. Я ее пробовал».

«Любовники распалют мою страсть к основному партнеру».

Читая эту книгу, особенно рассказы опытных блядей, вы, возможно, найдете свои причины. Каковы они?

Увы, многие начинают экспериментировать с открытыми отношениями, потому что их подталкивает партнер или потому что так делают друзья и не хочется быть ханжой. Мы просим вас убедиться, что вы делаете это *для себя* – потому что вам интересно, потому что перед вами открываются новые возможности учиться, расти и развлекаться, просто потому, что вам так хочется. Будьте уверены, это тернистый путь... и если вы встанете на него по ошибке, разочарование может легко погубить те самые отношения, которые вы намеревались спасти.

Перемена отношения к сексу способна изменить вас самих: радость изобилия любви и секса послужит пряником, а боязнь неудовлетворенности, скуки или ненависти к себе – кнутом. Мы считаем, что стремление к моногамии не является врожденным; нас *научили* относиться к сексу негативно и быть незащищенными: родители, «бывшие», наша культура – а значит, мы можем разучиться. Знать об этом и реагировать по-новому поначалу трудно, зато... как приятно ощутить силу, как сладок вкус победы, когда добьешься успеха!

КАК СТАТЬ ДОСТОЙНОЙ БЛЯДЬЮ

Преуспевшие в этичном блядстве шагают по жизни с чистотой, искренностью и без лишней боли. Причиной тому – определенные навыки, некоторые из которых мы вам и представляем.

Общение

Важно уметь ясно выражать свои мысли и внимательно слушать собеседника.

Для этого существует хороший прием: выслушайте партнера, а затем расскажите, как вы его поняли. Сделайте это *перед тем*, как сообщить, что вы думаете по поводу услышанного. Так вы убедитесь, что понимаете друг друга, прежде чем продолжать разговор. Аналогичным образом, когда говорите сами, не ждите, что партнер прочтет ваши мысли, – не торопитесь, объясните как можно лучше, не забыв рассказать не только об эмоциях, но и о фактах.

Если понять друг друга все же не удастся, можно выделить время на развитие навыков общения: многие образовательные центры для взрослых предлагают подобные курсы.

Искренность в выражении чувств

Крайне важно уметь обращаться за утешением и поддержкой, а также принимать их. Когда Кэтрин собирается на встречу с любовником, ее партнер иногда просит: «Скажи, что мне не о чем волноваться». Приятно знать, что он просит поддержать его, когда ему это важно, и доверяет ее словам. Только представьте, что было бы, если бы он сомневался, но *не просил* успокоить себя. Он бы ворчал, грыз ногти, ворочался с боку на бок и тому подобное – вот почему так важно встречать свои потребности лицом к лицу.

Все мы боимся спрашивать, у всех это редко получается, все мы обижаемся на любовников за то, что они не читают наши мысли, и думаем: «Почему я *должен* просить об этом?» Так что давайте ценить по достоинству храбрость, необходимую, чтобы просить о помощи и делиться переживаниями, – давайте хвалить себя за смелые поступки, чтобы повторять их снова и снова.

Знаки внимания

В свою очередь, важно уметь *помогать* партнеру – по его просьбе или самостоятельно. Если вы не способны признаться близкому человеку в любви, сделать искренний комплимент, рассказать, какой он замечательный, – то вы большой оптимист, если ждете разрешения погулять на стороне. Как говорит наша подруга Кэрл: «Если вам и так не уделяют внимания, неудивительно, что открытые отношения вас пугают!» Мы рекомендуем побольше обниматься, прикасаться друг к другу, выражать привязанность словами, искренне льстить, дарить приятные

мелочи – делать все, что поможет обоим почувствовать защищенность и взаимопонимание.

Верность

Может быть, странно видеть здесь это слово – однако даже самый отъявленный блядун может быть, как говорил Коул Портер, «всегда тебе верен, любимая, на свой лад». Наш друг Ричард утверждает: «Многие считают, что «быть верным» – значит заниматься сексом только с одним человеком. Мне кажется, верность едва ли связана с сексом». Быть верным – значит соблюдать обязательства, уважать друзей и любовников, заботиться об их благополучии так же, как о своем.

Если у вас есть основные отношения, важно постоянно это подчеркивать. Многие делают какие-то вещи только с основными партнерами: это могут быть особенное поведение в сексе, ночь в одной постели, ласковые слова – что угодно. Свои отличительные черты могут быть и у неосновных связей. Когда одеяло моногамии не защищает, важно окружить партнершу заботой – мы считаем, ради этого стоит пропустить интересную передачу по телевизору или даже отменить романтическое свидание, если любимая приболела, у нее жизненный кризис, а может, ей просто грустно и одиноко.

Установка ограничений

Чтобы стать счастливой блядью, нужно уметь говорить «нет» – причем вовремя.

Знайте, чего вы хотите, а чего нет, – и будьте уверены в себе, тогда наутро не придется хандрить. Иногда ограничения связаны с сексом: будете ли вы спать с человеком не того пола, какой обычно предпочитаете? Будете заниматься сексом, который считаете не вполне «нормальным»? Некоторые ограничения касаются отношений: например, насколько вы хотите привязываться к партнерам и как часто видеться. Кроме того, мы советуем подумать над вопросами этики и вашей реакцией на них. Стали бы вы встречаться с человеком, чей партнер не знает о ваших отношениях? Лгать любовнику? Симулировать оргазм?

И, наконец, самое важное ограничение: «Я не хочу». «Нет, спасибо». «Мне сейчас не хочется секса». Даже если у вас день рождения. Даже если вы должны хотеть. Даже если вы давно этим не занимались. Просто потому, что это так.

Планирование

Опытные бляди знают: отношения сами собой не рождаются. Их создание требует усилий, планирования и обязательств. Мало у кого из нас столько свободного времени, чтобы говорить по душам, заниматься сексом, отдыхать, проводить время с семьей и даже ссориться, когда захочешь, – повседневные заботы вечно мешают столь важным делам. Да, мы действительно считаем, что ссоры важны и нужны – о них мы поговорим подробнее в главе «Конфликт» во второй части. Планирование ссор может показаться глупостью, но подумайте, что будет, если вы не найдете времени поспорить и напряжение будет накапливаться несколько дней.

Заведите ежедневник (Кэтрин планировала секс с мужем, чье имя начиналось на букву «Ф», загадочной отметкой «Т. Ф.» – на случай если коллега заглянет в ее календарь). А раз уж пообещали провести время вместе и заняться чем-нибудь из вышеперечисленного – выполняйте. Мы знаем, что вы заняты, но, пренебрегая поддержанием отношений, вы показываете, что для вас важнее, не так ли?

Изучите себя

И изучите свои внутренние программы. Как мы говорили, у всех в головах куча мусора по поводу секса и половых отношений. Нельзя вырасти в обществе и не «заразиться» ханжескими и искаженными убеждениями, многие из которых засели так глубоко, что влияют на поведение без нашего ведома, причиняя боль нам и нашим близким. Слишком уж часто во имя этих убеждений мы угнетаем и себя и других.

Эти глубоко запавшие убеждения порождают сексизм и секс-негативизм, поэтому, чтобы стать блядью, их нужно искоренить. Изучать себя – значит непрерывно исследовать свой внутренний мир, узнавать о себе новое с помощью книг, терапии, а главное – общения с теми, с кем вам по пути. Это нелегкий труд, но он того стоит, ведь только так вы научитесь выбирать, как жить и любить, станете полноценным хозяином самому себе и автором всего, что происходит с вами.

Отвечайте за свои чувства

Основная заповедь интимного общения – каждый сам отвечает за свои чувства. Никто не

заставляет меня ревновать или беспокоиться, никто, кроме меня самого. Согласиться с этим может быть сложнее, чем кажется. Когда мне плохо, мне трудно принять ответственность за свое состояние: разве не проще, чтобы виноват был ты? Тогда ты мог бы все исправить, а если не можешь – я, пожалуй, закачу истерику, выпущу пар, и поделом тебе.

Дело в том, что когда я виню тебя в своем самочувствии, я лишаю себя возможности принять ситуацию и сделать что-либо для ее улучшения. Если виноват ты, значит, все в твоих руках, так ведь? Я ничего не могу поделать, я сажусь и ною.

С другой стороны, когда я сама отвечаю за свои чувства, у меня появляется огромный выбор: я могу рассказать тебе, что чувствую, могу позволить или не позволить чувствам влиять на мое поведение (больше никаких «черт меня дернул!»), могу лучше узнать себя, утешить себя сама или попросить тебя. Ответственность за свои чувства необходима, чтобы понять, где заканчиваюсь я и начинаешься ты. Это прекрасный первый шаг к тому, чтобы принять и полюбить себя.

Не требуйте от себя слишком многого

Как бы вы ни готовились, как бы ни работали над собой, как бы уверенно себя ни чувствовали, все равно вы *столкнетесь* с неожиданными трудностями – это мы гарантируем.

Наверное, самое важное – осознать, что трудности в любом случае появятся и что в этом нет ничего страшного. Вы будете ошибаться. Вы столкнетесь с убеждениями, мифами, «болевыми точками», о которых и не подозревали. Временами вам будет несладко.

Можем ли мы посоветовать, как этого избежать? Нет. Но мы думаем, вы простили бы друга или любовника, который что-то не так понял или ошибся, и надеемся, что себя вы тоже помилуете. (Как говорила Мортиция Аддамс: «Не терзай себя, Гомез, это моя работа».) Чтобы понимать, любить и уважать кого-то – необходимо понимать, любить и уважать самого себя. Так что расслабьтесь немного.

Совершив ошибку, один наш друг философски произносит: «Эх, ВЖОПУ». Он утверждает, что это расшифровывается так: «Вот Жизнь Опять Преподносит Урок». Учиться на своих ошибках не очень-то приятно, но это лучше, чем не учиться вовсе, не правда ли?

Говорите правду

Что бы вы ни испытывали – боль, сомнения, радость – вы обязаны говорить правду, сперва самой себе, а потом другим. Для этого образа жизни самообман и «подавление» эмоций недопустимы: не стоит притворяться, что вам хорошо, когда вы готовы кричать от боли, это не сделает вас лучшей блядью, а принесет много горечи и несчастья – вам и еще больше тем, кто вас любит.

Когда вы говорите правду, то понимаете, как много у вас общего с людьми, которые вам небезразличны, а также получаете отличную возможность помочь себе и друг другу жить в понимании, любви и принятии. Копайте глубже, делитесь своими открытиями – и вы узнаете о себе и других больше, чем могли предположить. Примите эти знания с благодарностью и продолжайте копать.

ДЕСЯТЬ ЗАПОВЕДЕЙ ЭТИЧНОГО БЛЯДСТВА

1. Не берите машину у партнера, добирайтесь сами.
2. Не оставляйте лобковые волосы любовника в баночке со смазкой.
3. Совокупляясь, не шумите, если ваш партнер может услышать.
4. Не уходите с любовницей, бросая вашего партнера наедине с ее супругом.
5. Не совокупляйтесь с гостями, пока ваш партнер не закончит готовить ужин и накрывать на стол.
6. Не рассказывайте любовнику больше, чем он хочет знать.
7. Не считайте «мы отлично зажгли» достаточно веской причиной, чтобы не вернуться домой вовремя и не позвонить.
8. Не ожидайте, что вам понравятся любовники вашего партнера.
9. Не ожидайте, что ваш партнер будет изнемогать от страсти к вам сразу после секса с кем-то другим.
10. Не забывайте бросать грязные полотенца в стирку, прежде чем ваш партнер вернется домой.

Глава 7. БЛЯДИ БЫВАЮТ РАЗНЫЕ

Можно по-разному вести половую жизнь, по-разному относиться к людям, по-разному строить отношения и семьи – все пути одинаково хороши.

Что нормально? Что естественно?

Общество учит, что единственно правильная форма отношений – длительный моногамный брак. Моногамия на всю жизнь – это «нормально» и «естественно», а если нашим желаниям тесновато в таких отношениях, значит, мы безнравственны и идем против природы. Однако наша собственная природа подсказывает, что многим хочется секса более чем с одним партнером. Почему же культура требует моногамии?

Исторически сложилось, что супружеская верность была связана с секс-негативизмом и стремлением контролировать сексуальность в интересах общества. «Контроль» здесь ключевое слово, особенно когда речь идет о контроле рождаемости с целью сохранить династию или первоначальные права на наследство.

В аграрном обществе, когда детская смертность была высока, многодетность давала родителям рабочую силу и обеспечивала спокойную старость, а значит – наряду со смешением генов – была хорошей тактикой выживания. В основном, брак носил династический характер, его целью было передать по наследству имущество и производство, чтобы в семье и в деревне хватало еды и жилья для стабильной и благополучной жизни. В таких деревнях, как и во многих уголках мира до сих пор, большое значение имеют родственные связи – родня в случае чего поддержит физически и морально. Нечто подобное существуют и в Америке, чаще среди переселенцев из других культур или в виде системы взаимопомощи среди малоимущих.

Ханжеские настроения в обществе появились сравнительно недавно – еще в прошлом веке отдельные спальни имели только богатые, а все остальные занимались сексом в той же комнате, где спали их дети и родители. В теплом климате сексом занимались на природе. У одной

африканской народности правила этикета предписывают молодым людям, случайно наткнувшимся на совокупающуюся пару, тихо присесть на пятку и раскочиваться до наступления оргазма. Вот как, оказывается, можно воспитывать детей!

Контроль над рождаемостью начал усиливаться с ростом численности городского населения – после промышленной революции в Европе. Именно тогда, в конце XVIII века, начали высказываться предположения, что мастурбация вредна, что этот невинный выход сексуальной энергии опасен для общества: в книгах по воспитанию детей XIX века описаны приспособления, не позволяющие детям касаться половых органов во сне. Таким образом даже личный, ни на кого не направленный интерес к сексу превратился в постыдную тайну.

В 1936 году, после прихода к власти Гитлера, Вильгельм Райх читал лекции молодым коммунистам в Германии. Он высказал интересную теорию: в обществе, где не подавляется половое влечение и не навязывается антисексуальная мораль, авторитарное правительство не может прийти к власти, потому что люди не испытывают стыда и доверяют своему чутью о том, что хорошо, а что плохо. Скорее всего, такие люди не отправились бы против своей воли на войну и, нам кажется, не согласились бы управлять лагерями смерти. Если бы нас воспитывали без стыда и чувства вины за свои желания, мы бы во многом были гораздо свободнее.

Малая, «нуклеарная» семья из родителей и детей, отделенных от двоюродных братьев и сестер, от теть и дядь – это продукт современного среднего класса. Дети больше не работают на фермах или в семейном бизнесе – их воспитывают почти как домашних животных. Браки больше ненужны для выживания и стали роскошью, которая служит для удовлетворения потребности в сексе, близости и эмоциональной привязанности. Мы убеждены, что рост числа разводов отражает простую экономическую действительность – большинство сегодня может позволить себе прекратить отношения, которые перестали их устраивать.

И все-таки пуритане, которые, возможно, пока не готовы смириться с пугающей перспективой свободного выбора в сексе и романтических отношениях, пытаются навязать нуклеарную семью и моногамный брак, утверждая, что секс – это стыдно.

Мы считаем, что любые «предписания», вчерашние или сегодняшние, – всего лишь продукты культуры. Мы верим, что Природа поразительно разнообразна и предлагает бесконечные возможности. Мы хотим жить в обществе, которое уважает выбор бледей так же, как мы уважаем выбор пары, отмечающей пятидесятую годовщину. (Кстати, с чего мы взяли, что эта пара моногамна?)

Мы прокладываем новые дороги по новым землям. У нас нет одобренных обществом правил поведения, нам приходится писать их самим. Это требует больших усилий и честности – однако такой труд приносит щедрые плоды. Вы можете отыскать подходящий вам путь, а через три года решить, что будете жить иначе – прекрасно. Вы пишете правила, вы имеете право выбирать – и право передумать.

НЕОГРАНИЧЕННЫЕ ВОЗМОЖНОСТИ

Возможностям вести полезный, созидательный бледский образ жизни поистине нет числа. Поэтому мы опишем лишь несколько видов. Какие из этих сценариев подойдут именно вам, мы не знаем, однако рассчитываем навести вас на мысли о том, с чего начать, или по крайней мере дать понять, что вы не одни такие.

Имейте в виду, что видов и уровней близости между людьми очень много – пожалуй, столько же, сколько людей. Пытаясь вписать ваши отношения в некий фантастический идеал, вы собьете с толку партнера и запутаетесь сами. Если кто-то кажется нам привлекательным, это вовсе не значит, что он идеально впишется в нашу жизнь. Бесплезно сверять по пунктам его качества с качествами придуманного вами идеала. Отдавая предпочтение своим желаниям и фантазиям, мы лишаемся возможности по-настоящему узнать другого человека и насладиться прекрасными сюрпризами, которые таит знакомство с ним.

У каждых отношений своя роль. Вы можете прекрасно ладить и заниматься великолепным сексом со своим другом... но через некоторое время обнаружить, что вам хорошо, только если встречаетесь не чаще раза в месяц. Возможно, прожив вместе неделю, вы начали раздражать друг друга, вам стало скучно или что-то еще не понравилось. Если вы сохраните отношения в том виде, в каком они вас устраивают, то сможете счастливо встречаться раз в месяц хоть еще

десять лет.

У блядей есть замечательное преимущество – они могут поддерживать множество отношений, а не выбирать какие-то одни. Когда мы ищем, например, партнера на всю жизнь, нам нужно от него много всего: похожие ценности, общие интересы, классный секс, одинаковые гастрономические вкусы. А можно найти взаимопонимание с гораздо более широким кругом людей – нужно только перестать примерять их на роль «вместе и навсегда». Не надо никого втискивать в рамки: лучше наслаждаться тем, в чем вы подходите друг другу, и перестать беспокоиться об остальном.

Дружеский секс

Ничто так не подрывает принятые в обществе границы близости, чем возможность разделить секс с друзьями. Недавно Кэтрин обедала с Мэри, одной из немногих подруг, оставшихся со времен «прошлой жизни», когда Кэтрин состояла в моногамном браке. В разговоре Мэри заметила: «Слушай, наверное, кроме меня, у тебя больше не осталось друзей-натуралов, а?» – «Ага, – согласилась Кэтрин. – Вообще-то, ты единственная, с кем я не спала».

Среди одиноких есть такое явление, как «секс на одну ночь»: вы «снимаете» кого-нибудь, ведете домой, бешено совокупляетесь, а утром смотрите друг на друга и пытаетесь определить, сможете прожить с этим человеком всю жизнь или нет. Если нет, вы расстраиваетесь и уходите, и, согласно неписанному правилу, вам уже никогда не будет хорошо с этим человеком, потому что проведенные испытания выявили его неполноценность. Потому что у вас нет правил поведения для «промежуточного» интима – того, что находится между сексом с незнакомцами и горой долгосрочных обязательств.

Как научиться сблизиться, не влюбляясь? Что касается нас, мы любим наших друзей, особенно тех, с кем занимаемся сексом. Эти люди – наша семья, зачастую более долговечная, чем мужья и жены. Благодаря некоторому опыту мы умеем строить близкие отношения на теплых чувствах и уважении – это дает куда больше свободы, чем безрассудство, зависимость или ослепляющая страсть влюбленных. Именно поэтому отношения между приятелями по сексу трудно переоценить. Когда мы понимаем, как любим, уважаем и ценим любовников, с которыми никогда не вступим в брак, дружеский секс становится не только возможным, но и предпочтительным. Так что пока вы беспокоитесь, что влечение может стоить вам лучшего друга, более опытный блядун поинтересуется – как Кэтрин – почему из всех друзей только с вами он еще не трахался.

У каждого отношений своя роль – или будет своя, если вы позволите.словно два ручейка, вы и ваш избранник можете бежать вместе сколь угодно долго, если разрешите отношениям принять такую форму, которая устроит вас обоих.

Отношения могут быть самыми разнообразными, мы перечисляем лишь те немногие, которыми с успехом пользуются наши знакомые. Любой тип отношений видоизменяется согласно вашим предпочтениям: моно-, би-, транссексуальные или садо-мазо. Здесь мы рассказываем о том, в чем сущность той или иной семейной структуры с участием блядей.

Целибат

Традиционно воздержание помогало сосредоточиться на умственных или духовных задачах, не отвлекаясь на плотские желания. Если вы хотите посвятить себя религии, пишете докторскую диссертацию или переживаете большие перемены в жизни, короткий или длительный целибат поможет сконцентрироваться.

Если возникают трудности в сексе или отношениях, можно прибегнуть к воздержанию, чтобы разобраться в себе: «Что я за человек, когда живу сам по себе?» (По этой причине Досси воздерживалась от секса пять месяцев после разрыва с партнером, который жестоко относился к ней.)

Некоторые соблюдают целибат не по своей воле: заключенные, больные, инвалиды, необщительные, отшельники, несовершеннолетние – этим людям бывает сложно найти партнеров для согласованного секса. Другие могут отказываться от секса потому, что временно не желают ни с кем общаться.

Мы не видим противоречия в словосочетании «воздержание бляди». Если позволяет духовная традиция, воздержание может стать прекрасным «медовым месяцем одиночки». В это

время можно не спеша и с наслаждением изучить свои фантазии, узнать, что вас возбуждает и как ваше тело отзывается на разные ласки.

Мастурбация может (и должна!) быть утонченным искусством, равным по возможностям и глубине сексу с партнером – это истинное и благородное проявление любви к себе. Целибат может стать великим торжеством в честь ваших отношений с самим собой.

Одиночки

Некоторые бляди предпочитают жить одни: кто-то временно – чтобы «залечить раны» между отношениями, другие – постоянно. Побывать одному – хороший способ узнать, кто вы есть, когда не пытаетесь стать чьей-то половиной. Если вы научитесь жить в одиночестве и наслаждаться этим, вам будет чем поделиться с партнером, когда он появится. Досси прожила половину взрослой жизни без пары, собирая вокруг себя близких друзей и воспитывая дочь в компании очень отзывчивых, доброжелательных и любящих людей.

Одиночки устраивают свою личную жизнь по-разному. Одним из ключевых моментов является то, насколько изолированы друг от друга ваши любовники. Порой мы так стараемся оградить себя и других от ревности, что упускаем возможность научиться управляться с ней – мы еще остановимся на этом поподробнее. Обещаем уделить внимание ревности в отдельной главе.

Итак, одна из форм блядства для одиночек – это несколько не знающих друг о друге партнеров. Данный подход избавляет от сложностей – но заодно исключает возможность взаимовыручки и формирования круга друзей.

Другой путь – познакомить ваших любовников друг с другом, например, за воскресным обедом. Идея может показаться сумасбродной, невероятной, но не отменяйте ее, не попробовав. Ведь у ваших любовников много общего – это вы и все те качества, которые вам нравятся в них. Поэтому они вполне могут понравиться друг другу: пару раз в неделю Кэтрин ходила на чудесные свидания с любовницей своего партнера, которая жила неподалеку от ее работы. Возможно, до встречи вы будете бояться, что ваши любовники возненавидят друг друга – а после станете ревновать, потому что они сойдутся лучше, чем вам бы хотелось. Кэтрин дружила, а иногда спала с любовницей своего партнера еще долго после того, как те расстались.

Знакомство любовников между собой помогает избежать одной из самых пугающих сторон ревности – догадок, что кто-то выше, стройнее, умнее, сексуальнее и вообще лучше, чем вы, старая ключка. На встрече с «соперницей» или на общей встрече любовников становится ясно, что все они – живые люди, со своими достоинствами и недостатками, и это успокаивает. (Поверьте, ваше воображение страшнее любого человека из плоти и крови.) Еще эта встреча решает проблему, над которой каждый год приходится ломать голову: кого пригласить на день рождения – когда все перезнакомятся, то смогут договориться и устроить вам сюрприз – огромную вечеринку.

Знакомство любовников позволяет создать сообщество или большую семью из людей, лично и сексуально заинтересованных друг в друге. Когда людей, объединенных различными отношениями, в том числе интимными, становится все больше, формируется целая сеть знакомых и образуется нечто вроде семей. Тогда, возможно, даже не понадобится знакомить любовников – они и так будут знать друг друга.

Если вы одиночка, который начинает встречаться с кем-то из сложившейся пары, важно уважать отношения этих людей, быть вежливым с основным партнером вашего любовника и поддерживать его. В свою очередь, основной партнер должен быть вежлив и предупредителен по отношению к вам. Не угодите в ловушку представлений о том, что раз вам понравился кто-то из пары (или вы ему), то вы теперь соответчик, совратитель, разрушитель семей и похититель любви. Вы не больший злодей, чем каждый в этом треугольнике. Когда люди уважают чувства других, не бывает ни жертв, ни злодеев.

Случается, что одиночки становятся любовниками обоих людей, составляющих пару – при любом сочетании полов. Встречи со сложившейся парой дарят одиночке чувство стабильности – в уже существующую интимную атмосферу можно добавить той энергии, которая лучше всего подходит, и это все, что от тебя требуется. Это большая честь и истинное удовольствие – участвовать в сексе пары, которая благодаря времени и постоянной близости приобрела свой стиль. Секс между близкими людьми необычайно красив, и счастлив тот, кому

удается разделить его. Мы обе храним самые теплые воспоминания о сладких мгновениях секса втроем, когда нам, уже удовлетворенным, доводилось наблюдать, как наши любовники любят друг друга – глубоко трогательное и прекрасное зрелище.

Если вы одиночка и любите свободный секс, обратите внимание, каким образом вы удовлетворяете свои желания – сексуальные и эмоциональные. И секс на одну ночь может наполнять жизнь теплотой – если принимать любовников в семью, делиться переживаниями, выражать привязанность и благодарность за подаренное ими наслаждение. Получить желаемое можно многими путями – но, чтобы делать это сознательно, важно разобраться в себе и понять, что именно вам нужно. Притворяясь, что вам ничего не нужно – в том числе секс, любовь, эмоциональная поддержка, – вы обманываете себя и будете пытаться получить желаемое тайком, что вряд ли получится. Таких людей называют пассивно-агрессивными или манипуляторами – мы считаем, что это люди, которые не умеют напрямую заботиться о своих нуждах. Не обрекайте себя на жизнь намеков и надежд.

Когда вы поймете, чего хотите, и попросите об этом, то удивитесь, как часто будете слышать «да» в ответ. Вспомните, какое облегчение чувствовали, когда кто-нибудь просил вас о поддержке, объятии или как-нибудь еще давал знать, как ему угодить. Вспомните, как чувствовали себя на высоте, да и просто хорошо, когда сумели по-настоящему помочь другому человеку – позволили ему выплакаться или подарили идеальный оргазм. Позвольте своим друзьям почувствовать себя так же хорошо, помогая вам.

Партнерство

Есть несколько видов открытых отношений для людей, состоящих в паре: например, серийная моногамия, когда партнеры разделены во времени, а также неизменно популярная несогласованная немоногамия, иначе называемая «изменой». Это можно назвать «бессознательной свободной любовью», но авторы данной книги чувствуют себя свободнее и безопаснее, когда отдают себе отчет в происходящем.

Очевидно, что лучше всех открытые отношения получаются у пары, которая сначала позаботится друг о друге, а уж потом позовет кого-то еще. Поэтому парам, состоящим из блядей, придется постараться и сделать все, о чем мы пишем, чтобы научиться понимать друг друга, справляться с ревностью, сомнениями и собственническими чувствами, делая это как можно более сознательно. Не обойтись им и без счастливого, здорового и страстного секса друг с другом.

У пар могут быть отношения за пределами основных или просто несколько любовников без какой-либо иерархии. Отношения могут сильно различаться по степени близости и по частоте встреч. Одни длятся недолго, другие – годы или даже всю жизнь; встречи происходят дважды в неделю или раз в полгода.

Новички в немоногамии тратят массу сил на различные ограничения. Первым делом они думают о том, что нужно запретить партнеру – любые действия, которые лишают уверенности или расстраивают – а не о собственных желаниях. Для многих пар это первый шаг в запутанном мире блядства, и он необходим – такие рамки служат своего рода спасательным кругом, на случай если вам станет плохо, страшно или неудобно. Мы не раз видели, что пары, научившиеся обращаться с ограничениями, начинают заботиться о своих желаниях и придумывать способы их безопасного удовлетворения.

Мы знаем женщину, у которой два главных партнера, по одному каждого пола. Их отношения длятся многие годы, вместе они воспитывают детей и внуков, у них громадная сеть любовников, и даже «бывшие» не покидают большую семью. Способность этих людей дарить любовь и безоговорочную поддержку стольким людям заслуживает восхищения.

Бывает, что партнеры ищут любовников отдельно: заранее договариваются, кто в какой клуб поедет, и стараются не пересекаться в интернете или газетных объявлениях. Иногда они рассказывают друг другу о своих приключениях и знакомят с любовниками.

Другие выбирают подходящую пару и знакомятся с ней, чтобы позабавиться вчетвером или поменяться партнерами. Многие полиаморные пары прекрасно живут, находя людей с похожими интересами. Подобные двойные союзы могут длиться всю жизнь и дарить жаркий секс и настоящую семейную идиллию.

Некоторым парам, равно как и одиночкам, нравится групповой секс. Во многих крупных

городах есть заведения для оргий и свинга, секс-клубы и гей-сауны на любой вкус. О них мы расскажем в отдельной главе. Заведения для группового секса могут стать безопасным пространством для экспериментов немоногамной пары. Вечеринки можно посещать вместе или по отдельности, «снимать» партнеров в одиночку или «парой», встречаться с друзьями друг друга и развлекаться с разными людьми, все время сохраняя приемлемую для обоих связь друг с другом. Таким образом секс вне основных отношений имеет ограничения, определенное окружение, и многим это нравится.

Часто любители группового секса становятся друзьями, объединяются в семьи и занимаются вместе другими делами – например, закатывают огромные обеды на День Благодарения. В фильме «Личные услуги» показано, как чудесно подобная семья празднует Рождество в одном из британских публичных домов.

Некоторые пары практикуют полифиделию – создают закрытые группы, где можно заниматься сексом, не опасаясь инфекций, и поддерживать эмоциональную связь между участниками. Кто-то живет отдельно, другие – создают групповые браки из двух-четырех пар, вместе воспитывают детей, покупают дома, договариваются о правилах секса.

Больше двух

Преданных друг другу людей не обязательно должно быть двое – их может быть и больше. Есть разные варианты преданности – например, когда сложившаяся пара дает обещания третьему или даже четвертому партнеру. Отношения, в которых прибывают, а также, что неизбежно, убывают участники, со временем превращаются в замысловатые построения, где методом проб и ошибок заново распределяются семейные роли. Роль отдельной личности в группе из троих или четверых может развиваться и меняться: в этом году некто чувствует себя «мамой» группы, а в следующем вполне может превратиться в «ребенка» или «папу».

Триады встречаются, пожалуй, чаще всего, позволяя людям одного или разных полов создать семью. Некоторые объединяются в семьи из трех или четырех человек, по мере того как отношения, начавшиеся на стороне, становятся глубже. Другие активно подыскивают членов для группового брака, чтобы воплотить свое представление о семье. Мы слышали о людях, которые называют себя «трисексуалами» – настолько серьезно они относятся к жизни и любви троим.

Уравновесить триаду бывает непросто, ведь в любом *menage a trois* присутствуют три пары: А+В, В+С, С+А, и отношения в каждой из них могут быть разными. В триаде, как в многодетной семье, не бывает постоянного равноправия. Кэтрин, к примеру, недавно долго обсуждала в интернете, кто из членов триады должен ездить на заднем сиденье машины. Не закикливайтесь на попытках уравнивать ваши отношения, иначе окажетесь в положении ребенка, который плачет, потому что «не его обняли первым» – не вам досталась самая большая улыбка или сильный оргазм. Очень важно не соперничать, а работать над собой, чтобы принять различия и уникальность каждого как прекрасный дар, который обогащает всех.

«Круги» и «племена»

Круг – это система связей между людьми, больше напоминающая созвездие: кто-то находится ближе к центру и общается со многими, кто-то – с краю и поддерживает связь с одним-двумя участниками (и, возможно, является частью другого созвездия). Такие формирования могут образоваться случайно, а могут стать большой семьей, в которой вместе воспитывают детей, зарабатывают, ухаживают за больными и престарелыми, приобретают имущество.

Профессор Университета Пенсильвании Джеймс Рейми в прекрасной книге «Интимная дружба» писал, что немоногамия обычно принимает вид так называемых родственных сетей – сообществ, которые связаны друг с другом сексуальными отношениями и которые, возможно, выполняют роль деревень в те времена, когда мир был меньше. Такие группы называют «племенами».

Круги интимных друзей весьма распространены – геи называют их кругами «приятелей по сексу». Они могут быть открытыми и принимать новых участников, обычно по рекомендации старых. Когда вы принадлежите к такому кругу, новые любовники любого участника могут стать вам друзьями и семьей, поэтому здесь принято не соперничать и отталкивать, а принимать и приветствовать – как правило, действительно очень радушно.

Бывают закрытые круги, где новичков принимают только по общему решению. Такие круги набирают популярность, потому что помогают обезопасить себя от СПИД'а и других венерических заболеваний, а также справиться с отчужденностью в перенаселенном мире. Участники подобных групп могут развлекаться с кем угодно внутри круга (где уже существует договоренность о безопасном сексе и известен ВИЧ-статус каждого), но ни с кем за его пределами. Таким образом можно экспериментировать со множеством отношений, оставаясь в пределах ограничений. Подобный образ жизни называют полифиделией.

Групповые браки с любым количеством участников могут складываться из пар или, наоборот, избегать диад и подчеркивать индивидуальность каждого. Группы могут быть открытыми или закрытыми. Бывает, что присоединение новичка отмечается подобием свадебной церемонии – недавно Кэтрин встретила трех друзей, которые шли покупать себе обручальные кольца.

НЕЭТИЧНАЯ БЛЯДЬ: КАК НЕ НАДО СЕБЯ ВЕСТИ

Некоторые считают, что главное в свободном сексе – набрать очки, тем более что судей и вовсе нет. Значит, все честно? Любители спортивного траха, коллекционеры и охотники за трофеями относятся к своим партнерам как к призам в состязаниях – но что происходит, когда они получают свой приз? Пора за следующим?

Возможно, понятие коллекционера вам не знакомо, но уверяем – они существуют. Досси встретила их целую кучу, когда жила в Сан-Франциско в доме-общине «Дамская вольница» с двумя другими одинокими матерями. Оказалось, что для некоторых идеал свободной любви – это переспать с ними со всеми. А Кэтрин однажды узнала, что ее потенциальный любовник уже переспал с ее мамой и сестрой и надеялся собрать всю коллекцию.

Когда некто относится к сексу как к спорту, а к партнерам – как к объектам, а не живым людям, это нельзя назвать взаимным уважением. Мы надеемся, что в своих экспериментах вы стремитесь достичь чего-то большего, чем заработать несколько очков, играя в любовь. Мы предпочитаем играть всерьез.

Некоторые «набирают очки», составляя из людей рейтинги по степени привлекательности. Чтобы получить максимум баллов и убедиться в своем превосходстве, эти люди стараются добраться до самой высокой ступеньки, какой только могут. Положение в рейтинге может определяться богатством, молодостью, внешностью, состоятельностью и/или профессионализмом, иногда даже стоимостью гардероба, машин и прочего имущества. Вы заметите, что эти признаки всегда внешние и ничего не говорят о самом человеке или о том, насколько теплые и глубокие отношения можно с ним установить.

Мы не считаем любовь игрой, в которой можно выиграть, если забраться по лестнице поверхностных ценностей. Основываясь на обширном опыте, мы знаем, что модный прикид не обещает настоящей любви. Мы не разделяем людей на «хуже» и «лучше» нас и не рады тем, кого привлекает наш статус (писатели обычно ценятся довольно высоко в категории «профессия»), а не мы сами. Жертвами рейтингов становятся и те, кто внизу, и те, кто вверху, – ведь когда к вам «клеится» слишком много народа по ложным причинам – это так же неприятно, как если бы вообще никто не обращал внимания. Мы знаем, что каждый – уникален и что личные качества гораздо ценнее, чем внешность или вещи.

Некоторые относятся к сексу как к большой охоте – пытаются завоевать не расположенную к общению жертву. Как будто объект страсти не способен сам решиться на секс с соблазнителем, его надо непременно перехитрить. Все читали или смотрели «Опасные связи»? Если вы думаете, что только последний дурак займется с вами любовью по собственной воле, то можете накликать на себя беду. Если вы считаете, что с помощью секса можно самоутвердиться за чужой счет, нам вас очень жаль, потому что это никогда не сработает. Вы будете снова и снова пытаться украсть у других чувство уверенности, но никогда не насытитесь. А еще мы надеемся, что вы будете изображать охотника подальше от наших друзей.

Многие из тех, кто имеет опыт несогласованной немонагамии, привязываются к ощущению секретности и радуются, что «вышли сухими из воды». Таким людям бывает трудно адаптироваться к этичному блядству – они настолько привыкли скрывать свои приключения от партнера, что возбуждаются от этого и уже не могут обходиться без всплеска адреналина,

который дарит им запретный плод. Потребуется немало доверия, а возможно, изобретательности и ролевых игр, чтобы помочь такому человеку открыться и испытать много большую радость от уверенности, что его развлечения никого не заставляют страдать.

Не обещайте невозможного. Если вам нравится человек, который ищет партнера на всю жизнь, а вам хочется беззаботного романа (или наоборот), будьте честны, даже если это значит, что от секса придется отказаться, пока ваши чувства друг к другу не станут более взаимными. Здесь легко ошибиться. Досси так и сделала, когда была молодой и глупой:

Я пережила разрыв после долгих отношений и чувствовала себя отвратительно. В одном из кафе в Гринвич-Виллидж я увидела своего «бывшего» с прелестной молоденькой девицей, которая вовсе не была мной. Я почувствовала себя жестоко обманутой и никому не нужной. Именно тогда со мной заговорил парень, которому я нравилась, но к которому не испытывала ничего серьезного. Почему-то мне показалось логичным пойти к нему домой и дать себя утешить, однако на следующий день я пожалела об этом, потому что обидела его и оставила ни с чем. Моя вина усугубилась тем, что, как оказалось, мой «бывший» встретился с той девушкой, чтобы излить душу о том, как жалеет о разрыве со мной, – вскоре мы снова были вместе. Мне всегда казалось, что я использовала того парня, когда бездумно приняла его привязанность и ничего не отдала взамен. Благоднее было бы просто отказаться.

Более взрослая и мудрая Досси придерживается двух правил: она считает, что ложиться в постель можно только с тем, с кем, хотя бы теоретически, готов сделать это снова, и что все по-настоящему стоящие поступки стоят того, чтобы дождаться подходящего момента. Каждый совершает ошибки, но признак настоящей бляди – учиться на них и идти дальше.

Самое время поговорить о сексе в отместку. Трахаться с кем-то, чтобы отомстить другому – поистине отвратительно. Специально вызывать сомнения, ревность и другие болезненные чувства – это подло и бесчестно, но использовать другого человека будто марионетку для такой игры – грубо и крайне жестоко. В психопатологии «антисоциальным» считается поведение, когда правами (мы бы добавили: и чувствами) других людей грубо пренебрегают. Мы предпочитаем общаться с менее вредоносными персонажами.

Как поступить, если кто-то среди ваших друзей играет нечестно? Хорошо, если в семье об этом можно поговорить, поделиться опытом и чувствами – ведь если всем будет стыдно признаться, что кто-то использовал их в неблагородных целях, остальные не узнают, как защитить себя. Не стоит стыдиться, если вы приняли чью-то ложь за чистую монету, все мы хоть раз доверялись тому, кто не был этого достоин. Обмануть честного нетрудно, но мы надеемся, что вам хватит смирения, чтобы извлечь урок из своих ошибок и не наступать на те же грабли.

Причинами рассмотренных ситуаций являются либо лжецы, либо люди, которые избегают близости и эмоциональной привязанности. Мы предпочитаем доверять Природе и позволять отношениям выполнять свою роль. Так мы можем раскрыть потенциал близости с каждым человеком и разрешить отношениям формироваться оптимальным образом для каждого участника в каждый момент времени. Кэтрин рассказывает:

Шерил была моей первой женщиной, ая~ ее. Мы познакомились десять лет назад и несколько месяцев занимались чудесным, страстным сексом. К сожалению, это длилось недолго: я пыталась понять свое отношение к сексу с женщинами, а ее чувства становились все сильнее и вскоре переросли мои, что добавило масла в огонь. Мы расстались, обвиняя друг друга во всех несчастьях. И нам пришлось потратить немало времени и сил, чтобы добиться взаимопонимания и снова стать лучшими подругами – теперь уже без секса. И хотя мы живем в двух часах езды друг от друга, раз в пару месяцев мы встречаемся, чтобы пообедать или куда-нибудь сходить, а раз в год проводим вместе отпуск.

Этичные бляди относятся к любовникам как к людям и позволяют отношениям самим принять необходимую форму, а не втискиваться в рамки, навязанные обществом. Благодаря этому секс приходит и уходит, а друзья остаются.

Глава 8. НАСЛАЖДАЙТЕСЬ СЕКСОМ

Секс прекрасен, а удовольствие – полезно. Мы уже говорили об этом и с готовностью

повторяем. Ныне авторы данной книги занимаются сексом ради секса и чувствуют, что это естественно и удобно, хотя не всегда давалось так просто. В обществе, которое учит нас, что секс – это порочно, неприлично, грязно и опасно, нелегко найти путь к сексуальной свободе, а идти по нему рискованно. Если вы выбрали этот путь – мы поздравим, поддержим и подбодрим вас, а самое главное, поделимся информацией. Начнем с того, что мы, как и любой ценитель секса без границ, научились так жить вопреки обществу, в котором выросли, – а значит, вы тоже сможете.

Что же такое секс?

Чтобы понять, как устроены половые функции мужчин и женщин, советуем почитать соответствующую литературу. В этих книгах много информации – больше, чем мы смогли бы рассказать в одной главе, – о том, из чего складывается секс и как быть, если он не складывается. Если вы беспокоитесь об эрекции и оргазме, если кончаете слишком рано или слишком поздно, если не можете понять, что вас возбуждает, в книгах приводятся упражнения, которые могут помочь. Вы больше узнаете о безопасном сексе и контроле рождаемости и выучите много новых слов, чтобы обсуждать с партнерами все эти замечательные вещи.

Мы бы хотели дать более широкое определение сексу, включить в него не только гениталии, не только совокупление, не только стимуляцию, которая ведет к оргазму (конечно, мы и этого не исключаем!). Мы склонны считать любое чувственное возбуждение сексуальным, будь то эмоция или оргазм. Наша подруга, профессиональный работник секс-индустрии, вспоминает:

У меня уже была обычная встреча с этим парнем, но однажды он пришел, положил на стол четыреста долларов и сказал, что хочет просто поговорить. Мы улеглись на матрац и проговорили весь вечер. Это был один из самых ярких сексуальных опытов в моей жизни: я как будто влюбилась. Мы проникновенно общались на уровне сердечной чакры и оба ощущали чистое единство – роскошное, сладкое, густое как мед. Мы были настолько близки, что чувствовали тепло наших тел, но не прикасались друг к другу – пару раз мы пробовали, но это ослабило энергию. От возбуждения у меня кружилась голова. Это было потрясающе.

Расширяя свое представление о сексе, включая в него все, что доставляет нам удовольствие, мы освобождаемся от «тирании гидравлики», от обязанности удовлетворить партнершу, возможно, даже от контрацептивов, если решим, что ласки – это уже замечательный секс.

Удовольствие – полезно. Делайте то, что доставляет вам удовольствие. Не позволяйте никому учить вас, что должно вам нравиться, а что нет. Тогда не ошибетесь. Тогда секс становится очень простым – наслаждаться и делиться им тоже просто.

ПРЕПЯТСТВИЯ

Что же мешает нам наслаждаться сексом? В первую очередь, секс-негативное отношение общества. Даже тех, кто понял, что нечего стесняться секса, поначалу сковывают стыд и смущение. Стыд, а также убеждения, что наши тела, влечение, секс – это грязно и неправильно, не позволяют развивать здоровое самоуважение. Многие из нас еще в подростковом возрасте почувствовали вину за сексуальное влечение, фантазии и мастурбацию – задолго до секса с другими. А когда настал первый опыт, многие из нас были так расстроены своей «эффективностью», так убеждены, что сделали все неправильно, что забыли заметить, как это приятно.

Когда наши желания и фантазии выходят за пределы моногамного разнополого брака, начинаются дальнейшие нападки на нашу самооценку – мы становимся сексуально озабоченными извращенцами, нас презирают другие, а зачастую, мы и сами себя презираем. Говорят, даже Бог нас ненавидит. Очень трудно стремиться к сексуальной свободе, когда так не любишь себя, что готов сквозь землю провалиться.

Представление о теле

Все мы выглядим не так сексуально, как хотелось бы. Чтобы набить карманы, индустрия рекламы и моды заставляет нас плохо относиться к своему телу, чтобы мы покупали побольше одежды, косметики, делали пластические операции и все возможное в отчаянных попытках смириться с тем, как выглядим в чужих глазах. Производители духов и дезодорантов всеми способами пытаются убедить нас, что мы плохо пахнем (если наш родной запах хуже этих

разрекламированных ароматов, то он и впрямь отвратителен). Даже молодые, стройные и симпатичные счастливики постоянно беспокоятся о своей внешности: иначе с чего бы им толпиться в спортивных залах и на занятиях по аэробике?

Чем больше половых партнеров вы хотите иметь, тем больше людей увидят вас без одежды – вот и приехали. Чтобы заниматься свободным сексом, вам придется принять тело, в котором живете, если только не решите ждать, пока сбросите десять килограммов, на что может уйти вечность, или что помолодеете – вы выдыхайте, выдыхайте. Запомните: сексуальность – это не то, как вы выглядите, а то, как себя *ощущаете*.

Что вы знаете о сексе, и правда ли это?

Еще одно препятствие на пути – это неточные, а то и вовсе неверные сведения о сексе. Долгие годы информация о поведении в сексе и половых функциях была под запретом, как и большинство дискуссий на тему сексуального удовольствия. В зависимости от того, к какой культуре вы принадлежите и где живете, необходимая информация может быть более или менее доступна. Нам нужно быть политически активными, чтобы защищать свое право иметь точную и полезную информацию о сексе. Двадцать пять лет назад у вас не было бы возможности читать эту книгу. Совсем недавно на государственном уровне предпринимались попытки подвергнуть цензуре содержание интернет-страниц, но, к счастью, они были признаны неконституционными.

Сегодня издается огромное количество книг о сексе, ведется множество дискуссий и – берегитесь! – вам придется услышать и прочесть массу недостоверной информации о сексе. Потому что сексология как наука появилась совсем недавно, потому что исследования полового поведения трудны и неубедительны, а также потому что в нашем обществе долгое время не было принято открыто говорить о сексе, так что сказок очень много, а истину отыскать непросто. Собирайте любую информацию, применяйте в жизни только то, что подходит именно вам, и не принимайте ничего на веру. Пожалуйста.

Нехватка слов

Если вы не умеете говорить о сексе, как вы можете думать о нем? Исторически сложившийся запрет на обсуждение секса сделал нас беспомощными еще в одной сфере: говорить о сексе, выражать словами все, что мы делаем в постели. Из-за этого невозможно поделиться опытом с друзьями, а иногда и с любовниками. Задумайтесь, с кем бы вы поговорили о том, что не можете достичь оргазма с партнером? Вы бы легко спросили друзей, испытывали ли они нечто подобное? А как насчет партнеров? Почти у каждого из нас бывали трудности в сексе, но очень немногие смогли обратиться за поддержкой к друзьям и любовникам – мы же втайне стыдимся своих неудач, а в таком положении практически невозможно что-либо исправить.

Очень трудно думать о том, о чем вы не можете говорить. Почти все мы думаем словами; без необходимого словарного запаса невозможно общаться не только с другими, но и с самим собой. Это делает нас калекками. Те немногие слова, с помощью которых можно говорить о сексе, вызывают негативные ассоциации. Приходится либо употреблять медицинские термины, вроде вульвы и эрегированного пениса, но тогда кажется, будто секс – это болезнь и, чтобы говорить о нем, надо быть врачом; остаются матерные слова – пизда ёбаная, толстый хуй – но тогда все сказанное кажется оскорблением.

Но как тогда сказать нечто вроде: «Мне было бы очень приятно, если бы ты провела пальцем вокруг моего клитора, а не водила вверх-вниз» или «Пожалуйста, сожми мой член сильнее»? Нам, писателям, хорошо известно, насколько сложно выразить словами наш опыт и представления о сексе, нам пришлось много тренироваться.

Погоня за результатом

Когда люди нервничают во время секса, то ведут себя так, будто хотят как можно скорее закончить дело и достичь оргазма. Когда секс превращается в погоню за результатом, мы закливаемся на достижении оргазма и упускаем все прекрасные ощущения, что случаются до него (в общем-то, и после тоже). Уделяя все внимание половым органам, мы исключаем из процесса большую часть самих себя. Пренебрегая эрогенными зонами, мы не только лишаемся приятных ощущений, но и увеличиваем вероятность появления сексуальных расстройств. И удовольствия получаем меньше.

НАВЫКИ

И все же, как *учатся* сексу? Есть миф, мол, стоит только начать, и все получится само собой, а если не получается – значит, глубоко внутри у нас проблемы, разрешить которые может только сам доктор Фрейд. Чепуха! Мы хотим заниматься сексом прямо сейчас и не можем позволить себе семь лет психоанализа. Все намного проще: после долгих исследований мы пришли к поразительному выводу, что верной информации и желания научиться достаточно, чтобы стать самыми страстными любовниками и наслаждаться изобилием замечательного буйного секса.

Наша подруга впервые испытала оргазм в возрасте тридцати четырех лет, когда прочитала в одном из популярных в семидесятых годах руководств по сексу, что в мастурбации нет ничего страшного – ее поколение было убеждено, что от этого можно заболеть или сойти с ума. Нам это кажется полным безумием – сколько лет и сколько оргазмов она упустила из-за ложной информации? Никто не рождается отменным любовником, а знания, которые дает нам собственное тело, часто подавляются секс-негативной культурой. Самое приятное в обучении сексу – это то, что вы наверняка полюбите делать домашнее задание, так что давайте начнем!

Читайте и обсуждайте

Всему, что вы сейчас умеете, вы где-то и как-то научились, поэтому, если захотите, сможете еще чему-нибудь научиться – новым способам получать удовольствие от секса и преодолевать затруднения, если они у вас есть. Обучение требует некоторых усилий, но они того стоят, и мы знаем, что вы проявите смелость и настойчивость. Мы советуем прочесть несколько книг о сексе – существует качественная литература для любых ориентации и предпочтений. Читайте вместе с партнерами, чтобы ваши знания совпадали. Во многих книгах даются упражнения для развития сексуальных навыков – поделайте их.

Говорите о непристойностях. Обсуждайте секс. Просите людей поделиться опытом и делитесь собственным. Кэтрин вспоминает, как впервые посмотрела порнофильм и очень смутилась, увидев, что женщины мастурбируют, лежа на спине – она засомневалась, «правильно» ли мастурбировала все эти годы. Она расспросила подруг и оказалась далеко не одинока – не только в том, что предпочитала лежать на животе, но и в том, что сомневалась. Поговорите с близкими, с друзьями, с людьми, которых уважаете. Поначалу нарушить молчание бывает страшно, но откровенный разговор с любовниками и друзьями станет настолько ценным для всех вас, что уж точно оправдает несколько минут смущения. Одна из наших подруг была уверена, что в целом свете только у нее болят щеки, когда она сосет член. Поговорив с друзьями, она поняла, что принадлежит к большинству. Если вы не можете откровенно и подробно поговорить о сексе с любовниками, как вы собираетесь справляться с трудностями или пробовать что-то новое?

Хотите хорошего секса – начните с себя

В буквальном смысле. Когда Мастере и Джонсон в конце 50-х начали исследовать половые функции и отклонения, они начали с изучения нормального, здорового секса. Были отобраны 382 мужчины и 312 женщин, в том числе 276 гетеросексуальных пар, которые были удовлетворены своей половой жизнью. Выяснилась удивительная вещь: практически все эти сексуально удовлетворенные люди мастурбировали – независимо от наличия секса с партнером.

Напишите на зеркале: сексуально успешные люди мастурбируют. Вы занимаетесь любовью с самим собой не потому, что вы неудачник, или не можете найти партнера, или отчаянно стремитесь сбросить напряжение. Вы делаете это потому, что заслуживаете удовольствия, а игра с самим собой вам его доставляет.

Люди, которые удовлетворяют себя сами, хорошие любовники по двум причинам. Во-первых, секс с собой – отличный способ исследовать, что вас возбуждает: прикосновения в разных местах, вибраторы, новые позиции. Во-вторых, вы будете знать, что вам нравится, а что нет, поэтому сможете выбрать наиболее приятный путь, ни на кого не оглядываясь и никого не стыдясь. Мастурбация позволяет делать многие интересные вещи: например, если вы хотите задержать оргазм – можете поупражняться в расслаблении, научиться ускоряться и замедляться именно так, как вам хочется. А если вы беспокоитесь, что не всегда можете кончить, уделите этому внимание наедине с собой, а потом расскажите партнеру о том, что вы предпочитаете и что вас возбуждает. Практика приводит к совершенству, так что мастурбируйте почаще.

Для начала поддержите в себе уверенность и научитесь любить свое тело – нет, не то тело, которое вы планируете иметь после года ежедневных тренировок и жизни на одном салате. Когда вы последний раз делали что-нибудь, что помогло бы полюбить тело, в котором живете? Сложно быть в хороших отношениях со своим телом, если вы только и делаете, что критикуете его. Попробуйте его побаловать: примите ванну с пеной, сходите в сауну с джакузи или на массаж, купите шелковое белье. Будьте ласковы со своим телом, потом найдите чье-нибудь еще тело, будьте ласковы с ним, и тогда кто-нибудь еще будет ласков с вашим.

Любите себя как дорогого любовника. Мастурбация поможет поддерживать и развивать отношения с самим собой. Мы повышаем самооценку, просто доставляя удовольствие своему телу. Чтобы наладить с ним отношения, пригласите себя на свидание. Застелите постель лучшими простынями, зажгите свечи и включите музыку в ванной, подогрейте полотенца, подготовьте самую сексуальную ночную рубашку или пеньюар, побалуйте себя долгим купанием, чувственным лосьоном, самомассажем и взрывным оргазмом. Мы ни разу не встречали человека с заниженной самооценкой во время оргазма.

В отношении с другими людьми вы приносите лишь то, что есть в вас самих. Это все, что вы можете предложить: в личном, эмоциональном и сексуальном плане.

Чем больше сексуальности найдете в себе вы, тем больше сексуальности найдут в вас другие.

А если вы вообще хотите стать лучшим любовником на свете, если хотите максимально доходчиво объяснить партнеру, что заводит вас больше всего, мастурбируйте в одной комнате. Кто знает, вдруг вам тоже понравится наблюдать – нас, например, это дико возбуждает. А наблюдая и показывая, вы научитесь дарить друг другу наслаждение и станете идеальными и идеально удовлетворенными любовниками.

Создайте все условия

Сложно получать удовольствие, если вы волнуетесь, не проснулся ли малыш, заперта ли дверь и задернуты ли занавески. Определитесь, какие условия вам необходимы, чтобы расслабиться и отдаться сексу полностью. Позаботьтесь обо всем заранее. Договоритесь с партнером о противозачаточных средствах. Не нужно спорить, когда речь идет о беременности и венерических заболеваниях: уважайте мнение самого консервативного из вас, ведь секс гораздо приятней, когда все чувствуют себя в безопасности. У каждого могут быть специфические требования, и это тоже нормально. Досси слегка помешана на чистоте, ей нравится застилать постель свежими простынями и принимать душ, чтобы почувствовать себя свежей и сияющей. Кому-то другому это не так важно – что с того? Не существует универсального способа подготовиться к сексу. Позвольте себе следовать вашим потребностям – это вас освободит.

Иногда вы будете попадать в ситуации, где ваши обычные требования перестанут вас волновать, и это может вас позабавить. Кэтрин вспоминает:

Однажды вечером я поехала на концерт с двумя друзьями. Одному из них досталось сокровище – «Линкольн Континенталь» 1964 года размером с небольшую квартиру. На обратном пути мы решили остановиться у реки, чтобы полюбоваться лунным светом, но не успели и глазом моргнуть, как устроили самую настоящую оргию на переднем сиденье «линкольна». Я всегда думала, что секс в машине не для меня, но когда моя голова оказалась у руля на коленях партнера, которому я мастурбировала, а партнерша присела у пассажирского сиденья и зарылась лицом у меня между ног, мое мнение изменилось. Сцена закончилась истеричным хохотом: партнер, член которого я держала, начал извиваться в оргазме и случайно просигналил – детройтовский гудок середины 60-х издал такой рев, что, наверное, перебудил всех на много миль вокруг, а мы буквально покатались со смеху!

Общайтесь

Почти все мы немеет от страха, когда наступает самый сложный момент в общении – сказать, что нам нужно. Есть ли среди нас хоть один, кто ни разу не постеснялся попросить партнера стимулировать клитор или член сильнее или мягче, быстрее или медленнее, ближе к основанию или к концу, с одной стороны или с обеих, вверх-вниз или по кругу или как еще нам может понравиться? Поверьте на слово, единственный способ получить в сексе именно то, что вам нужно, – это попросить об этом. А чтобы заработать репутацию отличного любовника,

нужно выяснить у партнера, что он предпочитает, и попросить показать, как именно это надо делать. Кэтрин всегда просит новых любовников мастурбировать при ней, а сама наблюдает и запоминает, какая именно стимуляция нравится им больше всего. Как только вы справитесь с первым смущением, то поймете, как это просто и каким популярным любовником можете стать.

Если пока для вас это сложно, предлагаем следующее упражнение. Для начала выполните его с очень близким человеком, а потом, когда перестанете смущаться, то и с остальными.

Составьте список действий, которые хоть кому-то могут понравиться в постели – необязательно только вам. Вы сразу поймете, что это упражнение расширяет словарный запас, так что будьте внимательны к названиям. Вы предпочитаете совокупляться или трахаться? Лизать клитор, или заниматься оральным сексом, или делать куннилингус? Как вам больше нравится называть половые органы – пенис, член, хуй, конец, фаллос... влагалище, норка, пизда, вагина? Составьте как можно более полный список, включите все, что вам нравится и не нравится. Можете делать это в одиночку, с партнером, другом или всей компанией. Компания (вовсе не обязательно любовников) поможет вам научиться говорить о сексе намеренно четко и откровенно.

Потом каждый берет отдельный лист и делит его на три колонки: «ДА», «НЕТ» и «МОЖЕТ БЫТЬ». «ДА» значит «это мне нравится», «НЕТ» – «это я не хочу», «МОЖЕТ БЫТЬ» означает «могла бы попробовать, если в тихой обстановке, если бы сильно возбудилась, если бы рядом был опытный партнер и так далее». Составьте список самостоятельно и только потом делитесь с партнером. Когда будете думать, чем заняться вечером, все варианты из колонок «НЕТ» отпадают, а колонки «ДА» – это и есть развлечения, к которым вы готовы. Если хорошо пойдет, можно попробовать один-два пункта из колонки «МОЖЕТ БЫТЬ». Мы очень советуем вам сделать это упражнение – вы удивитесь, сколько всего узнаете и как легко будет потом общаться.

На стр. 96-97 мы предложили свои варианты секса. Заполните этот список и посмотрите, что нового узнаете о себе. Можете раздать копии друзьям – это поможет настроиться на обсуждение или договориться о сексуальном контакте. Мы сделали ячейки как можно больше, чтобы вы смогли вписать не просто «да» или «нет», но и оставить комментарии, что очень важно.

Все это подсказки, которые помогут начать откровенно разговаривать о сексе и согласовывать свои намерения. Помните, согласием мы называем «всеобщее активное участие ради блага, пользы и удовольствия каждого участника». Это значит, что каждый участник должен согласиться на предложение, но при этом чувствовать возможность отказаться, если пожелает. Мы считаем, что если человек не волен ответить «нет», он не может сказать и «да». Мы также убеждены, что каждому участнику необходимо думать о последствиях любого ответа – иными словами, нельзя пользоваться простодушием другого.

Мы не устанем повторять: вы имеете право ставить любые условия – и это совершенно нормально, если вы отказываетесь от того вида секса, который вам не нравится или неприятен. Это вовсе не значит, что вы неисправимый ханжа, что вы закомплексованы, скучны или скованы. Это всего лишь говорит о том, что вам что-либо не нравится, а если вы хотите, чтобы вам это понравилось, вовсе не обязательно идти на поводу у партнера, который пытается вызвать у вас чувство вины, пристыдить или запугать. Отказывайтесь от всего, чего вам не хочется, а когда решитесь попробовать что-нибудь новое, убедитесь, что партнер вас поддержит, создайте необходимые условия, будьте добры и внимательны к себе. Одобрение – главное условие успешного обучения.

ВАШ СПИСОК

	Разнополюй секс	Однополюй секс	Секс с младшим партнером	Секс со старшим партнером	Групповой секс	Мастурбация в одиночку	Мастурбация с партнером
Никогда об этом не задумывался(ась)							
Фантазировал(а) об этом							
Фантазирую сейчас							
Хочу попробовать							
Пробовал(а)							
Не стану пробовать							
Понравилось							
Не понравилось							
Занимаюсь этим постоянно							
Хотел(а) бы заниматься этим постоянно							

Массаж нагишом – актив	Массаж нагишом – пассив	Оральный секс – актив	Оральный секс – пассив	Вагинальное проникновение – актив

Возможные ответы:

- 1. Фу! 2. Гмм... 3. !!! 4. Ой! 5. ??? 6. Бррр! 7. Ура!!! 8. Боюсь...
- 9. Ммммм...

Существуют обучающие семинары по сексу, их ведут авторитетные, преданные своему делу учителя и психологи. Подобные занятия отличаются доброжелательной атмосферой, уважением и вниманием к каждому участнику. Там вы сможете узнать нечто новое, раскрепоститься, научиться свободно рассказывать о своих чувствах и ощущениях. Мы выступаем за общение – всех со всеми.

Определите, что вас возбуждает

Бывало ли так, что вы собрались заниматься любовью, но не смогли возбудиться? Вы гнались за неуловимым ощущением и пытались понять, что же с вами не так, ведь партнер делает все, что вам обычно нравится, но в ответ вы не чувствуете вообще ничего или, того хуже, щекотку или раздражение. Женщины беспокоятся, что не выделяется смазка, мужчины мучаются, что нет эрекции, и все либо притворяются, либо смущаются. Это случается со всеми. Правда-правда. Не только с вами.

Некоторые не могут возбудиться, когда нервничают, например, с новым партнером или в новой обстановке. Другим мешает привыкание, они с трудом испытывают влечение к людям, которых хорошо знают и любят больше всех.

Влечение к одному человеку едва ли можно удовлетворить сексом с другим, но опытные бляди знают, что возбуждение – переносная штука. Если вы с нетерпением ждете секса с

Биллом в выходные, это вполне может прибавить жару в сегодняшнем общении с Джейн, потому что возбуждение – это физический опыт, который можно использовать для чего угодно. Влечение останется с вами и никуда не денется, когда доберетесь до Билла, обещаем.

Возбуждение требует перехода в иное состояние сознания. Вы совершаете такой переход каждый вечер, когда ложитесь спать: выключаете яркий свет, передеваете в удобную одежду, ложитесь в постель, читаете или немного смотрите телевизор, намеренно изменяя состояние сознания из бодрствующего в сонное. У некоторых это получается естественно, а некоторым приходится искать, что поможет уснуть.

Точно так же необходимо знать, что приводит нас в состояние возбуждения и как этому переходу поспособствовать. Существуют мифы, будто не надо специально ничего делать, будто желание должно приходить само по себе, а иначе что-то не так: мы не хотим заниматься любовью с этим человеком, мы совершили ужасную ошибку – и куда же теперь девать детей? Мужчинам говорят, что от одного присутствия партнера член должен вскакивать и стоять по стойке «смирно». Женщин учат, что они должны возбуждаться от любого прикосновения партнера, который им безразличен, а иначе они фригидны или ненавидят его. И это лишь малая часть вредоносных «знаний», которые могли засесть к вам в голову.

Первое, что нужно сделать, если желание не приходит как гром среди ясного неба, – вспомнить, что многие опытные бляди уже преодолели подобные трудности, а значит, и у вас все получится. Давайте посмотрим, как можно возбуждаться по собственной инициативе.

Некоторые просто ласкают друг друга, пока желание не появится, и у большинства оно рано или поздно все-таки появляется. Однажды у Досси была партнерша, которая во время походов любила купаться в холодных горных озерах и утверждала, что согревается, если барахтается в воде достаточно долго.

Другим нравится следовать шаг за шагом, разогреваться постепенно, с чувством, настолько медленно, чтобы насладиться тем, как увеличивается их чувствительность по мере того, как просыпается желание. Многим достаточно замедлить движения, чтобы возбудиться, а тогда уже легче вновь ускориться.

Многие испытывают сверхчувствительность – то есть нервничают, боятся щекотки или раздражаются в ответ на слишком интенсивные или слишком сосредоточенные прикосновения, пока еще нет достаточного возбуждения. Боязнь щекотки обычно исчезает, когда человек возбуждается, и может вернуться сразу после оргазма. Чтобы справиться с ней, важно помнить, что невозможно возбудиться от щекотки или раздражения, поэтому не стоит торопиться. (Подруга Досси, которая любила купаться в ледяных озерах, обожала щекотку, а Досси нет, потому ее никто не щекотал, а вот подружку – еще как. Да здравствует разнообразие!) Не стесняйтесь сказать любовнику о сверхчувствительности, а также о том, какие ощущения вам приятны с самого начала, а с какими лучше подождать. Чаще всего помогают уверенные прикосновения и неторопливость. Начтите с поглаживаний спины, плеч и других менее чувствительных частей тела, убедитесь, что партнер возбудился, прежде чем касаться всего остального.

Расскажите любовнику обо всем, что вас возбуждает – фантазия? история? нежное покусывание или обсасывание пальцев на руках или ногах? Спросите у партнерши, что вызывает у нее желание – поцелуй в шею? расчесывание волос? Можете подготовиться, перечислив на бумаге все, что возбуждает каждого из вас, а потом поделиться списками. Возможно, такой разговор покажется рискованным, но риск сам по себе может вызвать желание.

Почувствуйте свое тело: побалуйте себя джакузи, ванной с пеной, обнаженной кожей у теплого огня, массажем. Эти неторопливые действия подарят физическое удовольствие, а беспокойный ум унесут в мир фантазий. Подобное наслаждение не должно ничего от вас требовать, это не время беспокоиться об учащенной дыхании и волнообразном движении бедер. Это время зачарованного умиротворения.

Многих очень возбуждают фантазии, да, фантазировать, когда партнер доставляет вам удовольствие, – совершенно нормально. Многие любят фантазировать перед свиданиями, чтобы «распалить себя», прежде чем прикоснуться к кому-то. Может быть, вам понравится посмотреть вместе эротический фильм или почитать друг другу сказки для взрослых. Или,

возможно, вы возбудитесь, рассказывая друг другу любимые фантазии.

Возбуждение начинается с медленного чувственного разогрева, и лишь затем открываются двери для более интенсивных ласок – чувствительных ушей, запястий, шеи, пальцев на ногах или поцелуя с языком. Дыхание становится глубже, и бедра начинают двигаться сами по себе.

Но значит ли это, что пришло время вскочить на скорый поезд до станции «Оргазм»? Если ваше тело готово к сексу, это не повод стремглав лететь к удовлетворению! Почему бы не растянуть удовольствие? Вам же приятно, правда? Как насчет того, чтобы отдаться наслаждению чуть подольше, возбудиться чуть сильнее – помните, как в школьные годы вы могли целоваться часами?

Не торопитесь

Разве не все хотят иметь неторопливого любовника? Самая распространенная ошибка, которую совершают люди, когда нервничают во время секса – они торопятся. Напряжение действительно заставляет нас ускоряться, кроме того, у мужчин и у женщин напрягаются мышцы, когда дело приближается к вершине, а это только подливает масла в огонь. Когда мы по-настоящему готовы, то непременно начинаем стонать, тяжело дышать, кричать и сжимать пальцы ног, только бы добраться до оргазма поскорее. Но прелесть секса не только в нем, поэтому давайте не будем забывать о чувственности, соблазнении, медленном возбуждении, томительном ожидании, исследовании каждой части тела, которая способна пробудить в нас страсть, – мы хотим испробовать все. А чтобы ощутить все прелести чувственной и сексуальной близости, нам необходимо научиться не торопиться.

Первая техника замедления проста. Глубоко вдохните и задержите дыхание. Положите руку на живот и почувствуйте напряжение. Затем медленно выдохните, и вы ощутите, как мышцы туловища расслабляются. Когда мы напряжены, то дышим тяжело, будто глотаем воздух, и почти не выдыхаем – это и поддерживает напряжение в мышцах и в сознании. А выдох расслабляет. Поэтому три медленных, глубоких вдоха и таких же глубоких выдоха помогут расслабиться при любых обстоятельствах.

Дыхание поможет справиться с беспокойством, когда вы говорите о сексе, и замедлиться, когда занимаетесь им. В момент возбуждения успокойте дыхание и позвольте себе почувствовать тело. Мысленно скользите по нему, начиная с пальцев ног, и отмечайте, что ощущает каждая его часть. Скорее всего, вы откроете удивительные ощущения, которых никогда раньше не замечали. Сексологи называют это сосредоточенностью на чувственности и особенно советуют тем, кто хочет продлить удовольствие перед оргазмом. Дыхание и расслабление дают такой эффект, потому что, видите ли, когда мышцы напряжены, оргазм приходит быстро, зато, будучи расслабленными, многие вообще не могут кончить. Так что для задержки оргазма нужно не напрягаться и пыhtеть, а расслабиться и получать удовольствие.

Полезно замедляться и в том случае, если вы пробуете что-то новое или беспокоитесь по той или иной причине. Наша подруга Мэнди рассказывает о поучительном опыте с презервативом:

Несколько лет мы с Робом встречались от случая к случаю – и снова сошлись после долгого перерыва. В то время мы мало знали о безопасном сексе, но решили, что, если хотим потрахаться, надо использовать презерватив. На словах все было прекрасно, но когда после долгих ласок пришло время его надевать, Роб взял в руки этот многострадальный кусочек резины и тут же потерял эрекцию. Я уверена, ни с кем из вас такого не случилось.

Мы немного подурачились и попробовали еще раз, но с тем же результатом – мозг Роба и его член не приходили к согласию. Я поняла, что пора сосредоточиться и применить методы, которым научилась на семинарах по сексу.

Я уложила его на спину, заставила пообещать ничего не делать и позаботилась об атмосфере: зажгла свечи так, чтобы их нельзя было случайно опрокинуть, подготовила смазку, полотенца и пару презервативов, на случай если один порвется, включила музыку. Я устроилась поудобнее между его ног – потому что не хотела спешить и отвлекаться на боль в спине или судороги в плечах.

Я начала поглаживать его тело – бедра, живот, ноги – очень нежно, умиротворенно, долго, пока он не расслабился, а его член не встал. Я подождала еще немного, чтобы Роб

насладился эрекцией без необходимости ее использовать: в сексологии это называется нетребовательным удовольствием. Потом переместилась ближе к гениталиям, но все же не касалась самого члена. Тот снова опустился, и я вернулась к поглаживаниям кожи, пока эрекция не восстановилась. На этот раз я ласкала тело немного дольше и только потом приблизилась к члену. Он опустился всего на несколько секунд, а потом снова встал. Роб к тому времени тяжело дышал, да и я тоже. Опыт будил во мне страсть, завораживал, дарил тепло и наслаждение: все это очень возбуждало.

Я долго гладила кожу вокруг члена, но не касалась его, пока тот не стал совсем твердым. Роб потянулся ко мне, но я шлепнула его поруку – не отвлекайся, пожалуйста. Я сделаю все сама, понятно? Когда ожидание стало невыносимым, я легонько прикоснулась к члену – Роб вздрогнул. Я продолжила и слегка потянула за яички – это так возбудило Роба, что он вспотел и застонал. Но как только я взяла в руки презерватив и проверила, той ли стороной его надеваю, эрекция снова пропала. Я опять начала гладить Роба между ног, но уже не прикасалась к члену, и он снова встал. Роб изнывал от нетерпения, но я заставляла его ждать, играла с его «другом» еще очень долго, но достаточно мягко, чтобы он не мог кончить.

Когда я потянулась за презервативом в следующий раз, член только слегка обмяк, но я массируя его до тех пор, пока Роб не возбуждился настолько, что уже не мог ни о чем думать, так что я без труда надела резинку. И продолжала играть с ним, чтобы дать привыкнуть к новым ощущениям.

К тому времени я и сама настолько возбуждалась, что с трудом сдерживалась. Как только я подала знак, он набросился на меня, будто разъяренный бык. Наконец-то мы трахались – быстро и жестко: ожидание того стоило, скажу я вам. Этот взрыв надо было видеть, нас наверняка было слышно в соседнем городке.

Время перевести дух и подвести итоги. Итак, для хорошего секса необходимо уметь расслабляться и замедляться, а лишь затем напрягаться и ускоряться. Как только вы научитесь этому, поочередно повторяйте то и другое, сколько сможете, наслаждайтесь каждой минутой и возбуждайтесь все сильнее для торжественного завершения. Вздохните поглубже, расслабьтесь – и это поможет вам «заземлиться», вернуться в тело, в полной мере ощутить удовольствие и получить свободу выбора. Всему этому можно научиться на занятиях по йоге, чувственному массажу, тантрическим техникам – или если просто сбросить скорость и понять, как же это прекрасно: сосредоточиться на получаемом удовольствии.

Часть вторая. ДРУГ С ДРУГОМ

Глава 1. ЛИЧНЫЕ ГРАНИЦЫ

Многие думают, что быть блядью – значит быть неразборчивым человеком, которому наплевать, с кем заниматься любовью, а значит, наплевать на самого себя. Как будто мы живем нараспашку, без забора без разбора. Это мнение ошибочно. У этичной бляди всегда есть четкие, прочные, гибкие и, прежде всего, осознанные личные границы.

Одна очень опытная блядь, у которой мы брали интервью, возмущена обвинениями в неразборчивости и подчеркивает, что у блядей масса возможностей научиться разбираться в людях: «Вообще-то у нас *больше* личных границ, чем у остальных, потому что у нас больше точек соприкосновения» и больше опыта в общении с совершенно разными людьми.

ЧТО ТАКОЕ ГРАНИЦЫ?

Важное правило для всех отношений, особенно для открытых: нельзя считать кого-то своей собственностью. Смысл отношений не в этом. Каждый из нас целиком принадлежит только себе. Каждый из нас отвечает за свою жизнь, определяет свои потребности и заботится об их удовлетворении. Мы не можем жить жизнью своего партнера, а наличие любовника вовсе не означает, что теперь у нас будет все. Нас учили, что если любовник не соответствует нашим желаниям, это не любовь, человек нам не подходит или с нами что-то не так: мы чересчур

много требуем, недостойны или что-нибудь в этом духе.

Если вам говорили с детства, что отношения соединят вас с вашей второй или (бrrr!) лучшей половиной или что смысл жизни – «утопить свое «я» в отношениях», вам наверняка придется приложить кое-какие усилия, чтобы изучить свои личные границы. Это слово употребляется во множественном числе, потому что ни одна граница не держится долго и все они очень индивидуальны. Границы определяют, где кончается «я» и начинается «ты» и почему мы – разные люди. Вам необходимо понять, где проходят ваши границы, когда, от кого и на каком расстоянии вам удобней держаться и особенно – в чем различия, индивидуальность и уникальность вас и ваших любовников.

ОТВЕТСТВЕННОСТЬ ЗА СВОЙ ВЫБОР

Очевидно, что при общении близких людей каждый должен отвечать за свои эмоции и справляться с ними. Это значит, никто не может «заставить» вас чувствовать что-либо. Если, например, на вас кричат, вы можете бояться, сердиться или быть совершенно спокойными. И вы выбираете, как вести себя в ответ: накричать, уйти или помириться, потому что терпеть не можете неясности. У вас есть все эти и многие другие возможности.

Никто никого не может заставить чувствовать что-либо. Осознайте это, и вы сделаете первый шаг, чтобы заявить о своих правах на нечто очень важное – собственные эмоции. А когда вы овладеваете ими, то сможете сделать отношения намного богаче.

Когда вы реагируете на чье-то поведение, легко заикнуться на том, как отвратительно этот человек поступил и что *он* должен сделать, чтобы исправиться. Вместо этого попробуйте обратить внимание на свои чувства, позвольте им рассказать о вашем внутреннем состоянии, а тогда уж решайте, что делать. Вы хотите выяснить еще что-нибудь? Обсудить ограничения? Вам нужно время, чтобы успокоиться и прийти в себя? Хотите, чтобы вас выслушали? Когда вы берете ответственность на себя, появляются эти и многие другие возможности.

А вот за что вы *не* отвечаете – так это за эмоции партнера. Вы можете поддержать его – мы свято верим в целительную силу умения слушать, – но вы не обязаны ни под кого подстраиваться.

Как только вы осознаете, что чужие эмоции – не ваша забота и не ваша вина, то сможете выслушать партнера, действительно услышать, что он хочет вам сказать, вместо того чтобы бросаться разбираться, кто прав, кто виноват и как повлиять на возникшие чувства или избавиться от них.

Некоторые в ответ на боль и замешательство любовника стремятся непременно все уладить. Подобная реакция может свести на нет попытку человека выразить свои эмоции. «Почему бы тебе просто не сделать так-то... попробовать то-то... забыть обо всем... расслабиться?» – подобные реплики подразумевают, что партнер упустил очевидное и вообще дурак, что расстроился. Они обескураживают и унижают.

Каждый обязан сам справляться со своими чувствами, просить о поддержке и понимании, выбирать, чего хочет, а чего нет. Таким образом мы сможем преодолеть трудности в отношениях, лучше узнать себя и найти общий язык со всеми нашими партнерами.

Границы отношений

У отношений тоже есть границы. К ним относятся договоренности, которые существуют в свободных парах и семьях из уважения к чувствам друг друга. Свободный секс обязывает соблюдать условия каждого вида отношений. Это значит, например, что вы с партнером обсудите правила поведения до того, как идти на секс-вечеринку; что не будете встречаться с любовницей, чтобы насолить жене; что будете принимать решения с учетом мнения каждого, кого они затрагивают – а не за чьей-то спиной – и так далее.

Лучше всего люди себя чувствуют в такой среде, где каждый уважает отношения других – не только любовников, но и детей, родственников, соседей, бывших партнеров и так далее. Подобные сообщества могут состоять из нескольких тесно сплоченных семей, каждый из членов которых осознает и уважает чужие границы.

ТРУДНОСТИ С ГРАНИЦАМИ

Учитесь на своих ошибках. Не все и не всегда будет идти гладко, и мы надеемся, что вы не будете судить себя строго и позволите себе пробовать, ошибаться и извлекать из этого уроки. Помните: ничему нельзя научиться, если вечно настаивать на своей правоте!

С больной головы на здоровую

Многие не понимают, что попросить выслушать и искренне поделиться своими чувствами – не то же самое, что вывалить эмоциональный мусор человеку на голову. Поступающий подобным образом ждет, что партнер сам придумает, как все уладить, даже если ему всего лишь придется беспокоиться вместо вас. Чтобы не устраивать подобную свалку, нужно пояснить, что ваша нужда поделиться эмоциями ничего не требует от слушателя: «Мне не нравится, что ты сегодня идешь на свидание с Паулой» и следующая за этим многозначительная пауза производит совсем иное впечатление, чем «Я чувствую себя не очень уверенно по поводу твоего сегодняшнего свидания с Паулой, но хочу, чтобы ты все равно пошла. Ты не против, если я расскажу тебе, чего боюсь? Может быть, придумаем, как мне быть?»

Проекция

Еще одна уловка, которой лучше остерегаться, – проекция. То есть использование кого-то как экран для собственного кино. При этом мы видим плоды нашей фантазии, а не реального человека. Мы воображаем, что знаем его мысли, на самом же деле думаем о своих страхах. Мы считаем, что он ответит точь-в-точь как наши родители: «Ты меня бросишь, если я буду мало зарабатывать», «Ты перестанешь меня уважать, если будешь видеть меня грустным». Кроме того, мы проецируем на партнера ожидания, которым он никогда не сможет соответствовать – хотя бы потому, что не умеет читать мысли: «Ты обязана заботиться обо мне!», «Как это ты меня не хочешь? Я же тебя хочу!»

Возьмитесь отвечать за свои желания и эмоции – вы перестанете проецировать и разглядите, как прекрасны любимые вами люди.

Ролевые границы

Вероятно, вы не знакомы с этим понятием, потому что в нашем обществе мало кто поддерживает близкие отношения со многими людьми. Возможно, вы замечали, что играете разные роли, чувствуете себя иначе с разными партнерами. С одним вы нежная фиалка за каменной стеной, а с другим – Мать Тереза. С кем-то вы осторожны и консервативны, а с кем-то – экстравагантны и беззаботны.

Кэтрин довелось узнать, какое это потрясающее чувство – когда приняты все твои стороны:

Мне нравятся игры, в которых я исполняю роль «маленькой девочки», а моему основному партнеру это не по душе. Я отыскала среди знакомых мужчину, которому нравится быть «папочкой» не меньше, чем мне «доченькой». Мой партнер обрадовался, что я нашла, с кем поиграть; мы решили, что этому человеку можно доверять в столь деликатном деле. Мы с «папочкой» встречаемся один-два раза в месяц, рисуем пальцами, смотрим диснеевские мультфильмы, кушаем бутерброды с арахисовым маслом и играем в слегка более взрослые игры.

Недавно я увидела на вечеринке моего партнера и «папочку». Они сидели в дальнем конце комнаты, и я подошла поздороваться. Увидев меня, мой партнер помахал рукой и крикнул: «Эй, милая, иди к нам, посиди немного со своим парнем и папой». Это было чудесно – видеть, что они принимают и уважают роли друг друга в моей жизни.

Одно из преимуществ общения со многими людьми – это возможность проявить себя со всех сторон. Когда встречаются двое, они общаются благодаря тому, что в чем-то пересекаются, что их роли взаимно дополняют друг друга. А с разными любовниками мы ведем себя по-разному, поэтому можем заметить, что и личные границы, и правила поведения, и стиль общения различаются в зависимости от обстоятельств.

Мало ли, что выяснится. Например, когда Любовник А злится, я могу оставаться спокойна, но раздражительность

Любовника Б причиняет мне боль – она задевает меня, возможно, напоминает о бывших любовниках или о строгом родителе. В этом случае я обязана отвечать за свои «болевые точки» и подумать, будут ли границы в общении с Любовником Б отличаться от таковых с Любовником А.

Забудьте о равноправии. Этичная блядь не может стричь всех под одну гребенку. У разных отношений разные границы, правила и возможности. Поэтому, если ваша любовница

нашла человека, с которым может заниматься чем-то, чем вам тоже хочется, не надо спрашивать: «А почему ты со мной этого не делаешь?» Скажите лучше: «Интересно! Как думаешь, может, и нам попробовать?»

Одна женщина в интервью выразила это так:

Мой сексуально свободный образ жизни дарит мне столько свободы, независимости, ответственности, сколько я не получила бы в моногамной паре. Я не принимаю ничего как должное, потому что каждый день сама отвечаю за удовлетворение (или нет) своих желаний, а также сама создаю и поддерживаю отношения. Каждый знакомый может стать для меня тем, кем мы оба хотим, независимо от моих отношений с другими людьми. При такой жизни я отчетливо чувствую свою индивидуальность, которую воссоздаю каждый день. Я чувствую себя более взрослым, зрелым, ответственным человеком, когда знаю, что все в этой жизни выбираю сама ~ с кем трахаться, с кем и как общаться. Я пообещала партнеру, что разделю с ним жизнь, а это подразумевает, что у меня есть жизнь – причем полноценная. И я знаю наверняка, что он рядом потому, что хочет этого. Мы вместе, потому что каждый день с открытыми глазами выбираем друг друга.

Глава 2. БУДНИ БЛЯДИ

Как мы уже говорили, традиционное мнение о половых отношениях основано на убеждении, будто любви, секса, дружбы и привязанности на всех не хватит. Если вы думаете, что количество того, что вам нужно, ограничено, то наверняка постараетесь не упустить свою долю. Возможно, вы даже решите эту долю отобрать – ведь все хорошее уже прибрано к рукам (какая досада!). Или, может быть, вы считаете, что другие обогащаются вам в убыток.

«Голодный паек»

Мы называем подобный тип мышления «голодным пайком». Так учатся думать дети, когда родители не уделяют им достаточно внимания. Дети решают, что любовь нужно заслужить, что для этого надо тяжело трудиться, а чуть только расслабишься – немедленно явится таинственный некто и все отберет. Некоторые из нас в детстве испытали голод в прямом смысле слова (если не успевали первым, брат съедал всю картошку), перенесли лишения, пренебрежение и насилие. Иногда мы учимся подобному мышлению и во взрослой жизни – от строгих или излишне сдержанных любовников, от манипулирующих нами супругов и друзей.

Детские убеждения укореняются очень глубоко – как в отдельных личностях, так и в обществе. Поэтому, чтобы разглядеть их симптомы, нужно очень хорошо присмотреться. Иногда они проявляются в «состязаниях по жалобам»: «Боже, ну и денек сегодня выдался», – говорит кто-то. А другой подхватывает: «Думаешь, у тебя денек поганый – послушай-ка про мочи» Будто бы в мире не хватает сочувствия на всех и чтобы получить его, нужно соревноваться! А некоторые вообще считают, что если вы любите Билла, то не можете так же сильно любить Мэри, а если преданы другу, то меньше преданы супругу.

Подобное мышление – ловушка. Все мы знаем, например, что если у нас рождается второй ребенок, это не значит, что первого мы будем любить меньше. А хозяин трех собак способен ухаживать за каждой как за единственной. Когда же речь заходит о сексе, особенно с романтической привязанностью, большинству трудно поверить, что больше для тебя не означает меньше для меня.

Отпускание

Одна из главных трудностей этичного блядства – преодолеть боязнь эмоционально-сексуального голода. Это требует огромного доверия – придется выпустить из рук то, что кажется вашим, и надеяться, что щедрый мир все возвратит с избытком. Необходимо четко знать, что вы достойны любви, заботы, тепла и секса. А это непросто, если в прошлом мир не баловал вас щедростью.

К сожалению, гарантировать, что мир *станет* щедрым к вам, мы не можем. Мы предполагаем, что да, станет. Если вы не будете держать мертвой хваткой ту любовь, которая уже и так ваша, то получите еще больше от человека, который вас любит, и, возможно, не только от него. По крайней мере, в нашей жизни было именно так. Но когда вы только начинаете справляться с ложным мировоззрением – голодным пайком – то чувствуете себя

акробатом на трапеции, которому нужно отпустить то, что у него есть (или кажется, что есть), и поверить, что после прыжка снова будет за что ухватиться.

Можно ли рассчитывать на сетку безопасности, чтобы совершить столь неосторожный маневр? В общем, да, но для этого понадобится еще один решительный шаг... потому что эта сетка – *вы*. Ваша уверенность в своих силах, умение заботиться о себе и быть наедине с собой. Если вы не выносите одиночества, у вас может не хватить смелости отказаться от вещей, оберегающих вас от него.

С другой стороны, вы почувствуете себя необыкновенно свободным, когда поймете, что любовь, секс, привязанность, забота и поддержка *есть* для всех! Раньше Кэтрин, когда ее партнер встречался с кем-нибудь, уезжала к любовнику, чтобы не быть одной. Теперь она говорит: «Я знаю, что могу это сделать, если захочу, но предпочитаю побыть в одиночестве, наслаждаясь собственным обществом». Она знает, что мир дарит море возможностей для общения, она убедилась в этом и не ищет бесконечных подтверждений.

Реальные ограничения

В противоположность голодному пайку существуют объекты желаний, число которых и вправду *ограничено*. К примеру, в сутках всего двадцать четыре часа – поэтому иногда непросто (или вообще невозможно) найти время для блядских утех со всеми, кого вы хотите.

• **Время** – самое осязаемое ограничение в попытках жить и любить так, как нам нравится. И это касается не только блядей: поклонники моногамии тоже не всегда находят время для секса, дружбы и общения. Облегчить задачу может аккуратное планирование – если вы еще не пользуетесь ежедневником или электронным планировщиком, самое время начать. Важно уважать жизнь других людей и быть гибким.

Бывает, случается непредвиденное: заболел ребенок, аврал на работе или партнеру нужна поддержка в особо трудное для него время. Возможно, вам придется задуматься, сколько нужно времени на получение желаемого: надо ли оставаться на ночь и завтрак или достаточно пары часов разговоров и объятий?

Не забудьте предупредить всех, кого это застрагивает, об изменениях в расписании – а таких людей может быть больше, чем вы привыкли держать в голове. Однажды наш друг, забыв сообщить любовнице своей жены о мероприятии, которое повлияло на ее расписание, простонал: «Я точно помню, что *кого-то* предупредил!»

Не забывайте уделять время партнеру и играть с детьми. И себя тоже не обделяйте: многие сильно занятые бляди отдельно планируют время для отдыха. Кэтрин, живущая в доме-общине типа «базар-вокзал», договорилась с подругой, что в ее отсутствие может жить в ее доме, наслаждаясь редкой и ценной возможностью побыть одной.

• **Место** – еще одно реальное ограничение. Немногим из нас выпал счастливый шанс жить в огромных поместьях с отдельными комнатами для секса. И если вы с любовником забавляетесь в спальне, а ваш партнер устал и хочет спать, нужно искать выход. А ютиться на узком диванчике в собственной квартире, когда ваш партнер резвится с кем-то в вашей постели – с таким не захочет мириться даже самая продвинутая блядь. Отдельные спальни или комнаты помогут решить проблему, если они вам по карману. Одна пара сказала нам в интервью: «Отдельные спальни нам просто необходимы, без них мы бы не смогли вести такой образ жизни». Можно снять квартиру или комнату в гостинице, можно одолжить ключи от квартиры друзей. Но если это вам не подходит, советуем четко условиться, когда общая жилплощадь свободна для секса с другими, – и строго следовать договору.

• **Вещи**. Желание поделиться имуществом с теми, кого вы любите, – абсолютно естественно. Но если эти вещи – деньги, еда, игрушки и прочее – принадлежат не только вам, могут возникнуть сложности. Если есть хоть малейшая вероятность, что кто-то считает ту или иную вещь своей, настоятельно рекомендуем поговорить с этим человеком, прежде чем делиться этой вещью с кем-то еще. Иногда правила просты: не позволяйте любовнику допивать молоко, которое ваш муж купил себе на завтрак. Но даже тут возникает путаница. У вас есть законное право дарить подаренное, но не удивляйтесь, если жена обидится, увидев на вашем любовнике галстук, подаренный вам на День Отца. Не следует отдавать кому-то вещь, которую любовник сделал для вас сам или которую вы купили вместе. Многие бляди в целях гигиены и/или из уважения к чужим чувствам берегут некоторые секс-игрушки только для одного

человека: *мой* вибратор, фаллоими-татор *Гарри*. И, мы надеемся, не нужно напоминать, что недопустимо давать в долг или дарить общие деньги, не спросив остальных владельцев.

• **«Тирания гидравлики».** Так Досси называет биологическое влияние на различные стороны секса. Конечно, приятно вообразить себя суперменом, способным на бесконечное количество эрекции, но никому их нас такие пока не попадались. Если вы с нетерпением ждете встречи с любовником, о которой договорились заранее, а он не способен вас удовлетворить, потому что сегодня уже эякулировал с другим партнером, неудивительно, что вы разочаруетесь. И даже самые мультиоргазменные женщины не могут оставаться возбужденными все время.

Чтобы выйти из положения, необходимо пересмотреть свои взгляды на секс – всегда ли нужна эрекция? А оргазм? А эякуляция? В тантра-йоге есть техники, благодаря которым мужчины достигают оргазма без семяизвержения. Такой подход лишь отчасти годится для предотвращения беременности и, конечно, не может заменить презерватив. Однако у него есть замечательный побочный эффект: если мужчина умеет кончать без семяизвержения, он может делать это многократно, как женщина. Приверженцы других видов секса также владеют техниками, которые позволяют подарить партнеру один или несколько оргазмов, независимо от степени возбуждения. Прежде чем махнуть рукой на полиамиорию из-за «тирании гидравлики», изучите хотя бы некоторые из этих возможностей (в этом поможет глава «Наслаждайтесь сексом» и другие книги).

Помните о ласках. О чувственности. Заново откройте для себя массаж. Поговорите без стыда обо всем, что хотели бы сделать друг другу в следующий раз.

Грозит ли мне голод?

Когда вы пытаетесь определить границы открытых отношений, не всегда легко сказать, какие опасения заслуживают внимания, а какие – всего лишь плод воображения. Во-первых, необходимо обозначить области своей жизни, в которых вы чувствуете себя неуверенно и боитесь голода, – а это потребует искренности. Спросите себя: «Чего именно я боюсь?»

Если моя партнерша полюбит подругу, разлюбит ли она меня? А что если она больше не будет считать меня особенным? Или будет так безумно счастлива, что я ей стану не нужен? А зачем я ей вообще? Когда мы боимся голода, именно такие противные мыслишки возникают в голове.

Нужно решить, какие страхи могут осуществиться, а какие – маловероятно. Преодолеть страх помогут общение – чтобы знать, если кто-то чувствует себя обделенным или напряженным, – и постоянные самопроверки (вы разочарованы только потому, что у него не встает, или вдобавок ревнуете и злитесь, потому что он встречался с другой?). О том, как успокоить себя, если вам страшно, мы поговорим позже.

Рамки можно раздвинуть

Иногда нужно просто попробовать и посмотреть, что будет. Выражение «если любишь – отпусти» сентиментально, но не лишено мудрости. Тем, кто планирует сесть на диету, советуют для начала специально проголодаться, чтобы испытать это ощущение; может быть, вам тоже стоит почувствовать себя обделенным, чтобы понять, что это не конец света. Иногда отказ от одного источника удовольствия позволит вам увидеть другой, который всегда был рядом, иногда привлечет к вам новый, а иногда поможет понять, что сейчас вам не так уж много и нужно. Мы не можем предсказать, что вы почувствуете, когда научитесь отпускать, но уверяем, что вы многому научитесь. Это страшно, но приносит свои плоды! Запомните песню:

Роза-любовь на кусте лишь цветет
Только не пробуй ты срезать ее
Горстка шипов ~ и ничто не вернет
Розу-любовь, если скажешь «мое».

Глава 3. РЕВНОСТЬ

Пусть ревность станет вашим учителем. Она

*покажет, где вы больше всего нуждаетесь в исцелении.
Она проведет к самым темным уголкам вашей души
и наставит на путь совершенной самореализации.
Если вы позволите, она научит вас жить
в гармонии с собой и с окружающим миром.*
Дебора АНАПОЛ, «Любовь без границ»

Для многих главным препятствием на пути к свободной любви является переживание под названием ревность.

Ревновать крайне неприятно, и многие сделают все возможное, чтобы избежать этого. Однако авторы данной книги убеждены, что разрушительная сила ревности во многом надумана и преувеличена. Из года в год мы прекрасно справляемся с ревностью и даже не задумываемся о том, что живем в обществе, где вполне допустимо развестись или даже убить интересующегося сексом партнера, который совершил немыслимое преступление – вызвал нашу ревность. Много лет мы радостно танцевали под заводную мелодию «Битлз», пока не прислушались к угрожающим словам: «Мне лучше видеть тебя мертвой, детка, чем с другим...»

Мы подчеркиваем, что моногамия не лечит от ревности. Джо патологически ревновал, хотя Досси ему никогда не изменяла. Всем нам случалось яростно ревновать партнера к работе, которая отвлекает его от нас, к его решению полазить по интернету, а не по нашему телу или к футбольному матчу в понедельник (и во вторник, и в среду, и...) вечером. Не только блядям приходится сталкиваться с этим чувством – всем.

Многие считают, что собственническое чувство – естественная часть эволюции человека и общества, и считают ревность достаточным предлогом, чтобы вспылить, перестать вести себя разумно, ответственно и пристойно. Пугаясь ревности, мы теряем голову, оправдывая свои действия инстинктами.

ЧТО ТАКОЕ РЕВНОСТЬ?

Этот вопрос можно задавать снова и снова. Что для вас ревность? Существует ли она вообще? Ревность ли то, что вы считаете таковой? Готовность посмотреть ревности в лицо, а не убегать от нее, позволяет увидеть, чем она является для каждого из нас. Она может быть результатом неуверенности в себе, страха получить отказ, быть брошенным, чувства ненужности или неполноценности.

Иногда кажется, что мы ревнуем, хотя на самом деле это не так. Внимательно понаблюдайте за своей ревностью. Что тревожит вас больше всего? Вы не хотите, чтобы ваша подруга делала какие-то вещи с другими или вы *хотите*, чтобы она сделала это с вами? Ревность часто оказывается завистью, а зависти легко избежать: почему бы не попросить партнера сделать то, чего вам не хватает?

Иногда источник ревности – печаль или чувство утраты. Их выявить сложнее. Общество учит нас, что если партнер занимается сексом с кем-то еще, мы что-то теряем. Рисуем показаться дураками, но нам это непонятно. Что теряем-то? Чаще всего партнерша возвращается со свидания в приподнятом настроении, возбужденная и с новыми идеями о том, чего бы вам теперь попробовать вместе. Мы не видим здесь никакой потери.

С другой стороны, иногда чутье подсказывает, что партнер отдаляется от нас, и мы действительно теряем дружбу, которую ценим. Такое случается. И если это произошло с вами – то вряд ли утешит напоминание, что приверженцы моногамии то и дело бросают партнеров, потому что им кажется, что в чужом огороде морковка слаще.

Мы видели, как сильно переживала наша подруга, когда узнала, что любовница ее партнера пытается увести его. Но случилось так, что ее боль открыла партнеру глаза на манипуляции любовницы, он порвал с ней и стал встречаться с теми, кто уважает его основные отношения. С другой стороны, та же история могла закончиться разрывом. Мы еще вернемся к этому в главе «Влюбленные бляди» и расскажем, как вести себя при расставании, уважая свои чувства и чувства партнера.

Ревность может быть связана с соперничеством и желанием быть первым во всем. Однажды дочь спросила у Досси: «А на олимпийских играх по сексу ты бы выиграла золотую

медаль?» Слава Богу, секс не является олимпийским видом спорта, потому что сексуальные достижения невозможно измерить – и уберите линейку прочь. Мы не составляем рейтинги привлекательности или секс-мастерства. Что за бредовая идея! Мы хотим жить в мире, где сексуальность каждого ценится сама по себе, а не за соответствие каким-либо стандартам. Критерием оценки здесь может служить лишь собственное удовольствие. А если вы увидели, что кто-то умеет нечто, что вы не прочь взять на вооружение, не надо бить себя по голове, приговаривая: «Что ж я раньше этого не знал!» Просто научитесь и все.

Особенно силен бывает страх не оправдать чужие ожидания. Но позвольте вас заверить: когда вы наконец успешно заживете жизнью, о которой мечтаете, то узнаете столько видов сексуального самовыражения, что перестанете сравнивать себя с другими. Любовники, любовники любовников и любовники любовников любовников научат вас быть сексуальной суперзвездой.

КАК ОТУЧИТЬСЯ РЕВНОВАТЬ

Чтобы научиться по-новому испытывать знакомое чувство, нужно время. Готовьтесь к постепенному процессу, схватывайте на ходу, действуйте методом проб и ошибок. И того и другого будет предостаточно.

Для начала поищите другие пути. Позвольте себе не знать того, что не знаете, быть невежественным. Готовьтесь совершать ошибки – у вас нет другого выхода. Прямо так и скажите себе: разучиться ревновать – невозможно. Это как кататься на коньках – будете падать на каждом шагу, словно клоун, пока не появится грация лебедя.

Труднее всего приобрести внутреннюю уверенность – непоколебимую опору, на которую не влияет, сколько любовников у вашего партнера, принадлежит ли он только вам. Это важный шаг по направлению к более широкой задаче: стать сильным, научиться понимать и любить себя независимо от чужого мнения. Тогда вы освободитесь от необходимости поощрять других взамен на ответное поощрение. Станете откликаться не по обязанности, а потому что действительно любите и заботитесь. Мы очень советуем приложить усилия и научиться ценить себя – поверьте, вы этого достойны.

Многие замечают, что как только у них появляются поли-аморные семьи, одобрение начинает приходиться со многих сторон – и с расширением круга знакомств зависимость от мнения партнера уменьшается.

Мы не можем подсказать вам, как избавиться от ревности или изгнать ее, как нечистую силу. Это не опухоль, которую можно вырезать. Это часть вас самих, это способ выплеснуть страх и боль. Однако вы способны изменить свое отношение к ревности – вести себя с нею так, как с любой другой эмоцией. Тогда она станет вполне терпимой: не то чтобы приятной, но и не невыносимой. Легким беспокойством, мелким дождиком, а не могучим ураганом.

Лишите ревность власти

Одна из наших собеседниц поделилась мыслями по поводу ревности:

Я замечаю, что ревность появляется и исчезает в зависимости от того, как я к себе отношусь. Когда я ничего не делаю для того, чтобы, получить желаемое, я начинаю ревновать – я думаю, что кто-то этим пользуется вместо меня. Тогда я напоминаю себе, что это полностью моя забота – обеспечивать себя всем необходимым. Даже если возникает ревность, я не веду на это, и она быстро проходит.

Как только вы обещаете себе не действовать под влиянием ревности, то получаете возможность уменьшить ее власть над собой. Один из способов – это просто позволить себе ревновать. Просто почувствуйте ревность. Будет больно, страшно, неудобно, но если вы будете спокойно сидеть, слушать себя, сопереживать и поддерживать испуганного ребенка внутри вас, первое, что вы поймете, – от ревности не умирают. Вы в силах пережить ее.

Иногда мы слышим, как бляди обвиняют друг друга в ревности, как будто это преступление: «Ага! Посмотри на себя! Ты ревнуешь! Не смей отрицать!» Важно отвечать за свои эмоции – перед собой и перед близкими. Если вы скрываете ревность, вас посчитают нечестным или, того хуже, поверят вам и перестанут поддерживать и защищать – вам ведь и так хорошо, правда? А если вы станете врать себе, эмоции окольными путями все равно пробьются наружу – и это может вызвать непредсказуемые последствия: приступы гнева, истерику или даже болезнь.

Когда вы не признаетесь в ревности самому себе, то не можете проявить сочувствие, поддержать и утешить себя. Отрицая ревность или любую другую разрушительную эмоцию, вы оказываетесь на очень трудной и опасной дороге, полной ловушек и мин. Вы совершаете поступки, которых не понимаете, под влиянием эмоций, которые не признаете, – и ревность может заставить вас совершить нечто такое, о чем вы страшно пожалеете.

Иногда подавленная ревность толкает на ультиматумы о том, что партнеру можно, а чего нельзя, или, что еще хуже, заставляет вспоминать прошлые «проступки» – как будто любой бы понял, что сходить с Бобом на фильм, который *вы* планировали посмотреть, значит вести себя как жалкие ничтожества. Будете обвинять во всем других – никогда не победите ревность. Это чувство появляется внутри вас; никто и ничто не может «заставить» вас ревновать. Нравится вам это или нет, единственный, кто может избавить вас от боли и ревности, – это вы сами.

Выслушать ревнивую партнершу бывает нелегко. Проще разозлиться и оттолкнуть возлюбленную, чем быть рядом, сочувствовать, поддерживать и заботиться о ней, когда ей больно. Обвиняя любовника в ревности, мы маскируем активное нежелание выслушивать его проблемы, когда сами уже перешагнули порог, спеша на свидание. Жалкий способ скрыться от чувства вины.

Если вам это знакомо, если вы переживали подобное, мы советуем потренироваться спокойно отдаваться боли – своей и партнера. Помните, не надо пытаться ничего исправить – просто выслушайте себя или другого человека и поймите: это больно. И точка.

Чтобы перестать ревновать, нужно быть готовым испытать ревность. Когда вы сами выбираете такое болезненное чувство, то лишаете его власти над собой. В первую очередь, вы решаете, что ревность не заставит вас завывать и убежать куда глаза глядят. Таким образом вы используете первый способ контроля ревности: я буду спокоен и внимателен к себе и своим чувствам.

У Кэтрин с партнером был трудный момент, когда она призналась, что влюбилась в одну из своих любовниц.

После нескольких встреч с этой женщиной я с удивлением поняла, что мои чувства к ней вышли за пределы дружеского секса, стали глубокими и романтическими, и я поняла, что влюблена. Когда я рассказала об этом Джею, он почувствовал угрозу, неуверенность и, да, ревность. Казалось, он сейчас взорвется. Было трудно не попытаться все исправить, хотелось взять слова обратно, а лучше вообще прекратить разговор, потому я была напугана и чувствовала себя очень виноватой.

Однако Джей держал себя в руках, он позволял чувствам быть, но не давал влиять на поведение, заставляя его злиться или защищаться. Он задал мне несколько вопросов о том, что это значит для нас, и мне удалось пояснить, что я не собираюсь его бросать, что любовь к ней ни в коей мере не угрожает моей любви к нему, что мы с ней не хотим быть основными партнерами, что, в об щем-то, ничего не изменилось, кроме моих чувств и слов, которыми я их называю. Мы иногда возвращаемся к этому разговору, особенно когда нам с любовницей удастся выкроить побольше времени друг для друга. Пока что всем удается распознавать и уважать чувства друг друга, и у нас все отлично.

Это возможно: ревновать, не позволяя ревности влиять на ваше поведение. Однако люди приходят в ярость, бьют посуду, по ночам названивают любовнику и бросают трубку, вымещают злость на ком попало – лишь бы не чувствовать ревность, лишь бы не быть испуганными и беспомощными.

Когда вы сумеете спокойно относиться к ревности, то поймете, что можно испытывать неприятные эмоции и не сходить при этом с ума, не совершать необдуманных поступков.

Это будет второй шаг, чтобы лишиться ревность власти над вами. Скажите ей, что не позволите разрушить отношения с любимыми людьми.

Ваша боль от того, что ломается оболочка, скрывающая вас от пониманья вещей.

Чтобы сердце плода могло предстать перед солнцем, его твердая косточка должна расколоться, вот так же и вы должны, узнать боль.

И если бы сердце ваше не переставало изумляться чудесам, которые жизнь приносит вам каждый день, ваша боль казалась бы вам не менее длинной, чем радость.

И вы бы смирились со сменой времен года вашего сердца, подобно тому как принимаете

смену сезонов, проходящих через ваши поля.

КАК ПЕРЕЖДАТЬ БУРЮ

Итак, вот вы сидите, держите себя в руках и страдаете. Что дальше? Расслабьтесь, устройтесь поудобнее и прислушайтесь к себе. Анализируйте свои чувства, питайте их, цените их – ведь они важная ваша часть.

Будьте добры к себе и помните, что самое важное в любви – это не любовь к красоте, силе и другим достоинствам, какой бы искренней она ни была. Настоящая любовь возникает, когда человек (вы в том числе) знает все ваши слабости, глупости и недостатки и все равно продолжает любить.

Приглядываясь к себе, будьте доброжелательны и помните, что вы не баланс доходов и расходов подводите.

Не надо вычитать из достоинств все, что вам не нравится или хочется изменить. Просто найдите в себе эти достоинства – и сможете объективнее воспринимать недостатки. Не умаляйте ваших положительных черт, цените их, радуйтесь им.

Поставьте себе задачу поревновать – для начала недолго – например, днем или вечером, когда ваш партнер ушел на свидание. Договоритесь с собой, что в этот короткий период вы все внимание уделите своим чувствам, какими бы они ни были. Если целый вечер или ночь для вас чересчур, начните с пяти или десяти минут, а потом отвлекитесь – например, посмотрите фильм.

Это может быть легче, чем кажется

Вполне возможно, и так действительно часто бывает, что ваш партнер уходит на свидание, а вы чувствуете себя прекрасно. Сюрприз! Ваши ожидания оказались в сто раз страшнее, чем реальность. Опытные бляди знают, что ревность появляется лишь время от времени. А когда это происходит, можно изучить ситуацию, узнать о себе что-то новое и придумать, как легче и безопаснее пережить ее.

Мы поговорили с парой, которая поддерживает свои отношения в непростых обстоятельствах: один из них большую часть времени проводит в командировках, поэтому они не могут физически восстанавливать связь между собой после встреч с любовниками. Они договорились созваниваться каждый вечер, где бы ни находились и как бы ни были заняты. Часто эти разговоры происходят после того, как кто-то из них занимался сексом на стороне. Один из партнеров рассказывает, что во время таких разговоров:

...он принимает мои чувства. Я не боюсь сказать правду, он это целиком одобряет. Я замечаю, что одно лишь разрешение обсуждать все это, говорить о ревности и грусти как будто растворяет эти чувства. Они теряют свою власть, потому что не встречают сопротивления – он просто выслушивает и позволяет им быть.

Чувствуйте, что вы чувствуете

Болезненные чувства, даже самые сильные, рано или поздно ослабевают, если вы им позволяете, так что для начала устройтесь поудобнее и ждите, пока они пройдут. Отыщите эти чувства в себе, будь то ревность, обида или гнев – и пусть они текут сквозь вас, как река. Возможно, ваш ум переполнится гадкими мыслями, злобой, обвинениями, прицепится к тому, что те люди уж точно сделали не так, будет одержимо твердить, что вами пользуются или вообще действуют вам назло. Если так больно, то кто-то же должен быть во всем виноват). Уверяем: это не значит, что вы идиот. Все через это проходили. Не сгорайте от стыда – просто позвольте мыслям течь сквозь вас.

Чтобы лучше понять обнаруженные чувства, нужно поразмышлять над ними. Самоанализу не повредит план действий. Дневник поможет выпустить пар и узнать о себе много нового, даже не обязательно писать грамотно. Ничего страшного, если вы будете покрывать страницу за страницей красными буквами: «БЛИН БЛИН БЛИН БЛИН КАК МНЕ ХРЕНОВО!» Если именно от этого вам легче, советуем купить блокнот большого формата. Попробуйте записывать поток сознания – то есть все, что взбредет в голову, даже полную ахинею, а потом посмотрите, что получится. В таком тексте нередко попадают бесценные для самопознания вещи.

Можете купить себе мольберт и набор пастелей – это такие большие цветные мелки. Они помогают красочно самовыразиться и не дают заикнуться на деталях (они чересчур толстые

для этого). Если ничего кроме каракулей у вас не получится – ну и замечательно, даже такая мелочь вас успокоит.

А иногда вы удивите себя картиной с глубоким смыслом. Мы обе много рисуем, чтобы дать выход сильным чувствам и получше узнать себя – Досси таким образом бросила курить, а Кэтрин помогла себе вырваться из унылого пригорода и вернуться к блядской жизни – хотя, уверяем вас, хорошими художницами нас не назовешь.

Некоторые предпочитают давать выход чувствам через тело – бегать, заниматься на тренажерах, убирать в кухне или копать в саду. Попробуйте найти подходящую музыку – грустную, агрессивную или яростную – и вытанцуйте все, что чувствуете. Самовыражение помогает узнать себя лучше и творчески справиться с самым сильным стрессом. Даже если уборка не поможет разобраться с собой, у вас будет чистая кухня, а позагорав на пляже, вы и вправду улучшите себе настроение.

«Бедный ребенок!»

Попробуйте отыскать, где именно находятся ваши чувства: в животе, в горле, в груди? Отыскав их на физическом уровне, вы сможете усилить свои переживания, даже расплакаться – зато они пройдут легче и быстрее. Если начинается приступ ярости, бейте подушку. Если хочется плакать, не жалейте слез – помните, что они приносят облегчение. Когда Кэтрин больше ничего не помогает, она выбирает какую-нибудь душеспитательную книгу или фильм, чтобы выплакаться. («Язык нежности» еще ни разу не подводил.)

Некоторым такое поведение дается нелегко, ведь их учили, что жалеть себя плохо. А кого же тогда жалеть? Сочувствуйте себе: если пришлось несладко, будьте с собой поласковой.

Можете поговорить с другом или любовницей, если предупредили о конфиденциальности всех, кто готов слушать ваши сплетни. Кэтрин договорилась с подругой о «поддержке по телефону». И если у той есть пять минут, Кэтрин звонит и выплескивает наболевшее, а подруга слушает да приговаривает: «Бедный ребенок!», пока Кэтрин не успокоится. Все это кажется глупым, но не отказывайтесь, пока не попробуете. Помощь друзей очень помогает в трудные времена.

Кто виноват?

Научившись определять и выражать свои эмоции, попробуйте задание посложнее. Проверьте, получится ли у вас описать свои чувства на бумаге или рассказать о них другу, никого при этом не обвиняя – ни партнера, ни его любовника, ни самого себя. Это непростое упражнение: вы удивитесь, как скоро все мы срываемся на обвинения, но очень важно научиться переживать эмоции, не сваливая их на других.

Помните: когда плохо, сразу хочется найти виноватого. Но когда мы обвиняем других в чувствах, которые принадлежат нам, мы лишаем себя силы. Если ты виноват в том, что мне плохо, значит я бессилён что-либо сделать и нахожусь в безвыходном положении. Только когда я готов отвечать за свои эмоции, я обладаю силой, чтобы расти и меняться.

Шажок в сторону...

Чтобы совладать с хаосом неуправляемых эмоций, можно поискать, что поможет вам почувствовать себя хотя бы чуточку лучше. Не думайте о картине целиком – со всем сразу справиться нелегко, для начала сделайте маленький шажок в сторону приятного. Несколько раз вдохните поглубже, расслабьте мышцы, включите спокойную музыку, укутайтесь в мягкое одеяло. На первый взгляд, это не так много, но если получится хоть чуть-чуть облегчить свою участь, вы приблизитесь к тому, чтобы поверить в себя и справиться с ревностью.

Балуите себя

Пока вы учитесь переживать ревность и другие тяжелые чувства, окружите себя заботой. Научитесь баловать себя. Что может поднять вам настроение? Чашка горячего шоколада? Теплые полотенца после ванны? Хороший фильм или компьютерная игра? Любимый плюшевый мишка? Самая действенная забота о себе – это приятные физические ощущения: массаж, ванна с пеной, лосьон для тела, фланелевая пижама – все это подарит умиротворение и уверенность, даже если в голове беспорядок и мыслям нет покоя. Позвольте себе все самое лучшее – вы этого достойны.

Если возникает перспектива столкнуться с ревностью, придумайте, чем себя занять. Вряд ли получится согласовать расписания настолько, чтобы бегать на свидания одновременно с

партнером – да и что делать, если чей-то любовник схватит насморк? Второму тоже не ходить? А ведь люди, с которыми вы встречаетесь, скорее всего, очень рассчитывают на вас; им важно вас увидеть, они могут серьезно обидеться. Третьи стороны тоже имеют право на некоторую стабильность в жизни.

Если не получается тоже пойти на свидание – не беда. Можно сходить с приятелем в кино, взять фильм напрокат, поболтать в интернете, стиснуть зубы, объесться сладостей, погрызть ногти – лишь бы помогало отвлечься. Мы не советуем принимать спиртное и наркотики, потому что это не только усилит беспокойство, но и развяжет руки, вы можете забыть об обещании не позволять ревности влиять на ваши поступки. Кроме того, хотя в бегстве от жизни в разумных пределах нет ничего страшного, не перестарайтесь, а то так и не научитесь справляться с чувствами самостоятельно.

Перетерпите

Когда лучшего плана нет, ничего страшного, если вы просто стисните зубы и потерпите, пока все закончится. Конкретно в этот раз. Досси вспоминает свои первые трудности, после того как решила покончить с моногамией:

Я эпизодически встречалась с парнем, но предупредила его, что не хочу серьезных отношений и не собираюсь возвращаться к моногамии. Однажды он пришел ко мне, когда у меня в гостях была лучшая подруга, мы слегка накурились, и он стал заигрывать с ней. Ей он тоже понравился, к тому же она не знала о наших отношениях, и они стали целоваться прямо в моей гостиной. Бррр! Я наблюдала за ними и не находила себе места – ну да, замуж не хочу, присоединяться к ним, вроде, тоже, к тому же подруга не би, что же делать? В правилах этикета об этом ничего не сказано. Сначала я так и сидела оцепенев, а потом подумала: «Что положено делать – неизвестно, поэтому придется изобретать самой. Чем бы я занималась, если бы подруга и мой парень не катались по полу, обсасывая друг друга? Наверное, делала бы выписки из книги о картах Таро». Я пошла наверх и села учиться, стиснув зубы, но почувствовала облегчение, потому что книга заняла мои мысли. В конце концов они ушли, а мне предстояло пережить одинокую и не очень приятную ночь, но по крайней мере я гордилась, что выжила. Особенно я радовалась, что сдержалась и не вылила суп им на головы. И мне совсем не было обидно. Позже я поговорила с подругой: наша дружба выжила, отношения с парнем – нет, и меня это вполне устроило. Зато мне удалось почувствовать собственную силу – каким бы он ни был, это был мой первый успешный опыт встречи с ревностью.

Посмотрите страхам в лицо

На пути к пониманию своей ревности, хорошо бы ответить на вопрос: «Какие сцены пугают меня больше всего?» Скорее всего, воображение уже разыгралось, поэтому вряд ли станет хуже, если вы задумаетесь об этих ужасах специально. Важно понять: картинки в вашем воображении не имеют ничего общего с тем, что делает партнер. Вы понятия не имеете, что он делает. А представления об этом всего лишь отражают ваши страхи. Чтобы совладать с ними, можно просто признаться: «Да, я этого боюсь». А можно пойти дальше и намеренно представить себе самое ужасное. Давайте, погрузитесь с головой. Продумайте все до нелепостей. Может быть, у ее любовника член длиной три километра, а любовница – точная копия Барби. Возможно, вам удастся посмеяться над своими страхами – это лишит их власти над вами.

Рассмотрите и наименее неприятные образы. Это ваша безопасная зона. Возможно, вы с удивлением обнаружите, что представить любовника в постели с другим человеком не так страшно, как казалось, или что половой акт стерпеть легче, чем поцелуи. Попробуйте записать плоды своего воображения на отдельные листочки и разложить их по порядку, от наиболее до наименее пугающих. Это поможет вам понять, что страшнее, а что безопаснее. Так вы узнаете, куда направить мысли, чтобы немного успокоиться, а это уже первый шаг к полному умиротворению.

Выдумка гораздо страшнее реальности. Проверьте, насколько обоснованны ваши страхи – это поможет с ними совладать. Наш разум, как и природа, не терпит пустоты. Пустота не дает нам покоя. Вспомните, как беспокоились, когда ждали звонка или когда член семьи запаздывал домой. Вы поймете, почему служба «Дорожный патруль» полностью компьютеризирована и

готова отвечать на бесчисленные звонки о том, не попал ли чей-то ненаглядный в аварию там-то и тогда-то. Все переживают в подобных ситуациях. Чтобы оградить себя от беспокойств, Кэтрин и ее партнер договорились созваниваться, когда собираются ехать от любовника домой.

Когда мы не знаем, что происходит, очень немногие могут просто сказать: «Не знаю» и думать о чем-нибудь другом. Мы восполняем пробелы сами, мы выдумываем.

Эти образы не имеют ничего общего с действительностью, вы видите только собственные страхи. Так что теперь вы знаете, чего боитесь, зато понятия не имеете, что происходит.

Именно поэтому авторы данной книги – верные приверженцы полной открытости в свободной любви. Мы очень советуем познакомить партнеров друг с другом или хотя бы рассказать о них друг другу, чтобы развеять надуманные опасения, что они моложе, стройнее, сексуальнее нас. Знакомство с любовником партнера может вас очень удивить и успокоить. Ведь людей нельзя сравнивать, у каждого свои достоинства и недостатки, каждый уникален, именно поэтому нам так нравится поддерживать много отношений. Различия прекрасны. И не забывайте: это не состязание, не гонка. Выиграть могут все.

Вспоминайте о хорошем

Запишите, за что цените ваши отношения и отложите этот список на черный день. Будьте жизнерадостны, находите во всем хорошее. Цените, что имеете и что получаете от партнера: время, внимание, любовь – все, что делает вас счастливыми. Не стоит пессимистично думать только о том, чего у вас нет, и вести учет внимания, доставшегося не вам. Внимание не отнимается у вас – в отношениях не бывает «прихода» и «расхода», как в выписке по счету. Когда вы чувствуете себя обделенными, вспомните все хорошее, что дарит вам партнер.

Делитесь

Вам и вашим партнерам необходимо научиться говорить о ревности. Ведь когда вы притворяетесь, будто просветлены настолько, что не ревнуете вообще, вы не можете работать над своими чувствами и получать поддержку партнера. А когда вы пытаетесь защитить себя и партнера от ревности, то обманываете его и себя, что только отдалит вас, а не сблизит.

Мы знакомы с парой, у которых есть договоренность под кодовым названием «дрожь в коленках». То есть можно рассказать обо всех беспокойствах: о ревности, страхах, нежелании расставаться на выходные, о том, каково это – чувствовать себя маленьким и глупым. Коленки в такие минуты и правда дрожат. А партнер обещает слушать, кивать и сочувствовать. И ответом будет не «Ладно, я отменю свидание с Бланш», а «Милая, я искренне тебе сочувствую. Я люблю тебя».

Когда мы признаемся партнерам, что ревнуем, то становимся очень уязвимыми. А когда партнеры откликаются на это с уважением, выслушивают, понимают наши чувства, поддерживают и утешают нас, мы ощущаем больше заботы, чем если бы не было никаких трудностей. Поэтому мы очень советуем подарить друг другу опыт, который так объединяет – поделиться слабостями. Все мы люди, все уязвимы, всем нужна поддержка.

Похвалите себя

Умение справляться с ревностью пригодится на всю жизнь. Пользоваться знаниями о себе вы будете много раз. Все перечисленные техники универсальны, поэтому теперь у вас есть целый репертуар приемов, чтобы справиться с приступами не только ревности, но и других тяжелых эмоций. Если вы преуспели в этом, поздравьте себя. Отпразднуйте свой успех: напишите «Я гений!» двести раз яркими красками. Подарите себе что-нибудь стильное. Вы хорошо потрудились и заслужили награду.

Заключительная заметка о любви

Чтобы не бояться лишиться любви, нужно помнить, как это приятно – любить. Если вы не чувствуете себя любимым и хотите это исправить – пойдите и полюбите кого-нибудь. И посмотрите, что получится.

Глава 4. ВЛЮБЛЕННЫЕ БЛЯДИ

Часто мы слышим о людях, у которых все в порядке с блядством, пока не влюбятся. И тогда, под влиянием общепринятых взглядов, что любовь подразумевает брак, а брак – моногамию, они погружаются в пучину традиционных отношений, и последствия бывают

плачевными. По крайней мере одна из нас – можете представить здесь грустную улыбку Кэтрин – не смогла противостоять этому шаблону.

Свадебным колоколам вовсе не обязательно разрушать веселую компанию. Многие бляди успешно совмещают обязательства стабильного партнерства с прелестями свободного секса.

Однако у блядей, безусловно, бывают трудности в постоянных отношениях. Предрассудки общества таковы, что преданность дает право обладать или, вспоминая известную шутку, что семья заменяет все, поэтому надо выбрать, что важнее: всё или семья. Даже люди опытные замечают, что ждут от постоянных отношений возможности контролировать немалую часть жизни партнера.

Как вы уже догадались, мы не в восторге от идеи, что преданность партнеру дает право на что-либо, кроме взаимного уважения и заботы друг о друге. Что произойдет, если разделить понятия «романтическая любовь» и «право собственности»? Партнерша Досси, у которой до этого не было открытых отношений, с удивлением обнаружила, что многие ее старые привычки стали неуместными: «Зачем суетиться, выискивать чужие волосинки или ложь в разговорах, чтобы вычислить измену, если я знаю, что если она займется сексом с кем-то еще, то скажет мне об этом?» И все-таки вопросы границ, ответственности и уважения остаются, и их нужно иметь в виду.

Итак, как две влюбленные бляди (или больше – для удобства мы поговорим о парах, хотя это относится к союзам любой численности) строят совместную жизнь?

Наши друзья Рут и Эдвард вспоминают: «Шестнадцать лет наши отношения были моногамными, а потом мы решили сделать их открытыми. Сейчас пытаемся выяснить, что для нас приемлемо в отношениях на стороне, а что лучше оставить для себя. Иногда, чтобы определить границу безопасной зоны, нужно пересечь ее и испытать дискомфорт. Мы не спешим, стараемся не причинять друг другу боли. Мы преданы друг другу, и каждый готов прекратить делать то, что пугает другого».

Обычно вы сами заботитесь о себе, выясняете границы допустимого и защищаете их, договариваетесь, как помочь себе и партнеру чувствовать себя в безопасности, – об этом мы уже говорили. Вот некоторые трудности, с которыми могут столкнуться бляди в партнерских отношениях.

Случайное партнерство

Как мы уже говорили, у каждого отношений своя роль. Для некоторых это партнерство на всю жизнь, с общей жилплощадью, имуществом и так далее. Для других – периодические свидания, дружба, романтическая привязанность. Однако многие замечают, что незаметно для себя позволяют отношениям превращаться в партнерство. Этому помогают доброжелательные друзья и знакомые, предполагая, что вы с другом – пара, даже если вы сами еще не уверены в этом. Кроме того, многих объединяют обстоятельства, случайная беременность, «жилищный роман», когда кто-то теряет жилье и переезжает к другому, да и просто банальное удобство. Кэтрин вспоминает:

На первом курсе колледжа я познакомилась с очень приятным парнем, тихим и застенчивым, он был молчалив, но когда говорил что-нибудь, мне это очень нравилось. Мы встретились с Фредом несколько раз, потом занялись сексом. Когда закончился учебный год, мы все лето писали друг другу письма. Осенью я стала искать квартиру, потому что не хотела жить в общежитии. Мне удалось найти только очень большую комнату, которую я могла снять только вместе с кем-то. Я позвонила Фреду и предложила поселиться со мной, поделить комнату и спать раздельно. Он согласился.

В первую ночь он уже купил себе матрас, а я нет, поэтому мы спали вместе. Почему-то до второго матраса дело так и не дошло. Мы прожили вместе два года, потом поженились. Отсутствие матраса привело к пятнадцатилетнему браку и двоим детям.

И хотя мы обеими руками за парные союзы для тех, кому это нужно, нам больше по душе, когда выбор делается при немного большем участии мозгов, чем в этом примере. Поэтому, прежде чем «сползти» туда, куда вам не очень надо, серьезно подумайте и обсудите с партнером – найдите самую лучшую форму для ваших отношений. Расскажите друг другу, что для вас любовь и чего вы ждете друг от друга.

Может оказаться, что, хотя вам хорошо вместе и у вас отличный секс, ваши представления

о жилье, деньгах и имуществе совершенно несовместимы. В таком случае можете повторить опыт предыдущих поколений – поселиться в одном доме и годами пытаться переделать друг друга, с неизбежными разочарованиями и обидами.

Другой вариант – пересмотреть ваши взгляды на ситуацию. Обязательно ли жить вместе? Почему? А может, сохранить те стороны общения с вашим другом, которые доставляют радость, а остальное поискать в ком-нибудь еще? Кроме всего прочего, блядство означает, что удовлетворение нужд не зависит от одного человека.

Если вы склонны незаметно «сползать» в парные союзы, советуем потратить необходимое время, чтобы понять, чем это вызвано и что вы надеетесь в итоге получить. Вообще-то было бы здорово, если бы каждый умел жить один, умел заботиться о себе самостоятельно, чтобы не приходилось каждый раз искать для этого кого-то еще. Можете поэкспериментировать с отношениями, которых раньше у вас не было, – вместо поисков идеальной любви пообщайтесь с теми, кому доверяете и симпатизируете, а не обязательно любите – или любите, но не до мурашек по телу.

Здесь, как и во всем вышесказанном, важна уверенность в себе. Если вы себе нравитесь, любите себя, заботитесь о себе – отношения выстроятся вокруг вас в замечательный узор, совершенный, как кристалл. Мы надеемся, что если вы когда-нибудь составите с кем-то пару, это будет полностью осмысленный шаг.

Бляди-соперники

Часто партнерам усложняет жизнь стремление быть лучше других, которое засело в нашей психике еще со школьной скамьи. Иногда партнеры соревнуются друг с другом в количестве «жертв» или в их привлекательности – уродливое зрелище.

Мы не устанем повторять: это не состязание, не гонка, люди не призы. Один из способов избавиться от соперничества – стать свахами друг для друга, посвятить себя интимному счастью партнера так же, как и своему. Помните кульминацию «Большого разочарования», когда героиня сводит мужа с лучшей подругой, чтобы та могла забеременеть? Когда Кэтрин узнала, что у ее партнера и новой интернет-знакомой одна и та же эротическая мечта, она устроила им свидание.

Досси вспоминает, как однажды в ресторане привлекательный мужчина, сидящий за спиной партнера, долго ловил ее взгляды. Когда они выходили, Досси рассказала об этом партнеру, и ему в голову пришла гениальная идея. Он подошел к тому мужчине и сказал: «Моя дама желает сообщить вам номер телефона». Досси теперь все время пользуется этим приемом и очень рекомендует – ей всегда звонят!

Увлечения

Мы уже говорили, что невозможно предугадать, насколько сильные чувства возникнут в тех или иных отношениях. Многие новички предпочитают одноразовый секс, чтобы избежать душераздирающего зрелища, когда ваш постоянный партнер влюбляется или увлекается кем-то еще. Действительно, иногда отношения на стороне могут стать основными и вытеснить прежнего партнера, и тогда все стороны чувствуют себя отвратительно, особенно тот, кого бросают. Особенно если он изо всех сил старался отвечать за свою ревность, работал над собой, преодолевал страхи – только чтобы обнаружить, что они осуществились: его и правда бросили.

Невозможно предсказать, когда и к кому возникнут глубокие чувства. Мы совершенно не хотим заключать такие строгие договоренности, которые исключают всех, кто нам нравится. Никакие правила не защитят от собственных эмоций, поэтому решение нужно искать не с помощью правил.

Попробуйте сравнить с реальностью ваши фантазии и ожидания. Чаще всего новые отношения так восхитительны именно благодаря своей *новизне*. Они сияют ореолом сексуального возбуждения – и еще не обнаружили неизбежных конфликтов и беспокойства, которые приходят с настоящей близостью. У всех отношений есть период «медового месяца», и правда, горькая или нет, состоит в том, что он не вечен. Когда мы не желаем этого признать, то мечемся от партнера к партнеру, надеясь, что следующий-то уж точно окажется идеальным. Так мы лишаем себя возможности прожить с кем-то достаточно долго, чтобы познать глубокую связь и защищенность, которые приходят лишь тогда, когда мы встречаем трудности и преодолеваем их.

Наша подруга Кэрол мудро замечает:

Для большинства секс связан с близостью. Мы начинаем зависеть от поддержки партнера во многих эмоциональных областях. Возникает ситуация, когда мы делимся важными, уже не связанными с сексом вещами – трудностями совместной жизни, болезнями и здоровьем, богатством и бедностью – только с основным партнером, а остальным оставляем лишь «примерное поведение». Важно понимать, что, даже если вы подрастеряли восторг новизны от общения друг с другом, взамен у вас есть очень ценное, глубокое качество близости, которого невозможно добиться с тем, кого знаешь пару недель. Хитрость в том, чтобы найти способ наполнить свою жизнь и тем и другим: глубиной отношений и яркостью новизны.

Пожалуйста, не забывайте, что фантазии далеки от реальности, наслаждайтесь ими, но не забывайте о взятых на себя обязательствах. Когда вы понимаете, что даже самое прекрасное увлечение недолговечно, то сможете пережить его относительно спокойно и, что еще важнее, не разрушить при этом долговременную стабильность и любовь друг к другу.

Отношения с третьей стороной

Отношения с любовниками любовников имеют такие тонкости, которые и не снились авторам книг по этикету. Одна пара сказала нам: «Очень важно не чувствовать отвращения к любовникам друг друга – особенно если это надолго. Самое лучшее – дружить между собой».

У Досси на этот счет есть история:

Я встречалась с женщиной, у которой была основная партнерша. Я ее не знала и предложила познакомиться, она обещала подумать. Обычно, когда Патрик встречался со мной, Луиза шла на свидание со своим любовником – они надеялись, что таким образом все будут счастливы. К сожалению, любовник Луизы часто в последний момент отменял свидания, и тогда Патрик не приходил на встречу со мной. Меня это не устраивало, и я заявила, что со мной как с любовницей должны считаться. Мы привыкли, что любовники – это разрушители семей и забываем, что о них тоже надо думать. После долгих переговоров мы наконец познакомились, и Луиза согласилась, чтобы мы с Патриком виделись независимо от ее свиданий. Мы обязались предупреждать ее заранее, следить, чтобы он возвращался вовремя, и поддерживать всеми силами. Когда мы с Луизой обсуждали все это, то очень сблизились – я отчетливо помню ночь, когда мы беспокоились о Патрике и допоздна говорили о нем, пока он спал в соседней комнате. Мы стали лучшими подругами и открыли свое дело по организации семинаров и театральных презентаций. Мы путешествовали втроем и отлично проводили время.

Даже когда мы с Патриком перестали встречаться, дружба с Луизой осталась. Для меня было важным увидеть, что когда мы позволили друг другу найти решение, которое устроило всех, то получили возможность вместе расти и переживать смены отношений, которые сблизили нас, как членов одной семьи.

Итак, стоит ли знакомиться с «третьей стороной»? Мы «за»: иначе вы придумаете себе кого-то настолько неотразимого, сексуального, коварного и грозного, что не встретишь и в эротическом триллере. Кроме того, как знать, может, этот человек вам очень понравится. Некоторых лучших друзей мы узнали благодаря тому, что они спали с теми, с кем спали мы. Церемонию обета любви и преданности для Кэтрин и ее партнера проводила бывшая любовница партнера, ставшая впоследствии подругой и любовницей Кэтрин.

Если вы гомо– или бисексуальны – возможно, сами закрутите роман с любовником партнера, как сделала Кэтрин. Наша знакомая впервые попробовала открытые отношения, когда влюбилась в любовницу своей девушки. («Моей девушке это, прямо скажем, не очень понравилось, – вспоминает она, улыбаясь. – Сейчас мы дружная семья, но на ее создание ушло десять лет».) Мы советуем наблюдать за своими побуждениями, чтобы вами двигали любовь и страсть, а не соперничество или желание отомстить – тогда, если вы пройдете испытание, наслаждайтесь. Неудивительно, что вам с партнером нравятся одни и те же люди, а взаимное влечение может сделать из вас отличное маленькое племя.

С другой стороны, иногда мы встречаем блядей, которые думают, что *должны* спать с любовниками партнера. Бывает, что стороны договариваются привести третьего исключительно в общую постель. Подобные соглашения подразумевают, что у каждой стороны есть «право вето» по отношению к потенциальным любовникам: секс с непривлекательным или

малоприятным человеком не доставит радости ни вам, ни ему. В то же время «правом вето» нельзя злоупотреблять, отклоняя всех подряд: хоть это и заманчивая стратегия, поскольку, пока вы не разучились ревновать, любые связи на стороне кажутся угрожающими. Иногда необходимо просто собраться с силами, посмотреть страхам в лицо и сделать то, чего вы боитесь.

А может, вы чувствуете, что раз партнерша возжелала некую персону столь сильно, вам нужно следовать за ней – чтобы взять на себя часть вины, подтвердить ее прекрасный вкус или просто ради смутного чувства справедливости-Пожалуйста, не надо. Если вы не хотите кого-то, не нужно трахаться из вежливости: общаться можно и по-другому. Пригласите ее на ужин, сходите в кино, поиграйте в карты или найдите любой другой способ показать, что вы ей рады.

Возникает важный вопрос: принимаете ли вы ответственность за то, чтобы любовники партнера чувствовали себя желанными? Кэтрин многие часы проговорила по телефону, убеждая любовниц партнера, что она правда не против, что все замечательно и, пожалуйста, милая, пусть вам будет хорошо вместе. Мы считаем, что ваши желания важнее всего: если не можете проявить гостеприимство – не нужно. С другой стороны, будет вежливым вести себя как можно более дружелюбно, без стиснутых зубов и поддельных улыбок. По крайней мере дайте понять, что вы ни с кем не соперничаете, что происходящее не причиняет вам боли, что вы в состоянии позаботиться о своих эмоциях – другими словами, пообещайте быть ответственным и не обвинять третью сторону. В конце концов, он это делает потому, что, как и вы, считает вашего партнера необычайно привлекательным, а не для того чтобы сломать вам жизнь.

А когда увлечение пройдет, некоторые надолго останутся в вашей жизни, хотя вы этого, может быть, и не ждали: например, любовник станет любимцем вашего ребенка или сотрудником партнера. Другие уйдут, но когда они уходят с теплым чувством, они могут вернуться, если в ваших жизнях снова появится место друг для друга. Таким образом полиаморная блядь окружает себя большими семьями и племенами. И мы согласны с утверждением, что семья любовников не может подвести.

Особенно прыткие бляди умудряются иметь сразу несколько основных отношений. Досси уже двадцать пять лет знакома с такой парой, Робертом и Силией. Они женаты двадцать четыре года и вместе воспитали двоих детей от предыдущих отношений. У каждого есть еще один основной партнер, обычно это женщины, и семейные отношения со всеми бывшими любовниками. Мэй, вторая партнерша Роберта, сперва была любовницей Джуди, которая встречалась с Силией в 1985 году, потом стала любовницей Силии, и, наконец, в 1988 они начали встречаться с Робертом – и встречаются до сих пор. Несколько лет назад Миранда и Силия жили на втором этаже, а Роберт и Мэй – на первом. Сейчас Шерил, бывшая любовница Силии, живет с ней на втором этаже и помогает воспитывать внуков; другая Миранда, тоже бывшая любовница Силии, дважды в неделю приезжает в гости, потому что живет за городом, но учится неподалеку. Все они, как и многие другие любовники и друзья разных уровней близости, бывшие и нынешние, а также большинство их друзей и любовников, составляют большую семью, в которой живут, любят и растят детей без малого тридцать лет, а также собираются заботиться друг о друге в старости. Впечатляет?

ОТЛИВЫ И ПРИЛИВЫ В ОТНОШЕНИЯХ

Мы рады видеть, как много бывших любовников среди наших друзей и как половые отношения превращаются в семейные. Однако в сутках двадцать четыре часа, которые можно посвящать любви – а вам, скорее всего, еще надо работать, спать и так далее. Поэтому время на каждого любовника ограничено, а значит, их количество также придется ограничить.

Многие позволяют партнерам появляться и исчезать, как заблагорассудится. Однако в многочисленной компании половые отношения, как правило, завершаются отдалением, а не разрывом. Дружеский секс прекрасен тем, что, хотя увлечения приходят и уходят, каждые отношения сохраняют свои уникальные качества. Их создание похоже на обучение езде на велосипеде: вы пробуете, ошибаетесь, падаете – но в конце концов движетесь вместе. И так же, как невозможно разучиться кататься на велосипеде, вы никогда не забудете, как обращаться друг с другом. Даже после самого горького расставания, когда пройдет время и конфликт загладится, вы сможете без труда возобновить отношения, будто надеть старые удобные

перчатки.

Когда дела плохи

Однако иногда конфликт длится очень долго или ситуация кажется неразрешимой – и это подрывает основы отношений. Надеемся, вы будете столь же этичны в проблемных отношениях, сколь и в счастливых.

Если начинаются серьезные трудности, так и подмывает найти виноватого. Мы помним с детства, что боль в виде наказания от всемогущих родителей – это следствие нашего проступка. Поэтому в минуты боли мы ищем кого-то, кто поступил «неправильно», – желательно кого-то со стороны.

Мы уже обсуждали, что, обвиняя кого-либо, вы лишаетесь силы. Важно помнить: разрыв чаще всего происходит потому, что партнеры несчастливы друг с другом, и никто в этом не виноват: ни вы, ни партнер, ни его любовница. Даже если кто-то вел себя некрасиво или нечестно – скорее всего, отношения распадаются не поэтому, а из-за внутреннего напряжения. Однако даже авторы данной книги не всегда вспоминают об этом, когда сами переживают горькое расставание.

Если вы заметили, что ищите виноватого, вспомните аксиому семейной психологии: «клиент» – это отношения целиком, а не один их участник. Если вы перестанете искать виноватого и посмотрите на конфликты и трудности как на проблему отношений в целом, то сделаете важный шаг к их решению.

Почему-то в нашем обществе принято, что ответственность за эмоциональное благополучие каждого ложится на плечи женщины. И хотя ее неспособность взмахом волшебной палочки прогнать боль и беспокойство редко является причиной конфликта, женщина может чувствовать себя виноватой, как будто так и есть. В подобной ситуации один из партнеров берет на себя излишнюю ответственность, поэтому важно точно определить, кто за что отвечает.

С другой стороны, бывает, что кто-то не желает брать на себя ответственность.

Женщины (иногда мужчины), чья самооценка тесно связана со способностью поддерживать отношения, могут превратить партнера в «злодея», чтобы оправдать свое желание уйти. Такая стратегия несправедлива к обоим: «злодей» получает всю власть, а «жертва» ее лишается. Полагая, что расставание – единственный выход, потому что партнер так ужасен, вы отрицаете, что выбор есть всегда. Наш опыт подсказывает, что в отношениях все трудности имеют две стороны: если вы осознаете, какую часть проблемы создали сами, то сможете работать над ее разрешением.

ДЕСЯТЬ ПРИМЕРОВ БЛЯДСКОЙ ЛЖИ (ЛУКАВОЕ РУКОВОДСТВО)

1. Я никогда не ревную
2. Секс на стороне не снижает мое влечение к основному партнеру
3. Я перестану это делать, если она попросит
4. Я всегда говорю чистую правду о своих любовниках
5. Ни разу и в мыслях не было уйти к другому
6. Мы никогда не добиваемся расположения одного и того же человека
7. Никто не считает очки
8. Я не против одолжить им нашу постель/машину/ секс-игрушки
9. Мы все всегда планируем заранее
10. Причин для расстройств нет

Однако стоит заметить, что, если конфликт сопровождается физическим насилием, эмоциональной и словесной агрессией, не время разбираться, кто виноват, – обратитесь за помощью к специалистам и научитесь разрешать конфликты мирным путем.

Разрывы

Бывает и так. Умение поддерживать отношения и высокий уровень этики еще не означают, что вы проживете с одним или несколькими партнерами всю жизнь. Мы по опыту знаем, что отношения меняются, люди вырастают из них, люди тоже меняются. У них появляются новые желания и мечты. Когда мы оглядываемся на расставания в своей жизни, то понимаем, что они были шагами к личностному росту и более гармоничной жизни для каждого из нас. Конечно, в те моменты мы чувствовали себя отвратительно.

Когда распадается традиционный брак, никто не считает это доказательством, что моногамия не работает, – тогда почему разрыв блядей означает, что свободная любовь невозможна? Причины разрыва могут быть вообще не связаны с открытостью отношений. В любом случае, это не доказывает, что вам следует отказаться от этого пути: если бы вам не была нужна сексуальная свобода, вы бы так не старались.

Важно помнить, что разрыв не означает конец отношений, это может быть переход на новую ступень – учтивых знакомых, друзей или даже любовников. Прелесть этичного блядства в том, что отношения становятся шире, чем двусторонние: с каждым можно поддерживать ту связь, которая подходит обоим. Досси вспоминает:

Я встречалась с Биллом полтора года – так долго, что когда я объявила друзьям, что мы пара, они только рассмеялись: ха-ха, вот это новость. Мы решили жить вместе, но через шесть месяцев не выдержали, переругались и расстались. Целый год мы не переносили друг друга, но потом снова начали заниматься сексом, потому что с этим у нас всегда было все отлично. Мы дружили еще девять лет, встречались раз в месяц, и секс был таким же пылким и прекрасным, как в самом начале.

Когда отношения кардинально меняются, хорошо, если все достаточно спокойны, чтобы расстаться и не потерять при этом любовь и самообладание. Но часто разрыв приносит боль, злость и несчастье. Горечь утраты отношений, на которые вы рассчитывали, очень глубока, и мало кто показывает себя с лучшей стороны во время болезненного расставания.

Самая острая боль обычно проходит через три месяца. Это значит, что нестерпимые и непреодолимые чувства горечи, потери, одиночества, гнева и другие через три месяца покажутся неприятными, но управляемыми. Полезный совет: как только улеглись чувства, неплохо бы снова начать общаться с бывшим партнером – например, выпить вместе кофе или сходить в кино. После всего, что вы пережили вместе, досадно не остаться хотя бы друзьями.

Кому достанутся друзья?

Особенность открытых отношений состоит в том, что все связаны между собой, как члены большой семьи. Поэтому, когда двое расстанутся, это затрагивает всех. Паре, переживающей разрыв, вряд ли понравится быть у всех на виду. Ведь у ваших друзей тоже есть предположения, кто кого обидел. Если больно вам, больно и им, поэтому целая семья может отправиться на поиски виноватого.

Если говорить об этике, пара, которая расстанется, несет определенную ответственность перед группой, а группа – перед парой. Пара не должна раскалывать группу надвое. Это значит, не стоит требовать от друзей перестать общаться с вашим «бывшим»; не нужно делить людей на врагов и союзников в зависимости от того, разговаривают ли они с ним.

Щекотливый вопрос: насколько хранить все в тайне, ведь никто не хочет плодить о себе сплетни, но все хотят поделиться с кем-нибудь своими несчастьями, особенно если их много. Иногда пары договариваются, с кем можно говорить о личных делах, а с кем нет. Если договоренности нет, остается только надеяться на лучшее.

Если вы считаете, что пока не стоит видеться на вечеринках, позаботьтесь об этом сами, а не ругайте хозяйку, что пригласила вас обоих. Особенно неэтично звонить хозяйке с требованием попросить приглашенного «бывшего» не приходить или шантажировать ее: я не приду, если он придет. Это значит сваливать ваши заботы на друзей. Устанавливать границы общения и договариваться с бывшей девушкой – ваша задача, а если уж вы пришли на одну вечеринку с ней и чувствуете себя неудобно – вам решать, остаться или уйти. Мы советуем принимать решение на основе вашего личного чувства комфорта или дискомфорта, а не распоряжаться поведением другого. И если все же решили появиться на том или ином мероприятии и мириться с присутствием бывшего любовника, тем лучше: сможете потренироваться делить социальное пространство – это все равно придется делать, пока один из вас не переедет в Тимбукту. Рано или поздно вы *справитесь* со своими чувствами к этому человеку, а подобная тренировка сделает переход менее болезненным, вы приблизитесь к исцелению, а возможно, и дружбе.

Ответственность друзей и семьи – не допускать ссоры, выслушивать без предубеждений, понимать, что всем при расставании несладко. Не забывайте, что вашему другу плохо, смотрите на обвинения критически. Исключение – если причиной разрыва стали серьезные проблемы,

например, насилие или злоупотребление наркотическими веществами: здесь простых ответов нет, потому что друзья обязаны осудить подобное. Но чаще всего обвинения сводятся к тому, какой невнимательный, самовлюбленный, бестактный, злобный, лживый и грубый этот осел, мой «бывший»; все мы такими бываем, поэтому нужно понять и простить.

Несмотря на то, что разрывы тяжелы для всех, что вы злитесь, грустите, чувствуете себя брошенным и оскорбленным, мы умоляем вас помнить, что ваш почти-бывший-любовник – тот же самый замечательный человек, которого вы так любили, поэтому не стоит сжигать мосты. Кэтрин рассказывает:

После разрыва мой бывший муж злился на меня и был очень подавлен, а я чувствовала себя виноватой. Но мы решили сохранить мирные отношения ради детей, на опеку которых имели равные права. Сейчас, восемь лет спустя, я считаю его одним из лучших друзей: мы обмениваемся книгами, делимся поэзией и часами говорим по телефону. Если бы мы наделали друг другу гадостей, когда страсти были накалены, у нас бы сейчас не было такой замечательной дружбы.

Глава 5. КОНФЛИКТ

Основа близости – умение признавать слабость. Напишите это на зеркале в ванной. Мы не умаляем ценности любви, смеха, радости и других приятных вещей, но ничто так не сближает, как моменты, когда мы напуганы и уязвимы, а наш партнер готов быть рядом и разделить наши переживания. В такие моменты мы ближе всего друг к другу.

Зачем это вам?

Некоторые удивляются, почему бляди так сомневаются в себе. Бляди нервничают точно так же, как все остальные, – ведь нас тоже не учили с колыбели иметь дело со страхами.

Скорее всего, свою свободу будет принять гораздо легче, чем свободу партнера. И если вы сможете спокойно встречаться с другими, это не значит, что вы сохраните спокойствие, когда партнер сделает то же самое. Гулять и сидеть дома – совсем не одно и то же, как готовить и есть: то и другое имеет свои плюсы и требует особых навыков.

Столкнувшись с проблемами, спросите себя: «Зачем это мне?» Зачем так напрягаться и становиться блядью? Ответ зависит только от вас; для нас наградой служит личная свобода – и мы должны научиться давать ее партнеру, если тоже хотим ею пользоваться.

ЧЕСТНЫЕ ССОРЫ

Размышления о том, как моменты слабости укрепляют связь между людьми, подводят нас к наивысшему, вероятно, проявлению близости – к ссоре. Многие уверены, что ссор надо избегать любой ценой, но большинство семейных психологов не согласятся с этим. Ссоры между партнерами – достаточно универсальное средство; они мало кому приятны, но, похоже, многим необходимы для прочных отношений. В ссоре партнеры могут побороть разногласия и выразить самые искренние чувства.

Длительным отношениям нужен выход для гнева и возможность обсудить проблемы. Сколько раз вы горячо спорили с партнером, а после чувствовали себя намного ближе друг к другу, чем когда-либо?

Так что задача не в том, чтобы избежать ссоры, а в том, чтобы научиться спорить, не причиняя друг другу физического или морального ущерба. Хорошая ссора сильно отличается от ругани и подразумевает уважение, безопасность и взаимность, чтобы оба могли в полной мере выразить свои чувства, стать сильнее и ближе друг к другу, закалиться в огне.

Идею честной ссоры впервые изложил доктор Джордж Р. Бах в прекрасной книге 1968 года «Интимный враг: как ссориться по-честному в любви и браке». Мы очень рекомендуем прочесть эту книгу, хотя она устарела – речь в ней только о гетеросексуальных парах, и авторы признают, что даже не пытались справиться с ревностью. Им показалось это трудным – может быть, они прочтут нашу книгу. Но материалы об общении и подробные описания, как конструктивно делиться своим гневом с партнером, бесценны. Эта книга – классика.

Обоюдный выигрыш

Хорошая ссора начинается с понимания, что успешной она может стать только в случае, если выиграют оба. Если один из участников проигрывает, то проблема, ставшая причиной

ссоры, не решена. Наивно полагать, что «проигравший» уступил и отказался от своей точки зрения. Если его подавить, запугать, перекричать – он обидится, а проблема останется. Единственный путь к настоящей победе – это найти решение, когда все стороны чувствуют, что выиграли. Поэтому в хорошей, чистой ссоре мнение каждого выслушивают и учитывают, а к решению приходят через взаимное согласие, а не угрозы.

Чтобы ссора была честной, нужно договориться о правилах и границах, уважать право каждого на личное мнение и чувства. Лучше выбрать время для ссоры заранее – если подстеречь партнера в ванной, когда тот опаздывает на работу, ссора вряд ли окажется честной. Обсуждения нужно планировать на такое время, когда мы можем уделить им максимум внимания.

Преимущество запланированной ссоры в том, что к ней можно подготовиться, упорядочить мысли и знать наверняка, что на обсуждение уже выделено время. Если чеки из продуктового магазина возмутили меня во вторник, а ссора по этому поводу намечена на четверг, несложно на время забыть об этом. Большинству это не удастся, потому что кажется, что их недовольство никогда не разрешится.

Что за бред – запланировать ссору? Разве они не возникают как гром среди ясного неба? В ссоре мы редко соблюдаем правила и уважаем границы, не так ли? Разве речь не о внезапных вспышках эмоций? Да, о них, но вряд ли вы сможете найти выход, если в вас бушуют эмоции. Когда вы взвинчены, важно заметить это и принять во внимание. Сколь бы нескладно вы себя ни выражали, это ваша правда; вы взволнованы, значит, эта правда – важна. Вот чему мы учимся, когда случаются вспышки эмоций.

Поэтому, когда вы взрываетесь, самое время прислушаться к собственной правде. Если эмоции выходят с такой силой, что вы теряете над собой контроль, начинаете биться головой о стенку или кричать во все горло – значит пришло время перевести дух. Любой может попросить сделать «перерыв»: чтобы разойтись по комнатам, прогуляться по отдельности – сделать все, что поможет успокоиться и прислушаться к чувствам. Выслушивание партнера отложите на потом. Может быть, не очень приятно, когда вас прерывают посреди монолога; возможно, вы почувствуете, что вас бросили, если партнерша уйдет, чтобы остыть, но иногда такой переход лучше всего поможет вам принять ответственность за свои чувства и не позволит ссоре перерасти во что-нибудь более разрушительное. Говорить о чем бы то ни было гораздо проще, когда вы оба чувствуете себя спокойно.

Вот план действий для честной ссоры, который Досси предлагает обращающимся к ней парам. Если хотите попробовать, для начала выберите разногласие попроще – например, кто будет мыть унитаз, – и следуйте инструкциям.

Пошаговое бесприкрытое разрешение конфликта

1. Сделайте ПЕРЕРЫВ, чтобы перестать злиться.
2. Выберите ОДИН вопрос для обсуждения.
3. Назначьте ВСТРЕЧУ, чтобы поговорить.
4. Каждому дается три минуты, чтобы рассказать, ЧТО Я ЧУВСТВУЮ. Подсказка: используйте предложения, которые начинаются с «Я», и избегайте тех, что начинаются с «ТЫ». После того как выскажется каждый участник, сделайте короткий перерыв. Слушайте внимательно.
5. ИЗОБРЕТАЙТЕ: напишите список ВСЕХ возможных решений, даже самых глупых.
6. ОТРЕДАКТИРУЙТЕ список: вычеркните все, что не устраивает хотя бы одного участника.
7. ВЫБЕРИТЕ решение на определенный срок.
8. ПЕРЕСМОТРИТЕ его, когда время истечет.

Предложения на «Я»

Обратите внимание, все начинают общение с рассказа о своих чувствах, и очень нескоро дело доходит до обсуждения плюсов и минусов того или иного решения. Эффективное общение строится на выяснении своих чувств, рассказе о них партнерам, получении подтверждения от партнеров, что они все слышали и поняли. Этого проще достичь, если ваши слова начинаются с «я чувствую» или «я считаю». Между фразами «из-за тебя мне плохо» и «я чувствую себя плохо» огромная разница. Второе утверждение, которое начинается с «я», – это всего лишь

изложение чувств, без обвинений. И вашему любовнику не кажется, что на него нападают, ему не требуется защищаться, а значит, он может внимательно выслушать. Предложения, которые начинаются на «ты», особенно «ты всегда», обычно звучат как нападение, и реакция на них – защитная.

Многие обижаются, если другой рассказывает о том, что мы чувствуем, – неважно, прав он или нет. Когда кто-то говорит, в чем наша правда, – он нарушает границы. По окончании учебы Досси проходила практику у психолога, который указывал пальцем на клиентов и говорил: «Я знаю, какая у вас проблема!» Вы наверняка знаете, что ощутили бы на их месте.

Нельзя попросить любовницу посидеть спокойно, пока мы забрасываем ее обвинениями. Это все равно что просить разрешения оскорблять ее, и сопротивление будет совершенно естественным. Но мы можем попросить ее послушать, как мы себя чувствуем, потому что отложить на несколько минут свои планы и выслушать – вполне выполнимая просьба.

Чтобы научиться начинать предложения с «я», попробуйте обсудить наболевшее, не используя слово «ты»; не упоминайте, что делает кто-то еще, а говорите только о своих чувствах. Это требует практики, но проще, чем кажется.

А когда мы слушаем рассказ о том, что чувствуют наши возлюбленные, мы действительно можем их услышать. Мы можем посмотреть на мир их глазами, оценить, что они чувствуют, и подтвердить, что понимаем их. Тогда решения потекут свободнее и естественнее. Не бывает правильных и неправильных решений – бывают ответы, которые нам подходят.

РАЗНЫЕ ЦЕЛИ

А что если после нескольких экспериментов вдруг окажется, как это иногда бывает, что один из вас хочет иметь открытые отношения, а другой – нет? Авторы данной книги настоятельно рекомендуют не брать кредитов на покупку совместной жилплощади, пока не узнаете наверняка, – но если это обнаружилось, когда вы уже купили дом и завели тройняшек, что тогда? Если разница проявилась, когда отношениям уже много лет, развод – не лучшее решение.

Может, вы блядь, которая любит своего партнера и не хочет бросать дом и детей в погоне за блядскими удовольствиями. Попробуйте предложенные здесь способы, чтобы преодолеть разногласия. Пожалуй, это самое сложное и болезненное положение, и многие отношения его не выдерживают.

Некоторым парам удастся сохранить отношения, открыв их настолько, чтобы удовлетворить одного из партнеров, но и оставив достаточно ограничений, чтобы другой чувствовал себя безопасно. Они становятся ближе друг к другу, пройдя через эти трудности. Возможно, менее заинтересованный партнер обнаружит, что свобода другого вовсе не угрожает ему или отношениям, а более заинтересованный научится продвигаться не спеша или согласится с некоторыми ограничениями, потому что искренне заботится о чувствах партнера. Быть может, со временем не совпадающая во взглядах пара сблизится, если не в поведении, то хотя бы в принятии.

Досси рассказывает:

В нежном пятидесятилетнем возрасте я влюбилась в ровесницу, у которой не было опыта немоногамии. Она решила, что готова и что наши отношения достаточно важны для нее, чтобы работать над собой. А я решила, что ценю наши отношения настолько, что из уважения к ее чувствам готова несколько ограничить свое неуправляемое поведение и дать ей возможность научиться той свободе, которой научилась я за двадцать семь лет свободной любви. Некоторым может показаться, что завязывать отношения с такой огромной разницей в опыте – не лучшая идея, но мы просто сходим с ума друг по другу; эти отношения мне дороже всего на свете, так что я готова на все, чтобы у нас получилось, и знаю, что она тоже.

Кое-что далось ей легко – например, групповой секс; мы запросто ходим на вечеринки и приглашаем друзей на свидания. Мы договорились, что перед тем как заниматься групповым сексом, заранее обсуждаем свои планы; как правило, мы во всем участвуем вместе, хотя не исключено, что когда-нибудь будет иначе.

Моей любовнице труднее допустить, чтобы я пошла на свидание одна. Мы потихоньку работаем над этим, чтобы у обеих было время совладать с чувствами – о чем мы уже

рассказывали в этой книге.

Недавно мы столкнулись еще с одной сложностью, когда мою партнершу пригласили на свидание. Она решила, что пока не готова, что это еще слишком похоже на измену, но она может поиграть с той женщиной на вечеринке и, скорее всего, так и сделает. Вот пример, как можно уважать свои границы. Наша подруга проявила заботу и сначала спросила, что я думаю по поводу ее приглашения, и я почувствовала, что меня уважают и со мной считаются. Не знаю, что будет через год, но сейчас мы обожаем наши отношения, любим своих друзей, любовников и друг друга и собираемся взрослеть и расцвести вместе.

Помощь со стороны

Необязательно делать все самим. Существует масса прекрасных книг и семинаров на эту тему. Хорошо бы выделить немного времени и сил, чтобы научиться взаимопониманию, причем именно с тем, с кем оно необходимо. По выходным многие центры предлагают семинары по общению в паре; даже ваша церковь, возможно, проводит занятия для супругов. Мы ни разу не слышали, чтобы пара прошла через один из таких семинаров или тренингов и ничему не научилась. На некоторых занятиях речь идет именно о немоногамии.

Более дорогой, но не менее хороший вариант – обратиться к семейному психологу. Хотя обычно мы советуем сперва походить на семинары, кроме тех случаев, когда вам неудобно рассказывать о своих трудностях перед группой людей.

Разузнайте, подойдут ли те или иные курсы вашим отношениям. Некоторые старомодные психологи и тренеры считают, что влечение ко многим людям – это «симптом» психологического расстройства. В таком окружении вы не сможете почувствовать безопасность и поддержку. Если не можете сами найти подходящую группу или психолога, спросите друзей.

Мы настоятельно рекомендуем пользоваться этими видами помощи, чем скорее, тем лучше. Практически всем нужно иногда «настраивать» умение общаться, а если ждать, пока отношения окажутся на грани разрыва, перед вами встанут гораздо более трудные задачи, чем если бы вы применяли свои знания все время.

КАК ВСЕ ИСПОРТИТЬ

Данное руководство содержит тщательно проверенные способы испоганить полиаморные отношения. При грамотном подходе и некоторой смекалке они способны порушить даже моногамные отношения – они универсальны. Мы публикуем эти советы в ознакомительных целях и ответственности за последствия не несем.

1. Лгите. Это просто и эффективно. Чтобы причинить больше ущерба, лгите о том, что для других особенно важно, а разоблачение подстройте так, чтобы всех хватил удар. Если хотите заработать дополнительные очки, сразу не колитесь – дайте лжи повариться какое-то время. Это усилит эффект от предательства и выбьет почву из-под ног у обманутых персонажей. Очки удваиваются за ложь о сексе. Очки утраиваются за ложь о семейном положении. Изобретательная ложь – умалчивание – заработает вам золотые звезды.

2. Избегайте самопознания. Этот метод изящнее первого, потому что сочетает нежелание признать очевидное с бесконечными попытками забыться. Убойную силу приобретает в сочетании с вариантами 3 и 4. Саморазрушение или пагубная зависимость от чего-либо – тоже отличные средства избегания. В сочетании с вызывающей любовью беззащитностью стратегия работает безотказно, привлекая «спасателей» и «рыцарей в белом», на которых можно отрабатывать методы 4 и 3 – именно в таком порядке.

3. Валите вину на других. Это они виноваты, что все не так. Любые выяснения только все запутывают. К тому же это сплошное расстройство, особенно если кто-то пользуется методом 2.

4. Отказывайтесь от ответственности. Этот метод посложнее номера 3 и часто идет в паре с явлением под названием «созависимость». Классический способ его применения – всячески угождать партнеру, подавляя собственные желания. Так удастся накопить побольше обиды, а злость подкрепить фразой: «Я *столько* для нее сделал, а она хоть бы спасибо сказала!» В самом совершенном виде эта стратегия позволяет обвинить всех остальных в том, куда, как и почему катятся ваши отношения. Двойные очки тому, кто вспомнил про метод 2, то есть не стал думать, почему ждал другого результата.

5. Давите. Это искусство, хоть и грубоватое. Вкупе с методом 6 давление поможет в

кратчайшие сроки добиться поразительно негативных результатов. Когда давите, имейте в виду: главное – только *ваши* интересы! Человек человеку волк, а вы – волкодав. Эмоциональная и психическая атака эффективна не меньше, чем старомодное физическое насилие, к тому же за это не сажают.

6. Бейте в слабые места. Это старый излюбленный прием. Обратите половые слабости партнера против него, добавьте метод 5 – и получите чемпионский титул. Контролировать партнера, манипулируя его комплексами, – беспроблемная тактика. Это намного изящнее, чем просто избить его, а эмоциональный ущерб почти такой же.

7. Избегайте близости. Фраза может показаться парадоксальной – ведь мы говорим о том, как затащить в постель как можно больше смазливых бисексуальных телок... эээ... гм... то есть как выстроить довольно близкие отношения с неким количеством людей, не так ли? Избегать близости можно по-разному, но проще всего считать, что близость – это когда люди трутся друг о друга. Меняйте местами «секс» и «любовь» в разговоре. Повторяйте мантру «Если б ты меня любил, знал бы, что мне хочется». Усердно совмещайте с методами 2 и 8. Придумайте самые двусмысленные фразы и поступки и пускайте в ход те из них, которые потом легче отрицать. Некоторые талантливые персонажи умудряются создать иллюзию близости, оставаясь совершенно холодными. Изучайте приемы для продавцов, чтобы почерпнуть свежие идеи. Данным методом пользуются люди с набором «правильных» фраз на все случаи жизни, особенно те, кто любит уверять, насколько ценит кого-либо.

8. Не разговаривайте. Неосторожный разговор может привести к общению. Общение может помешать все испортить, а в отдельных случаях остановить или даже обратить этот процесс. Если все-таки *приходится* говорить, употребляйте избитые фразы, строчки из попсовых песен или обращайтесь к методу 1.

Если ничего не помогает, договоритесь с партнером о безопасном сексе и нарушите договор, зарадите его венерическим заболеванием и не говорите об этом. Двойные очки получит тот, кто избежит обсуждения, так что «договоренность» окажется плодом воображения, и вы сможете все отрицать. Чтобы нанести смертельный удар, прибавьте метод б и скажите, что этого бы не случилось, если бы партнер вас удовлетворял.

9. Если хотите достичь высшего пилотажа и облажать все по полной программе, оставайтесь формально верны партнеру, но нарушайте все договоренности направо и налево, как можно лучше скрывая это, чтобы как следует напугать, опозорить и обидеть партнера. Некоторые выигрывают гран-при – за самоистязание и упущенные возможности: они ухитряются хранить верность данному методу до самой смерти, удачно скрывая от супруга, что все эти годы лишь притворялись счастливыми.

(С любезного разрешения Элис Мэтесен)

Ваше – это ваше

Никто не может всегда выражать свои мысли идеально четко. Но, когда разговор начался – трудный, вызывающий смущение, важный, – необходимо полностью отвечать за свои переживания и позволить другому отвечать за свои. Это значит, что мы не обсуждаем, не критикуем, не анализируем, не судим или никаким другим образом не обесцениваем то, что принадлежит другому. Мы обещаем все свои чувства держать при себе и позволяем партнеру выражать его чувства, его внутренний мир, его истину.

Когда вы отвечаете за собственное несчастье, то даете партнеру возможность вас утешить, предложить любовь и поддержку – даже если вы еще не договорились, как справиться с трудностями. Мы советуем открыто просить о поддержке, любви, объятиях, утешении и так далее. Почти все мы выросли в семьях, где нас учили ничего не просить, полагая, что нам всего лишь хочется внимания.

А что в этом плохого? Разве внимания не хватит на всех? Помните о голодном пайке и не обманывайте себя. Не нужно довольствоваться жалкими крохами утешения, внимания, поддержки и любви. Вы и близкие вам люди можете научиться делиться гораздо большим количеством всего этого, чем когда-либо считали возможным. Поэтому сосредоточьтесь на изобилии и наполните свое окружение радостями жизни – теплом, любовью и сексом.

Большинство успешных отношений, от случайного знакомства до моногамии на всю жизнь, основаны на предположениях, которые на самом деле являются неписанными договоренностями о поведении: с почтальоном не целуются, маме чаевых не дают. Этим правилам с ранних лет нас учат родители, друзья и общество. Люди, которые их нарушают, часто считаются странными и даже сумасшедшими, потому что ценности и суждения, стоящие за этими правилами, настолько глубоко укоренились, что обычно мы их не замечаем.

Когда речь идет о повседневных отношениях с коллегами или соседями, вполне можно рассчитывать на такие «встроенные» договоренности. Но когда вы имеете дело с чем-то сложным и беспрецедентным – например, с этическим блудством, – мы считаем, важно ничего не принимать как должное. Говорите с близкими о договоренностях, обсуждайте условия, обстановку и варианты поведения, которые вас устроят.

Вы не раз услышите, как люди говорят о «правилах» в отношениях. Но слово «правила» подразумевает некую строгость, как будто бывает правильное поведение и неправильное, которое влечет за собой наказание. Мы понимаем, что люди относятся друг к другу совершенно по-разному, поэтому предпочитаем слово «договоренности», под которыми подразумеваем осознанные, взаимно согласованные решения, достаточно гибкие, чтобы отвечать индивидуальности, росту и постоянным переменам. Иногда договоренности кажутся немного туманными, особенно если вы привыкли к четким правилам. Но это нормально – ваша договоренность либо станет понятней со временем, либо нет, если все и так ясно.

Как узнать, когда нужна договоренность? Прислушайтесь к своим эмоциям. Если вы чувствуете, что злитесь, грустите, что с вами не считаются по какому-либо поводу, именно это вам, скорее всего, и нужно обсудить, об этом договориться. Мы не советуем пытаться предугадать все обстоятельства и придумать для них правила. Многие замечательные договоренности формируются в ретроспективе: когда появляются затруднения, пара не ругается и не ищет виноватого, а договаривается, как избежать этого в будущем.

Наши друзья Лори и Крис много тренировались и стали необыкновенно сговорчивыми:

Мы познакомились на ежегодном фестивале, посвященном эпохе Возрождения, и между нами сразу установилась довольно глубокая связь. И хотя жениться так скоро нам не хотелось, через пять месяцев после знакомства мы обручились по древнему кельтскому обряду, а также договорились, что если через год и один день мы все еще захотим быть вместе, то поженимся. Что и сделали.

Когда мы только решили обручиться, Крис предложил договоренность: мы пользуемся сексуальной свободой только во время фестиваля. Лори это шокировало, она была не уверена насчет последствий. Поэтому мы отложили окончательное решение до следующего фестиваля, уже после свадьбы. В первый год мы все-таки остановились на свободе только во время фестиваля, а потом присоединили к этому время подготовки к нему. Именно тогда Лори познакомилась с парнем и вступила с ним в довольно серьезные отношения – это был наш первый постоянный партнер на стороне. К тому времени наш брак был настолько открытым, что Лори стала проводить много времени с любовником, а это не очень-то устраивало Криса; он чувствовал недостаток внимания.

Тогда мы пересмотрели договоренность и решили, что позволим друг другу ночевать у любовников дважды в месяц. Этого хватит, чтобы развлечься, но угрожающе сильная связь сформироваться не успеет. И хотя мы пару раз шли на уступки, в целом это нам подходит.

Иногда бывают мелкие трудности – помимо прочего мы собираемся скоро стать родителями и пока не знаем, как ребенок повлияет на наши отношения. Но наши договоренности всегда были вполне приемлемыми, а иногда даже приносили облегчение и не давали в ужасе бежать куда глаза глядят!

Согласие

Из чего состоит хорошая договоренность? На наш взгляд, самое важное в ней – согласие, или «всеобщее активное участие ради блага, пользы и удовольствия каждого участника». В случае полиамории это касается не только непосредственных участников, но и основных партнеров, детей и всех остальных, на кого влияют ваши договоренности.

Дать определение согласию не всегда просто. Если кто-либо соглашается под давлением,

вряд ли это участие можно назвать активным и всеобщим. Нельзя согласиться с тем, чего вы не знаете: «Ну, ты же не сказал, что я *не смогу* полететь в Нью-Йорк с новой знакомой стюардессой», – согласием это не назовешь.

Невозможно прийти к активному согласию, если каждый, кого это касается, не возьмет на себя ответственность за свои чувства и их выражение. Это не всегда легко. Иногда вовсе не хочется вытаскивать эмоции на поверхность и заниматься ими – может, вам просто плохо. Дайте время чувствам проявиться и воспользуйтесь советами из главы «Ревность». Если боитесь, что сами не справитесь, попросите о помощи: пусть вас приласкают и утешат, а мудрый друг или психолог задаст вопросы, которые помогут разобраться в себе. Как только вы станете прислушиваться к своим чувствам, будет гораздо проще понять, что учитывать при очередной договоренности.

Большинство из нас нужно поддержать, чтобы мы смогли попросить о том, что нам нужно. Нам важно чувствовать, что наши условия не настроят никого против. Многие очень ранимы, когда речь заходит об эмоциональных потребностях, но важно помнить, что мы имеем на них право: «Мне нужно чувствовать себя любимым», «Мне важно чувствовать, что я нужен тебе», «Мне нужно знать, что я для тебя привлекательна», «Мне важно, чтобы ты выслушала и позаботилась обо мне, когда мне плохо».

В договоренности не должно быть места обвинениям, манипуляциям, угрозам и порицаниям. Участники должны пообещать внимательно, открыто и не осуждая выслушать, что чувствует и чего хочет каждый. Если вы ждете, что партнер признается в какой-нибудь слабости, чтобы использовать это против него и «выиграть» спор, – вы еще не готовы нормально договариваться о чем-либо.

Мелочность – еще один враг хороших договоренностей. Одна знакомая пара договорилась сообщать о сексе на стороне в течение двадцати четырех часов. Однажды он позвонил и сказал, что накануне вечером переспал с женщиной. «Но ведь мы договорились в течение двадцати четырех часов!» – разозлилась она. «Ну да, но никто же не говорил, что эти двадцать четыре часа должны быть *перед* сексом, а не после», – отвертелся он. Его поведение никому не прибавило уверенности, что договоренность действует. Мораль: выражайтесь яснее, учитывайте детали и прежде всего будьте честны. Ведь речь уже не об измене.

Договоренности должны быть выполнимыми. Нереально просить партнера воздерживаться от секса с каждым, кто ему «слишком» небезразличен. Что значит «слишком» – определить невозможно, да и мало для кого идеалом полиаморного мира является место, где можно заниматься сексом только с теми, кто тебе до лампочки. Нельзя договориться чувствовать так, а не иначе: договоренность должна оставлять место настоящим чувствам, какими бы они ни были.

Обязанности сторон необязательно должны совпадать. Все люди разные: что задевает одного, может вообще не волновать другого. Кому-то важно, чтобы партнер не оставался у любовника на ночь, а кому-то, наоборот, приятно иногда допоздна посидеть перед телевизором, поедая крекеры в постели. Наша подруга рассказывает:

Нас с Биллом беспокоят совершенно разные вещи. Мне вовсе не обязательно быть моногамной; я люблю заниматься сексом с привлекательными людьми, хотя мое сердце они не затрагивают, а его связи либо совершенно случайны, например, на вечеринках, либо длительны и глубоки. Мы договорились уважать желания друг друга: позволить мне секс с приятелями, а ему – долгие отношения на стороне.

Так что справедливость не означает равенства. Она означает, что мы заботимся о чувствах каждого и договариваемся вести себя так, чтобы это всех устраивало.

Договариваясь об условиях открытых отношений, большинство начинает со всевозможных «можно» и «нельзя»: не целуйся с ней в засос, не относись к нему лучше, чем ко мне. Конечно, без чего-то *не обойтись*: например, совершенно необходимо договориться о сексе с родственниками, соседями и коллегами по работе и очень важно, чтобы ты не клеил моего начальника. И психолога. Многие запреты ставятся с целью оградить партнера от боли и ревности. Но лучший путь – не запрещающие ограничения, а разрешающие: давай устроим романтическое свидание в выходные, я найду время выслушать тебя, я буду повторять вновь и вновь, как сильно люблю тебя.

Придумывая договоренности, которые должны защитить чувства обоих, можно запросто сбиться с толку. Ведь когда мы учились не ревновать, мы, наоборот, уговаривали партнера идти на риск, испытывать дискомфорт, шлепнуться пару раз с велосипеда свободной любви, чтобы научиться держать равновесие. Однако нам всем нужно, чтобы чувства были под защитой – тогда мы приобретаем устойчивость в открытых отношениях.

Один из способов договориться о защите чувств – попросить о том, что прибавит вам хоть *самую малость* спокойствия: утешительные слова, комплименты, знаки привязанности, особый ритуал возвращения домой после свидания и так далее. Через некоторое время, когда вы почувствуете, что эти мелочи действительно вас успокаивают, сделайте второй шаг – к еще большей защищенности, и вскоре вы станете достаточно уверены, чтобы пойти дальше в своих экспериментах. Каждый шаг по направлению к свободе в конечном итоге приведет вас туда. Готовность помочь со стороны партнера или партнеров, а может, даже партнеров партнеров прибавляет уверенности, и вам все меньше нужна защита.

Важнее всего запомнить вот что: цель любой договоренности – отыскать такое решение, которое будет выигрышным для каждого.

Примеры договоренностей

Мы расспросили друзей и коллег о договоренностях, которые действуют в их отношениях. Ниже приведен краткий список условий, о которых поведали нам очень опытные бляди. Обратите внимание, насколько они разные, – о сексе, об отношениях, о том, что можно и чего нельзя, одни логичны, другие – сентиментальны. Заметьте, это не то, что мы всем рекомендуем – некоторые договоренности вообще противоречат друг другу. Это повод подискутировать, а не руководство к действию.

- каждый *обязан* заботиться о здоровье каждого
- никого не называй так, кроме меня
- все вместе придумывают, как провести время партнеру, который не участвует
- никаких ночевок (ночь проводить вместе, кроме тех случаев, когда один из партнеров в отъезде)
- я сижу с детьми в эти выходные, а ты – в следующие
- нельзя брать нашу машину для свиданий с другими
- половой акт с кем-либо запрещается
- касаться гениталиями с кем-либо запрещается
- анальный секс с кем-либо запрещается
- целоваться с кем-либо запрещается
- у меня есть право вето на твоих любовников
- предупреждай, если собираешься с кем-то переспать
- обязательно обсуди со мной, прежде чем что-либо делать
- не рассказывай мне о других партнерах
- рассказывай обо всем, чем занимаешься с другими партнерами
- все знакомятся со всеми – среди нас не должно быть чужих людей
- только групповой секс
- секс только с незнакомыми людьми
- секс только с постоянными партнерами
- проверять, в каком она настроении после моей встречи с новой любовницей
- все скидываются, чтобы вызвать няню
- только вечером по пятницам
- субботние вечера – наши
- оставляй силы и для меня
- не в нашей постели
- никаких сюрпризов
- один любовник не общается с другим без ведома их общего любовника
- если любовнику, не участвующему в сексе, стало одиноко, он может попросить присоединиться
 - не у нас дома
 - ограничение продолжительности телефонных разговоров, времени в сети и так далее

- планировать время для общения, ссор, обсуждений, свиданий и так далее
- только на вечеринках
- свидание друг с другом назначается в первую очередь
- договариваемся о том, что и с кем можно обсуждать
- не в то время, которое обычно мы проводим вместе
- не снимай подаренное мной кольцо
- подарки и открытки помогают успокоиться
- ограничения в выборе партнеров: соседи? школа? работа? родственники? *близкие друзья?* незнакомцы? врач, юрист, психолог партнера?
 - только при мне
 - после мы целый час будем обниматься и восстанавливать связь между нами

Предсказуемость

Знаем по опыту, многим нужна некоторая предсказуемость, чтобы преодолеть трудности открытых отношений. Проще примириться с теми или иными обстоятельствами, если знаешь наверняка, когда это случится и когда закончится. Можно заранее придумать что-нибудь утешительное – договориться встретиться с подругой, сходить в кино, зайти в гости к маме – и напомнить себе, что надо только выдержать эти несколько часов, а потом ваш ненаглядный вернется и вы сможете отпраздновать воссоединение.

Сложнее иметь дело с сюрпризами, которые напоминают взрывы противопехотных мин. Мало кому будет уютно при мысли, что партнер может уйти домой с кем угодно, в любой момент – с вечеринки, куда вы пришли вместе, из ресторана, где вы думали всего лишь выпить кофе, – всегда и везде царит угроза.

Если вам кажется, что планирование лишает жизнь спонтанности, договоритесь о полной свободе на один субботний вечер или на одни выходные в месяц – и можете решать сами, присоединиться к партнеру в поисках любовника или посидеть в спокойной обстановке. В конце концов, непредсказуемость в определенное время – вполне предсказуема.

А если договоренности нет?

Пожалуй, много о чем вам вообще не нужно договариваться. Обычно никто не обсуждает, красное надеть или голубое, жареную картошку съесть или вареную. Однако в тех вещах, которые мы принимаем близко к сердцу, например, в половых отношениях, отсутствие договоренности ощущается гораздо сильнее.

И все-таки иногда просто нужно договориться недоговариваться. Между «да», означающим полное согласие, и «нет», означающим полное несогласие, есть огромная область из «пока-не-согласен», «не-совсем-согласен» или даже «какая разница?». Так что иногда вы найдете возможность договориться, а иногда нет. Но как-то вы раньше жили вообще без соглашений – это отличный шанс продолжать в том же духе.

Может случиться и такое, что вы столкнетесь с обстоятельствами, при которых договоренность необходима – и совершенно невозможна. Для многих это касается самой немоногамии. Воспитание детей – такой же «краеугольный камень». Мы советуем искать компромисс (может быть, с помощью квалифицированного психолога) и быть готовыми на уступки. Если договориться все-таки невозможно, все, чему вы научились, пытайтесь достичь этого соглашения – не винить, не осуждать, не манипулировать – сослужит вам прекрасную службу, когда придется изменить или даже прекратить отношения. Иногда, если вы решили прекратить *эти* отношения, можно договориться о других – с этим же человеком. Некоторые наши лучшие друзья (и любовники) – наши бывшие партнеры.

Путь к согласию

Как же достичь договоренности, которая учитывает интересы каждого? Для начала нужно определиться с целями. Цель и договоренность – разные вещи. Цель – это куда вы стремитесь, а договоренность – средство достижения цели. Если ваша цель – чтобы никто не считал, будто им пользуются, то договоренность, скорее всего, будет оберегать личное время, пространство и имущество каждого.

Цель, как правило, видна исходя из проблемы: «Вчера вечером у меня замерзли ноги, а тапочки остались в спальне, где были вы с Сэмом». Цель – не допустить этого снова. Какие договоренности помогут ее достичь? Чтобы ответить на этот вопрос, необходимо честно (что не

всегда легко) определить, что *на самом деле вас беспокоит*: что замерзли ноги, что вас выставили из собственной спальни или что вы ревнуете?

После выяснения проблемы и цели можно приступить к договоренности. Возможно, имеет смысл установить «испытательный срок»: ограничить время действия договоренности и посмотреть, что получится. По истечении «испытательного срока» – неважно, неделя это или год – можно обсудить, что сработало, а что нет, продлевать ли договоренность, пересмотреть ее или вовсе отправить на свалку. *i*

По опыту знаем, редкие договоренности заключаются на всю жизнь без изменений, гораздо чаще они меняются вместе с людьми. Если кого-то старые условия не устраивают – время придумать новые. Например, Кэтрин с партнером договорились, что можно спать с кем хочешь, но нельзя влюбляться. (Сейчас это кажется глупостью – будто можно приказать себе не влюбляться!) Кэтрин вспоминает:

Мы устраивали друг другу «проверки» один-два раза в день. Никто не знал, когда это случится. И мы поняли, что надо жить текущим моментом и иметь дело только с фактами: да, пусть она останется на ночь, если меня нет в городе; нет, не надо приводить нас обеих на одну вечеринку. Мы убедились, что соглашения о «влюбленности» – это ловушка, которая вызывает панику; что надо договариваться о том, что поддается влиянию – время, место, поведение.

Будьте готовы к тому, что договоренность достигается не сразу. Готовьтесь услышать нечто неожиданное от ваших любовников, да и от себя самого. Мы знаем двух геев, которые, как выяснилось, очень по-разному представляли себе открытые отношения. Один считал, что моногамия – это одноразовый секс с незнакомцами, а второй имел в виду компанию приятелей по сексу. Пока что они придерживаются моногамии, подыскивая подходящее решение.

Готовьтесь, что некоторые договоренности не сработают и потребуют уточнений. Со временем, когда вы наберетесь опыта и будете четко знать, что нужно вам и партнеру, договариваться станет легче. Но в самом начале, когда вы только учитесь, терпимость намного ценнее точности.

Возможно, первые разговоры будут перерасти в горячие споры: помните, гнев – это эмоция, которая показывает, что для вас важно. Плюсы этих непростых ситуаций в том, что вы учитесь лучше понимать себя и партнера. Не унывайте – все опытные бляди, которые кажутся такими беззаботными, ссорились по поводу договоренностей. Вы тоже сможете пробраться сквозь дебри предубеждений и эмоций и научиться любить открыто и свободно.

Часть третья. БЛЯДИ В ОБЩЕСТВЕ

Глава 1. С ТОЧКИ ЗРЕНИЯ БЛЯДИ

С точки зрения бляди, мир весьма опасен. Многие считают своим долгом сделать все возможное, чтобы помешать нам заниматься сексом. Некоторые ярые противники секса пытаются сделать его опасным для женщин, выступая за запрещение противозачаточных средств и аборт, что приводит к нежелательным беременностям и подпольной медицине. Другие стремятся закрыть доступ к информации о сексе в школах и в интернете, чтобы дети не смогли научиться заботиться о своем здоровье и благополучии и предохраняться от СПИДа. Некоторые утверждают, что несут Слово Божие, и проповедуют широкой аудитории, что СПИД – это наказание за любые сексуальные проявления, которые отличаются от нормы в представлении этих самозванцев. Мы считаем, что это омерзительно.

Некоторые уверены, что бляди заслуживают жестокого обращения. Зачем было идти ночью в коротком платье или узких брюках? Неудивительно, что на тебя напали и изнасиловали. Жертва сама во всем виновата. Выглядишь как «голубок» – неудивительно, что банда решила тебя избить.

Нередки и другие формы притеснения. Если у тебя несколько половых партнеров, это

может стать отличным оправданием, чтобы при разводе отобрать все имущество, детей и будущий заработок. И не забывайте держать свою личную жизнь в тайне от сотрудников – иначе можете потерять работу, повышение или профессиональную репутацию.

Мнение о себе

Мы надеемся, перечень опасностей блядства побудит вас задать себе несколько вопросов. В чем меня притесняют и как это влияет на мою жизнь? Кому я вынужден лгать? Как это влияет на меня? Что нужно скрывать от всех? А если глубже копнуть: на чем строится мое представление о том, какой должна быть моя половая жизнь? Есть ли у меня убеждения, работающие против меня, о том, как должны вести себя «хорошие» и «правильные» люди?

Когда мы оцениваем себя с помощью чужих критериев, когда женщинам полагается вести себя тихо и смиренно, когда мужской гомосексуализм считается результатом невроза, когда мы считаем, что были бы лучше, если бы выбрали моногамию, – все это примеры внутреннего притеснения. А когда мы направляем эти несправедливые суждения на таких же, как мы, когда считаем, что друзья ведут себя чересчур по-блядски или слишком свободно, – это называется горизонтальной враждебностью. Мы советуем еще раз посмотреть предыдущие главы, где мы рассказывали о мифах, стереотипах и притеснении, и проверить, в каких областях ваши убеждения, полученные в секс-негативно настроенном обществе, мешают вам жить.

Санкции против блядей

Те из нас, кто выбирает жить и любить не так, как все, должны быть готовы, что их не везде примут с распростертыми объятиями. И, хотя есть способы защиты от некоторых социальных и финансовых последствий, мы не гарантируем, что последствий не будет никаких. Легкая доступность – это не так уж легко.

Враждебными могут быть бывшие супруги, родственники и все прочие, кто не разделяет ваших взглядов на отношения. И даже дружелюбный приходской священник вряд ли будет вам рад. А привести обоих партнеров на корпоративную вечеринку – не лучший способ добиться карьерного роста. Мы советуем выбирать предельно осторожно, кому рассказывать о своей личной жизни: да, мы знаем, что вы необыкновенно счастливы и хотите поделиться радостью со всем миром, но помните: слово не воробей. Мы знаем людей, которые потеряли работу, опеку над собственными детьми и много чего еще только потому, что об их половых предпочтениях узнали те, кому не следовало.

Бывает, не очень охотно сдают жилье компаниям, не похожим на традиционную семью. Такое встречается сплошь и рядом, хоть это и незаконно, поэтому будьте готовы приврать, если что. («Ну да, это мой сводный брат. Ах, это? Это моя фамилия по мужу...») В некоторых договорах об аренде есть условия, позволяющие хозяевам прервать действие соглашения на основании «аморального поведения» или «общения с нежелательными людьми»; в большинстве случаев им позволено выдворить вас за противозаконное поведение, к которому в некоторых штатах относится секс вне брака и содомия.

Точно так же о подробностях личной жизни лучше не распространяться на работе: мы обе теряли работу и клиентов, потому что были самими собой. И хотя некоторые города и штаты защищают геев, лесбиянок и транссексуалов, никто не гарантирует равных прав блядям. Поэтому, если только вы не уверены на все сто, что ваш начальник или коллега хорошо относится к блядям, а не просто любит грязные анекдоты или спал с кем попало в студенческие годы, мы советуем хранить свои тайны под семью замками.

Правительство нам не друг

Пока мы пишем эти строки, различные политические организации в Соединенных Штатах борются за и против прав людей одного пола на финансовые и социальные преимущества законного брака. (Чем бы дело ни кончилось, мы всегда можем исключить этот абзац из последующих изданий книги.)

И хотя мы, несомненно, считаем, что однополые пары имеют право на те же преимущества, что и разнополые, нам непонятно, почему правительство лезет в эти дела. Веками оно пыталось, тайно или явно, навязать свои идеи о «правильных» отношениях, вознаграждая социально и финансово только те из них, которые отвечали этим идеям. Как следствие, нам попадались законы, которые запрещают брак между представителями разных рас, которые снижают налоги для женатых пар (Досси даже помнит о законах, по которым

матери-одиночки платили более высокие налоги, чем вдовы); законы, которые диктуют, как муж и жена должны делиться деньгами и имуществом, с человеком какого пола можно заключать брак, с каким количеством партнеров это можно делать – и многие другие, даже такие, которые объявляют вас мужем и женой, даже если вы этого не хотите: закон о так называемом незарегистрированном браке. Чтобы получить статус штата, в Юте пришлось принять закон, что пожениться могут только двое, что сделало нелегальной давнюю уважаемую традицию – полигамию у мормонов. (Мы слышали, что некоторые продолжают жить в полигамных браках, вопреки закону. Вот и замечательно!)

Мы считаем законы о браке, навязанные правительством, вопиющим нарушением конституционного разделения власти и церкви, а также очень неблагоприятной ситуацией для блядства. Мы убеждены, что большинство людей могут сами договориться, как им делиться имуществом, принимать решения, воспитывать детей, ухаживать за больными и стариками и планировать будущее. А для тех, кто не может или не хочет трудиться и разбираться во всем самостоятельно, существуют церкви, группы поддержки, посредники, публикации и другие ресурсы, способные помочь им достичь договоренностей.

Ладно, хватит болтать. Мы с вами отлично знаем, что правительство не собирается в ближайшее время оставлять в покое брак. Тем временем блядам, чудакам и циникам, не желающим покупаться на схему «мужчина-и-женщина-пока-смерть-не-разлучит», нужно изо всех сил учиться договариваться и устраивать свои жизни без официальной поддержки со стороны государства.

Узаконенные договоренности

Если ваши отношения с партнером или партнерами напоминают брак – то есть у вас общее имущество, вы собираетесь заботиться друг о друге в случае болезни или смерти, вместе воспитываете детей или ведете дела, мы настоятельно рекомендуем узаконить свой статус и намерения. Мы надеемся, что ужасающих историй, вроде тех, как одного из любовников не пускали к другому в больницу, как после долгих лет совместной жизни один из партнеров внезапно умирал, а второй оставался без денег и без дома; как людям, которые во всех смыслах были родителями, хоть и не родными, приходилось отдавать ребенка родителям партнера или бывшей супруге, достаточно, чтобы убедить вас отнестись к этим вопросам серьезно.

По закону, вы не владеете детьми, поэтому далеко не все моменты можно узаконить. Вы, конечно, можете упомянуть в завещании, кто, по-вашему, должен их воспитывать после вашей смерти, но суд имеет право не исполнять вашего желания.

В некоторых случаях неродной родитель может усыновить ребенка любовника. Но ваши дети не имущество, их нельзя отдать, кому захотите.

В остальном составить официальные контракты, в которых были бы прописаны ваши отношения, вполне возможно и даже просто. Кэтрин и ее партнер решили не заключать брак, хотя как разнополая пара могли бы; вместо этого они воспользовались книгой «Путеводитель по правовым вопросам для однополых пар», чтобы юридически оформить свои договоренности о полномочиях и завещаниях.

Уделяйте особое внимание финансовым полномочиям, медицинским вопросам и завещаниям. Закон может и не поддерживать всего, что энергичный блядун пожелает сотворить со своими деньгами и имуществом, однако вероятность осуществления желаний значительно повысится, если вы юридически грамотно их оформите.

Если у вас особенно сложный случай или речь идет об очень ценных вещах (большие деньги или успешный бизнес), может быть, вам лучше не пытаться сделать все самим, а обратиться к юристу. Хотя, если у вас есть такие деньги, вы наверняка лучше нас знаете, что делать. И все-таки попытайтесь найти юриста, который с пониманием относится к нетрадиционным отношениям.

У нас нет ни опыта, ни свободного места, чтобы описать все возможные пути, какими идут люди с нетрадиционными половыми предпочтениями, чтобы устроить свою жизнь, – вариантов очень много, от усыновления партнера до организации совместного предприятия. Но, пожалуйста, не надейтесь, что ваши благие намерения, искренняя любовь и прекрасные личные качества защитят вас. Бляди не могут позволить себе такой роскоши. Поэтому хорошо подготовьтесь, чтобы закон был на вашей стороне.

Глава 2. ЗДОРОВЬЕ

В наше опасное время термин «безопасный секс» получил весьма определенное значение – «секс с минимальным риском переноса ВИЧ-инфекции». Однако полностью безопасным секс не был никогда. Мы обе застали времена, когда нежелательная беременность означала опасный для жизни нелегальный аборт. Всего несколько десятилетий прошло с тех пор, как появились надежные противозачаточные средства, и немного больше с тех пор, как венерические заболевания стали лечить антибиотиками, спасая людей от сумасшествия и смерти. С точки зрения истории, сегодняшняя ситуация, когда легкомысленный секс может убить, – это норма, а не исключение. А это значит, что вам необходимо защищать себя и партнеров.

Учитывая, что секс никогда не бывает полностью безопасным, этичные бляды делают все возможное, чтобы получить максимум секса при минимальном риске. Так появился термин «относительно безопасный секс» – именно его мы подразумеваем, когда говорим о безопасном сексе и различных приемах, которые с наибольшей вероятностью помогут избежать заражения и/или нежелательной беременности.

Многие источники информации, уделяющие внимание проблемам безопасного секса, преподносят СПИД как чуть ли не единственное заболевание, которого стоит остерегаться. Но это не так. Поэтому мы не станем рассуждать о том, какие виды половых контактов более рискованны в плане заражения ВИЧ: во-первых, сведения об этом меняются почти каждую неделю и, несомненно, устареют ко времени издания книги; во-вторых, необходимо защищать себя от ВИЧ, а также от герпеса, гепатита, гонореи, сифилиса, хламидий, вируса папилломы, рака шейки матки, нежелательной беременности и множества других гадостей.

С другой стороны, мы не предлагаем замотать тело в латекс, прежде чем потрогать кого-либо. Такой совет напоминает лозунг «Просто откажись», в ответ на который люди чаще всего пожимают плечами и действуют по принципу «все или ничего»: буквально следовать совету им не хочется, поэтому они вообще ему не следуют и оказываются в больнице или на кладбище.

И все-таки *есть* способы заниматься страстным сексом и получать радость и удовлетворение, не подвергая себя такой же опасности, как при прыжке с неисправным парашютом. Мы расскажем о способах, которые мы и наши знакомые испытали на себе.

Ограниченный круг

Методом «ограниченного круга» часто пользуются бляды, желающие защитить постоянные отношения. Этому методу следуем и мы с партнерами. Каждый из участников должен провериться на СПИД и другие заболевания. Скорее всего, придется подождать, потому что антитела ВИЧ проявляются в крови через шесть месяцев после заражения. Как только убедитесь, что здоровы, можете заниматься сексом друг с другом без средств защиты, а с другими – предохраняться. Обязательно оговорите, чем безопасно заниматься без контрацептивов, а чем нет; для этого каждому нужно выполнить домашнее задание: изучить уровни риска для разных видов секса, а потом вместе решить, какой риск принять.

Кроме того, вы можете отказаться от определенных видов секса – наиболее опасными считаются вагинальный и анальный – со всеми партнерами, кроме основного.

Еще один хороший довод в пользу этого метода – дети. Если вы с основным партнером собираетесь стать родителями, не лучшая идея заниматься сексом со всеми подряд, рискуя забеременеть.

Если бы контрацептивы были непогрешимы, такой метод считался бы идеальным. К сожалению, это не так. Вирус может проникнуть и через булавочное отверстие, хотя такое случается гораздо реже, чем утверждают ярые противники секса. Презервативы иногда рвутся или соскальзывают. Если подобное случилось с вами, то обсудите с партнером, проходить ли снова тест на СПИД или рискнуть, зная, что один из вас мог заразиться и передать инфекцию другому.

Исключение особо рискованных занятий

Еще один метод снизить риск – просто исключить из своего репертуара некоторые виды секса. Многие предпочитают не прикасаться ртом, пальцами или penisом к анальному

отверстием, считая, что удовольствие не стоит риска. (Заметим, что медициной не зарегистрировано случаев заражения фаллоимитаторов или анальных стимуляторов.)

Некоторые исключают любое проникновение пениса.

При каждом подобном решении следует сравнить силу желания и степень риска. Желания важны и нет смысла в правилах, с которыми невозможно мириться, – чередовать голодовку и обжорство для блядей еще вреднее, чем для сидящих на диете. С другой стороны, открыв новые пути сексуального самовыражения, расширив круг возможностей, вы будете и удовлетворены, и здоровы.

Контрацептивы

Многие делают в сексе то, что хочется, но аккуратно пользуются латексными или полиуретановыми средствами защиты – презервативами, перчатками и так далее. Необходимо надевать презерватив или перчатку на любые секс-игрушки, если ими пользуются несколько человек, и тщательно очищать их антивирусной жидкостью после каждого использования.

Качественные смазки на водной основе творят чудеса, делая латексный секс более приятным. В главе о сексе, а также во многих других книгах есть советы, как повысить удовольствие при использовании средств защиты. А если вам не очень удобно ими пользоваться, практикуйтесь! Джентльмены могут мастурбировать в презервативе (или двух, или трех), пока не научатся. Нам рассказывали об одном настойчивом парне, который умудрился надеть восемнадцать презервативов, да еще и сказал, что ему понравилось. И правда, почему бы не отнестись к резинкам с юмором?

Изучив информацию о степени риска различных видов секса, некоторые считают отдельные занятия безопасными и без защиты. Во многих городах ведутся семинары по безопасному сексу – скорее всего, вам о них смогут рассказать в центрах тестирования на ВИЧ-инфекцию. Однако относитесь к таким решениям консервативно и взвешенно – мы хотим, чтобы у нас было как можно больше читателей, и не желаем вас терять.

«Авось пронесет»

Отрицать риск, надеяться на удачу, притворяться, что болезни и нежелательная беременность угрожают кому угодно, только не вам, – ни в коем случае нельзя. Если у вас нет смелости и честности признать, насколько рискованна ваша половая жизнь, вас нельзя назвать этичной блядью – мы вообще сомневаемся, что вам можно заниматься сексом.

Нас возмущает, как могут люди закрывать глаза на очевидное, воображая, что наделены иммунитетом от ВИЧ только потому, что он еще не опустошил их ряды, как это случилось с гей-сообществом. Ученые постоянно открывают новые разновидности вируса, которые, к тому же, по-разному распространяются, – но даже если риск заразиться новейшими разновидностями ВИЧ не так велик, все равно следует остерегаться герпеса, гепатита и множества других заболеваний. Поэтому, друг мой, будьте образованы и заботьтесь о себе.

Анализы и профилактика

Мы считаем, что блядям необходимо регулярно сдавать анализы на ВИЧ и другие венерические заболевания. Частота зависит от уровня риска в вашей жизни. Проконсультируйтесь у своего врача, в поликлинике или в организации по планированию семьи и следуйте их советам.

Большинство заболеваний, передаваемых половым путем, можно предупредить только с помощью осторожности и контрацептивов, однако не так давно была разработана вакцина против нескольких особо опасных разновидностей гепатита. Если вы занимаетесь анальным сексом с кем-то кроме основного партнера – это очень хорошая идея. Это дорого, но все же дешевле, чем заболеть. Сделайте прививку.

Противозачаточные средства

Природу-матушку так называют не без причины – такое ощущение, будто она только и хочет, что сделать всех родителями. («Ну и когда мне ждать от тебя внуков?»)

Увы, противозачаточные средства далеки от совершенства: о надежном, обратимом, простом методе контрацепции без побочных эффектов пока остается только мечтать. Нежелательная беременность больше не разрушает жизни, как это было раньше, но все равно приятного в ней мало, и мы надеемся, что вам не придется с нею сталкиваться.

Если вы женщина, занимаетесь сексом с мужчинами и не уверены в собственном

бесплодии, вам необходимо активно следить, чтобы не забеременеть, пока не захотите. Для этого существуют противозачаточные таблетки, химические средства длительного действия, вроде «Норпланта» и «Депо-Проверы»; диафрагмы и колпачки, презервативы, ВМС, губки и пенки, перевязывание труб и так далее. Некоторым женщинам с регулярным менструальным циклом удается пользоваться методом «безопасных дней», особенно если они готовы довольствоваться одними ласками в «опасные». О степени надежности этих методов есть немало информации; ваш доктор, поликлиника или центр планирования семьи помогут вам выбрать.

К сожалению, для мужчин, которые занимаются сексом с женщинами, возможности ограничены. Если вы уверены, что не хотите иметь детей, существует вазэктомия (иссечение семявыносящего протока) – несложная хирургическая операция, которая поможет вам спать спокойно. А если вы надеетесь когда-нибудь стать отцом – пользуйтесь презервативами и выступайте за исследования в области мужской контрацепции.

Что же делать, если кто-то все равно забеременел? Мягко говоря, положение не из легких. Аборт – большая травма, даже если партнеры согласны, что это лучший выбор; если же нет – разногласия могут разбить отношения вдребезги. Пока наука не позволит мужчинам самим вынашивать плод, мы считаем, что последнее слово должно оставаться за женщиной, хотя и сочувствуем мужчинам, которые хотят ребенка, но чья партнерша не желает или не может его выносить. Мы также считаем, что оба партнера должны разделить финансовую и эмоциональную нагрузку в случае аборта или беременности.

Если один или оба партнера хотят стать родителями, а женщина готова родить ребенка, этическое блядство дает огромный выбор возможностей для его воспитания. Пожалуйста, не надо думать, что стать родителями – значит пожениться и купить дом в пригороде: совершенно чудесные дети вырастают при совместной опеке, в общинах, групповых браках и так далее. (Подробнее об этом – в следующей главе.)

Выбирайте здоровый секс

Вы, наверное, заметили, что мы делали все возможное, чтобы «указывать вам, как вести себя в сексе. Это потому, что только вы можете решить, на какой риск пойти, а если вы переложите это решение на чужие плечи, то не сможете последовать собственному выбору.

А вы *обязаны* выбирать самостоятельно. Вы обязаны подготовиться, узнать все необходимое о плюсах и минусах того или иного варианта. Вы обязаны говорить твердое «нет», если секс не отвечает вашим требованиям безопасности. Если же все в порядке, вы говорите «да», а у вас закончились презервативы – это тоже никуда не годится. Вы обязаны относиться к сексу зрело, реалистично, а главное, *трезво* – большинство случаев передачи ВИЧ-инфекций и незапланированных зачатий происходят в состоянии опьянения.

Вы обязаны поделиться опытом с партнерами и принять совместные решения. В основе этического блядства лежит согласие – а это значит, что ваши партнеры имеют право знать, на что идут и чем рискуют, соглашаясь на секс с вами. И, конечно же, вы имеете право ожидать такой же честности от них.

Говорить об этом вам не понравится, особенно с новыми партнерами. Это неприятно и страшно, совершенно не эротично, а иногда и ужасно стыдно. Позвольте вас заверить: в первый раз хуже всего. Дело мастера боится, так что когда вы несколько раз пройдете сквозь все эти ужасы, то уже не будете так чувствительны и научитесь легко и изящно достигать желаемого. Оно того стоит: умение говорить о сексе полезно еще и тем, что в плане удовольствия вы получаете именно то, что хотите.

Мы и большинство наших знакомых предпочитаем не рисковать здоровьем во время секса и по опыту знаем, что можно получать удовольствие и удовлетворение от самого что ни на есть раскрепощенного блядского секса и спать после этого спокойно. А разве не этого хочется всем?

Глава 3. ВОСПИТАНИЕ ДЕТЕЙ

В сегодняшнем мире блядам намного проще воспитывать детей – изображение семей в книгах и кино не так однообразно, как было в нашем детстве. Но, хотя развод и родители-одиночки стали приемлемыми темами, общество довольно медленно привыкает к

другим реалиям нашей жизни: открытым отношениям, однополым бракам и прочим нетрадиционным моделям.

И все же дети быстро привыкают к таким отношениям – пожалуй, быстрее, чем к традиционной модели семьи: дети еще больше нуждаются в племени, чем взрослые. Кэтрин вспоминает, что впервые захотела жить с группой людей во время поездок к родственникам мужа, потому что заметила, что дети, окруженные любящими взрослыми, у которых много свободного времени, счастливее, послушнее и внимательнее, чем когда бы то ни было. Сейчас она живет в такой группе, и хотя сыновья почти выросли, они легко приспособились к приходам и уходам взрослых – у одного из которых уж точно найдется время ответить на вопрос, разобраться с компьютерной программой, приготовить что-нибудь вкусненькое или поиграть.

В отличие от традиционной дилеммы родителя-одиночки, которому необходимо решить, приводить ли любовников в дом, где живут дети, и если «да», то как, у этичной бляди есть множество вариантов вести нормальную половую жизнь, оставаясь ответственным родителем. Когда Досси жила с двумя одинокими матерями, один из ее любовников присматривал за детьми, чтобы у матерей была возможность сходить куда-нибудь вместе. А наша подруга нянчилась с младшей сестрой и соседскими детьми, чтобы ее родители могли поразвлечься с соседями.

И все-таки многие родители испытывают трудности, пытаясь объединить воспитание детей и открытые отношения. Вопросы о том, что рассказывать детям, как подготовить их к познанию окружающего мира, как помочь им построить отношения с людьми, которые появляются и исчезают, – все это озадачит любых пап и мам.

Мы считаем, что главное – создать в жизни детей *устойчивость*. Детям, особенно маленьким, сложно привыкнуть к отношениям «сегодня-есть-а-завтра-нет». И, хотя может показаться, что именно открытые отношения создают неустойчивость, наш опыт говорит об обратном. Мы полагаем, что трудности создает как раз двойственная природа моногамно-центристского мышления: или ты любовь всей моей жизни, или убирайся вон. Мы заметили, что, открывая свои жизни для разного рода связей, мы открываем и жизни наших детей. Например, бывший любовник Кэтрин уже давно не занимается с ней сексом, но стал своего рода дядей и лучшим другом одного из ее сыновей и любимым членом семьи – пока она пишет эти строки, он спит на матрасе в гостиной.

Половое воспитание

Как вы уже догадались, мы считаем, что открытые отношения создают положительную атмосферу в семье – у детей больше примеров для подражания, они получают больше внимания и поддержки в полиаморных семьях. Понятно, что недопустимо вовлекать детей в половую жизнь взрослых, и любой, кто был травмирован такого рода насилием, подтвердит это. Однако детям необходимо получать информацию, чтобы понять, чем занимаются взрослые, чтобы вырасти со здоровым пониманием секса.

Родителям решать, что рассказывать детям о сексе и в каком возрасте. Для здоровья и благополучия ребенка нужно отыскать равновесие между чрезмерным количеством информации, которое может показаться пугающим или непреодолимым, и недостаточным, из-за которого ребенок будет думать, будто голые тела и сексуальное возбуждение – это так опасно и стыдно, что даже говорить об этом нельзя. Мы не хотим пугать детей, но и не желаем, чтобы они выросли с мыслью, будто секс – это грязно и постыдно.

Не легче и от того, что в обществе бытуют кардинально противоположные мнения о половом воспитании детей. Некоторые считают любую форму полового воспитания насилием; многие полагают, что детям вообще не надо знать о сексе. Некоторые представители власти убеждены, что если ребенок обладает «преждевременными» знаниями о сексе, он подвергается насилию со стороны взрослых. А как научить ребенка говорить «нет» насильнику, если не объяснить, чего именно нельзя позволять?

Что им следует знать?

Вам придется решить, сколько дети будут знать о ваших половых предпочтениях: о количестве партнеров, о партнерах одного с вами пола, об альтернативном устройстве семьи. Мы из опыта знаем, что дети разбираются во всем быстрее, чем кажется, но не всегда понимают

все правильно. Нелегко найти равновесие и рассказать детям достаточно, чтобы ответить на их вопросы и успокоить, и в то же время не так много, чтобы напугать или отвлечь от себя.

Небольшое предупреждение: если дети еще недостаточно взрослые, чтобы держать ваши тайны при себе, держите язык за зубами. Наша знакомая проколола клитор в знак преданности партнеру и ужаснулась, когда узнала, что ее маленькая дочка рассказала одноклассникам и учителям, что «у мамы в письке сережка». К счастью, в либеральном Сан-Франциско это не повлекло неприятностей, но в другом месте все могло закончиться не так хорошо. Во многих районах США нетрадиционные половые предпочтения – достаточный повод лишить вас опеки над детьми. И даже если вы уверены, что никому не причиняете вреда, необходимо защищать детей от ханжей.

Что им следует видеть?

Мы считаем, что проявлять нежность словами и делами – хороший пример для детей, именно так они учатся быть любящими взрослыми. Но вам придется решить, где проходит грань между нежностью и вызывающим поведением.

Можно ли вашим детям видеть, как вы обнимаетесь с партнерами? Целуетесь? Прикасаетесь друг к другу? Мы не сможем ответить на эти вопросы за вас. Вам придется подумать над этим самостоятельно, учитывая возраст детей, уровень их развития, особенности восприятия отношений, и следовать собственным решениям.

Нельзя однозначно ответить на вопрос о наготы. Конечно, мы не думаем, что дети могут всерьез пострадать, если будут воспитываться в доме, где голое тело – это норма. Но если ребенок, который никогда не был рядом с обнаженными взрослыми, неожиданно оказывается в такой обстановке, это может его расстроить. К тому же дети тонко чувствуют, когда кто-то пытается «выставить себя напоказ», а не просто ходит голышом – а это далеко не лучшее окружение для них. Конечно, если ребенок смущается из-за наготы – вашей или ваших друзей – его желания необходимо уважать. И, мы надеемся, не надо напоминать, что не стоит заставлять ребенка ходить голым при других – многие дети невероятно скованы и застенчивы, они пытаются примириться с переменами в своем теле, и это тоже заслуживает глубокого уважения.

Что им следует делать?

Нельзя позволять детям участвовать в каких-либо формах сексуального поведения с вашими партнерами. Многие дети переживают один или несколько периодов флирта и сексуальных экспериментов – это естественно. Но очень важно, чтобы в это время вы и ваши друзья сохраняли особенно жесткие границы; каждой этичной бляди, которая проводит время со своими детьми или детьми партнера, необходимо научиться вежливо и по-дружески признавать меняющиеся желания ребенка. («Как мило! Ты уже совсем большая девочка!»)

Как отвечать на вопросы?

Вопросы детей о сексе и отношениях часто бывают непростыми – от пятилетнего «А как семя попадает в яйцо?» до подросткового «Почему тебе можно трахаться с кем попало, а мне надо быть дома к полуночи?»

Здесь очень пригодятся навыки, описанные в других разделах этой книги. Ваши дети заслуживают честного, искреннего ответа на такие вопросы; это не время для родительского высокомерия. Ничего страшного, если вы расскажете детям постарше, что и сами не до конца уверены в чем-то или стесняетесь (они это и так поймут, не сомневайтесь). Если обстоятельства заставляют вас грустить или злиться, поделитесь и этим тоже. Им может понадобиться заверение, что ваши эмоции – не их вина и что помогать вам почувствовать себя лучше – не их обязанность.

Можно проверить, насколько они готовы узнавать новое. Прежде чем вываливать им на головы кучу информации, лучше спросите: «А тебе хотелось бы узнать о...?» Кэтрин вспоминает разговор со своим десятилетним сыном: она рассказала ему о «пчелках и птичках», а потом ее, видимо, немного понесло. Свою длинную речь она завершила вопросом: «Раз уж мы говорим об этом, хочешь еще что-нибудь узнать?» Он ответил с жаром: «Мам, ты мне уже рассказала *намного* больше, чем я хотел узнать».

Четкие границы здесь также очень важны. Конечно, дети имеют право выражать свое мнение о вашей жизни, но ни в коем случае не могут указывать вам, что делать. С другой стороны, вы не должны позволить своим предпочтениям слишком влиять на их собственный

выбор в жизни. Досси предусмотрительно скрывала свои отношения с любовницей от одноклассниц дочери, когда те приходили в гости; она позволила дочери самой решать, когда рассказать об этом друзьям. Что ж, никто не говорил, что воспитывать детей – особенно для бляды – это легко.

Часть четвертая. РАЗВЛЕЧЕНИЯ

Глава 1. ПОИСКИ ПАРТНЕРОВ

Чтобы вы поверили, что это возможно, мы хотим начать главу с правдивой истории о знакомстве лесбийской пары. Они живут вместе уже два года, у них преданные полиамор-ные отношения, в августе они поженились в роще мамонтовых деревьев. Они очень любят друг друга и собираются быть вместе и в старости.

Джун ни разу не была на секс-вечеринке. «Очевидно, так в Калифорнии называют оргии, – размышляла она. – Ну, по крайней мере это оргия лесбиянок. Как же меня угораздило стать почетной гостьей на оргии?»

Вообще-то она знала как. Она приехала в Сан-Франциско к подруге Флэши, и та объявила, что на выходные заполучила ключи от пустого загородного дома и собирается устроить там вечеринку, чтобы познакомить Джун со своими друзьями. А потом она начала говорить о девичнике, чтобы отпраздновать начало весны, и о том, что надо бы расстелить по комнате матрасы и разложить средства для безопасного секса.

Джун эта идея не очень понравилась, и она отказывалась приходить. Но Флэши уговорила, подчеркивая, что не нужно заниматься сексом, если не захочется. Наконец, Джун согласилась и добавила, что если обстановка покажется ей нестерпимой, она уйдет в ближайшую кофейню с книгой. Флэши обустроивала дом для чувственных удовольствий, а ее подруга спряталась на кухне и готовила закуску – по крайней мере в этом она могла помочь.

Когда появились первые гости, Джун засомневалась, сможет ли остаться. Перед ней прошел парад самых вызывающих лесбиянок, что она в жизни видела: фемы и бучи, яркие, словно экзотические птицы, выставляли напоказ целую галерею татуировок и сверкали украшениями в таких местах, о которых Джун и думать не могла. И они были так молоды! Джун вдруг отчетливо ощутила вес сорока восьми лет. Она решила, что не ошибется, если просто будет вежлива, и спрашивала «Как дела?» у всех подряд, как сделала бы это на любой другой вечеринке, а сама понимала, что не представляет, как реагировать, если одна из любительниц оргий и вправду начнет рассказывать про свои дела.

Наконец, появилась пара женщин, не скрывавших своего среднего возраста. Одна из них, Кэрол, была точной копией двоюродной бабушки Джун, которую звали Мэри, – только вряд ли ту можно было встретить в полной экипировке буча, сапогах и ковбойской шляпе. Джун показалось, что она, наконец, отыскала собеседницу. Кэрол с обворожительной улыбкой объявила, что хочет засунуть руку ей в пизду.

У Джун перехватило дыхание, но она, как всегда вежливо, ответила, что не совсем к этому готова, а новая знакомая, как всегда беспечно, бросила: «Ну ладно, еще увидимся». «Боже мой! – подумала Джун. – Бежать теперь некуда». Она не впервые слышала о фистинге и даже пробовала его с любовницей, которой это нравилось. Джун знала, что это безопасно, если все сделать правильно, но считала подобное занятие слишком интимным, чтобы разделить его с человеком, чье имя она узнала меньше получаса назад.

Затем появилась Лотти – примерно ровесница Джун, но одетая совершенно иначе. Она щеголяла копной крашеных огненно-рыжих волос и черным шифоновым платьем, сквозь которое виднелась пара длинных чулок, черный кожаный корсет и роскошь обнаженного тела. «Как ей удастся сохранять равновесие на таких шпильках?» – раздумывала Джун, пока та обнималась, целовалась и болтала с гостями, на которых было все меньше и меньше одежды. Джун слышала, как Лотти благодарила кого-то за участие в предыдущей оргии ~ в честь ее пятидесятилетия. «Интересно, эти люди когда-нибудь собираются вместе не ради секса?»

– спрашивала себя Джун.

Тем временем на полу росла гора тел – прямо перед диваном, с которого Джун наблюдала за происходящим: женщины целовались, ласкали друг друга и смеялись. Лотти и Кэрол тоже были среди них. Джун решила, что лучше выйти на веранду, где можно утопить свои страхи в джакузи.

Там и вправду было спокойнее. Ей удалось поговорить с несколькими женщинами и почувствовать себя немного лучше. Потом снова появилась Лотти. С нее соскользнуло платье, чулки, туфли – Джун поймала себя на попытке рассмотреть ее щелку и спохватилась ~ как бы кто не заметил. Лотти погрузилась в теплую воду и попросила Джун помассировать ей плечи. «Конечно, – услышала та собственный голос, – с удовольствием». «Ну вот, – подумала она. – Во что я себя втянула?»

Джун массировала теплую шелковистую кожу Лотти, помогая ей расслабиться. Размеренный ритм успокаивал, к тому же они говорили о самых обычных вещах: о работе, о мировоззрении... Джун была буддисткой, а Лотти – язычницей. Наконец, плечи Лотти были в порядке, в джакузи стало слишком жарко, и она предложила сходить посмотреть, что творится в доме. Лотти вылезла из воды, натянула чулки, застегнула пряжки на туфлях и помчалась внутрь. «Святая Минерва, ~ подумала Джун, – смогу ли я пойти за ней? Нет, – решила она твердо, – не смогу». Она отыскала столик в углу веранды и стала гипнотизировать звезды.

Тем временем Лотти тоже было о чем задуматься. Ее друзья в гостинной резвились на диванах, в креслах и у камина, но она думала о Джун. «Что же я в ней такого нашла, почему она так меня возбуждает? Нравлюсь ли я ей? Согласится ли она поиграть со мной? Не похоже, что она привыкла делать это на вечеринках – ну что ж, все когда-нибудь бывает в первый раз. Куда же она подевалась?»

Лотти осмотрела комнату, но Джун не нашла. И хотя там было интересно, и можно было не устраивать погоню, а найти подружку и позабавиться, но любопытство победило. Она пробралась в кухню, переступая через счастливых людей, иногда задерживаясь, чтобы полюбоваться особенно захватывающими сценами. Когда Лотти дошла до закусок, чтобы подкрепиться, то выглянула в окно и увидела Джун, которая пряталась на веранде.

«Вот и удобный случай», – подумала Лотти, выкладывая на тарелку разные вкусности, и поспешила во двор, чтобы поделиться с Джун. Однако, несмотря на дружелюбную беседу, ей казалось, что та ее не совсем понимает. Самые кокетливые выпады не вызывали никакой реакции: перепуганная Джун только глубоко дышала и всеми силами старалась сохранять спокойствие. Обескураженная Лотти решила сказать обо всем прямо: «Ты мне очень нравишься. Тебе хотелось бы со мной позабавиться? Что ты больше всего любишь делать?» Джун, загнанная в угол, запинаясь, произнесла: «Прости, но я не готова заниматься сексом на людях».

Вскоре к ним подседа Кэрол. Пока Джун раздумывала, как незаметно спрятаться в кустах, Лотти поздоровалась с Кэрол, уложив ногу ей на колени, – та стала ее поглаживать. Не из мести, а просто чтобы не терять превосходный вечер, Лотти спросила у Кэрол: «Как у тебя планы на сегодня? Найдется минутка для меня?»

Кэрол поинтересовалась, что Лотти предпочитает, и узнала, что той хочется поиграть с нежным кулачком. Кэрол с радостью согласилась, но сказала, что должна переговорить с Сюзи. Они поднялись и со счастливым видом поспешили в дом, крепко обнявшись, когда протискивались в дверь. Джун осталась одна. Стало ли ей легче? Ну... не совсем.

Когда Лотти вернулась в гостиную, то с удивлением обнаружила Кэрол и Джун сидящими на подоконнике. Лотти, не желая упустить возможность, скользящей походкой прошла по комнате, залезла на обе пары ног (аккуратно удерживая Джун) и воскликнула: «А вот и я!» Кэрол, хорошая подруга Лотти и опытная в обращении с фе-мами, попросила поднести перчатки и смазку и решительно подтолкнула Лотти на колени к Джун: «Поддержишь ее, ладно?» Джун только открыла рот, но ее ответа никто не ждал. Не успела она оглянуться, как держала в руках извивающееся тело Лотти. «Вот это да, – думала она. – Вот это да!» Она крепче обняла новую подругу, вздохнула поглубже – и началось. Джун

старалась хорошо выглядеть и не замечать улыбающихся женщин, которые устроились поудобнее, чтобы наблюдать за сценой на подоконнике. А Кэрол тем временем уверенно возбуждала, смазывала и удовлетворяла Лотти. «О боже, – думала Джун, – как мне все это пережить? Я прикасаюсь к ее груди – я ведь едва ее знаю! Может, лучше притвориться, что мы уже занимались любовью?»

Лотти уперлась ногой в стену над пленом Кэрол и энергично подталкивала себя навстречу ее руке. Когда ладонь проскользнула внутрь, Лотти застонала, и они стали трахаться громко и жестко. Джун делала все возможное, чтобы Лотти не свалилась на пол. Та, наконец, кончила ~ громко, очень громко – а Джун вдруг поняла, что не дышит, и глубоко вздохнула. Втроем они расслабились на подоконнике и просто наслаждались моментом.

Наконец, пришла пора возвращаться к реальности. Лотти приподнялась и вежливо предложила трахнуть Кэрол в ответ. Та поб лагодарила, но отказалась, потому что уже пообещала Сюзи, и они направились в разные стороны. Джун казалось, что она провалилась в другую вселенную – кто все эти женщины? «И хотя это было не так уж плохо и я, кажется, справилась, все равно это слишком. Пойти, что ли, поспать?»

Прошел день. Лотти вернулась домой, но никак не могла выбросить Джун из головы. «Я себя знаю, – говорила она себе, ~ когда такое случается, не нужно мучиться, я все равно ее найду». Она позвонила Флэш и узнала, что Джун утром улетела из Сан-Франциско. Находчивая Лотти узнала ее адрес и написала письмо.

2 июня, четверг Милая Джун,

Сегодня здесь, на горе, прекрасное утро, солнце потоками льется сквозь мамонтовые деревья, ярко-голубое небо оттеняет редкие облака – вчера я гуляла по хребту и видела огромного зайца. Ирисы, уже отцвели, пришло время ипомеи, рододендрона и других изящных и красочных цветов, с которыми я пока не знакома. А ты живешь в городе? Если у тебя потекут слюнки от моих рассказов о горах, ты приедешь в гости?

И вообще, кто ты? Напиши мне, расскажи о себе. Мне особенно интересно, как ты, буддистка, справляешься с желанием и страстью. Я думала об этом с тех самых пор, как мы познакомились, и поняла, что буддизм не для меня. И хотя ко многому я пришла через дзен, многое узнала о том, как отстраняться от желаний, на своем духовном пути я ухватываюсь за них (хотя, наверное, страсть – более подходящее слово), как будто седлаю быка, и несусь к единению с Дао. Боюсь, что тебе такая практика не подойдет: многие считают мой пример отрицательным, надеюсь, с тобой этого не произойдет.

Ты мне очень понравилась. Я с радостью вспоминаю наше знакомство у Флэш и очень надеюсь его продолжит. Пиши и откройся мне. Что ты думаешь о сексе, связи между людьми, искусстве, природе? О чем фантазируешь? Я очень хочу знать. И уверена, что ты отличная рассказчица.

Жаль, что тебя нет рядом, – я очень волнуюсь, когда пишу тебе, и очень хотела бы обнять тебя. Когда я перечитываю письмо, чтобы решить, как далеко пойти в нем, я понимаю, что, наверное, уже слишком далеко зашла – что ж, я всегда так делаю.

С любовью, Лотти

Спустя восемь месяцев и почти три тысячи долларов, потраченных на телефонные разговоры, не говоря уже о нескольких спонтанно купленных авиабилетах, Джун собрала вещи в кузов пикапа, Лотти прилетела к ней, и они отправились через Скалистые горы в уютный маленький домик за городом, где жили долго и счастливо.

Это не самая типичная история о том, как бляди находят партнеров. Сексуальным меньшинствам нелегко их находить, а если вы блядь или хотите стать ею – можете не сомневаться, что относитесь к меньшинству. Если вы к тому же гей, лесбиянка, транссексуал или предпочитаете такие виды секса, как садо-мазо или переодевания в одежду противоположного пола, вам вдвое или даже втрое труднее.

Многие из нас могут поделиться грустными историями о неудачах: о партнерах, которые охотно шли на открытые отношения, пока не начинали влюбляться, а тогда пугались и требовали моногамии... о партнерах, которые с радостью рассуждают о сексуальной открытости и свободной любви, но не могут примириться с этим на практике (Кэтрин они напоминают ее собаку, которая всю жизнь гоняется за машинами, а когда наконец ловит, то не

знает, что с ними делать)... даже партнеры, у которых получается быть полиаморными, но чьи желания и требования попросту не сходятся – в конце концов, мы общаемся не только на почве секса.

И все-таки многим удастся найти друг друга и построить отношения – от случайных до таких, которые на всю жизнь. Итак, как же найти друзей, любовников и партнеров, которые не только разделяют ваши ценности и убеждения, а еще и подходят вам эмоционально, интеллектуально и сексуально?

Кто?

Для начала хорошо бы определиться, кого вы ищете. Принимая такое решение, очень важно не ставить слишком узких или широких рамок. Если вам подойдет любой, кто дышит и готов заняться сексом, то размах, на наш взгляд, великоват. Даже если вам не важен пол, возраст, внешность, происхождение или уровень интеллекта, скорее всего, вам хотелось бы найти человека, который не будет лгать, воровать, обижать или использовать вас: здравый рассудок, честность и уважение – обязательные критерии для большинства. И не бойтесь прямо заявлять об особенно важных качествах: вас не будут преследовать за дискриминацию, если женщин вы любите больше мужчин или с ровесниками вам интереснее, чем с людьми намного старше или моложе.

С другой стороны, если список необходимых вам качеств похож на технические характеристики бытового прибора – пол, возраст, вес, рост, цвет глаз и волос, стиль одежды, образование, размер члена, половые предпочтения – мы подозреваем, что вам больше хочется заняться любовью с собственной фантазией, чем с живым человеком. К сожалению, многие из нас привыкли к далеким от реальности стандартам внешности и поведения – за порномоделями интересно наблюдать на экране, но они редко встречаются в наших гостиных. Если вы хотите, чтобы ваша новая возлюбленная была прекрасной, любящей и вечно возбужденной, то, скорее всего, вас ждет разочарование – редко кто отвечает этим требованиям, а уж круглосуточно и подавно.

Мы не можем показать вам грань между здоровым предпочтением и несбыточным желанием – только вы можете ее найти. Однако мы считаем, что внешность, богатство и положение в обществе очень мало говорят о человеке, и если среди ваших критериев именно они являются главными, вы, скорее всего, слегка заплутали в мире иллюзий. Попробуйте познакомиться с людьми, которые не отвечают этим требованиям. Мы подозреваем, что если вы с ними подружитесь, то поймете, что у них есть свои, уникальные достоинства и они ждут, когда кто-нибудь их заметит.

Важное предупреждение: даже самые красивые, богатые и пышногрудые не хотели бы думать, что это главные их достоинства. Они предпочитают встречаться с теми, кто считает эти качества приятным дополнением, а не причиной для выбора.

Что?

Каких отношений вам бы хотелось? Вы ищете человека, чтобы купить вместе дом и воспитывать детей? Или чтобы встречаться раз в год и развлекаться, играя свои роли? Или «Мисс Прямо Сейчас»? Заранее зная, чего хотите, вы избегаете множества недоразумений и обид.

Этичные бляди не говорят новому знакомому, что ищут партнера на всю жизнь, если хотят только переспать этой ночью. И нечестно клясться, что вы просто хотите поразвлечься, когда на самом деле мысленно примеряете на нее фату.

Если вы беспокоитесь, что никто не захочет того, что предлагаете вы, не будьте так уверены. И хотя найти неосновного партнера, друга для ролевых игр или маму для своих детей не так уж легко, это, без сомнения, возможно – более того, совершенно точно есть хотя бы несколько человек, которые ищут именно это.

Необязательно выбирать между легким увлечением и партнерством: секс на одну ночь и брак на всю жизнь – далеко не единственные варианты развития отношений. Вы не всегда будете знать заранее, кем станете друг для друга с человеком, который сегодня вам понравился, и вовсе не обязательно он займет пустое место в вашей жизни. Но если вы будете принимать людей такими, какие они есть, здесь и сейчас, то приятные сюрпризы с лихвой восполнят редкие разочарования. Поэтому остерегайтесь предубеждений и относитесь к новым людям с

открытым умом и сердцем.

Конечно, обстоятельства меняются. Человек, которого вы считали легким увлечением, может стать для вас гораздо более важной фигурой. Когда такое происходит – а с нами обеими это случалось, – важно сообщить этому человеку, а также всем, кого это касается, о переменах в ваших чувствах. Может быть, симпатии взаимны, и между вами расцветет прекрасная дружба. А может быть, и нет. Возможно, на данном этапе он не будет готов к глубокой эмоциональной привязанности. В любом случае относитесь к этим отношениям, как к совершенно новым – в некотором смысле так и есть. Может быть, вы сможете общаться так же, как раньше, а возможно, вам придется разбежаться на время, чтобы сохранить душевное равновесие.

Где?

Где собираются бляди? Где с наибольшей вероятностью можно отыскать любовника на ночь, приятеля по сексу или идеального партнера на всю жизнь?

Опыт подсказывает, что люди, способные открыто говорить о сексе, заинтересованы и в других видах открытости – или по крайней мере готовы выслушать ваши желания с уважением. Поэтому объединения, клубы, газеты сексуальной направленности – представляющие интересы секс-меньшинств, любителей группового секса, несущие образовательные функции – это хорошее место для поиска родственных душ.

Кроме того, этичным блядям нравится исследовать альтернативные реальности (может быть, они и здесь ищут новизны?). Попробуйте найти Общество Творческого Анахронизма, группу по воспроизведению исторических событий (фестиваль, посвященный эпохе Возрождения, – это прямо-таки съезд блядей), научно-фантастическую конференцию или клуб поклонников ролевых игр.

Можно поискать на тренингах, семинарах и сборах, посвященных сексу и близости. «Клеить» партнеров на многих из них запрещено (люди открывают душу и серьезно работают над собой, а недвусмысленное внимание может помешать), однако «выпускники» часто потом устраивают встречи. Родственные блядские души нередко посещают региональные и государственные конференции о сексе и близости.

Большинство посетителей сайтов о сексе – также поклонники полиамории. Кроме форума alt polyamory, посвященного исключительно этой теме, друзей можно найти и на других форумах Usenet, в тематических рассылках и новостных группах, которые поддерживают интернет-провайдеры. Бляди посещают сайты знакомств и разделы брачных объявлений на форумах. На некоторых ресурсах можно публиковать личные объявления, другие организуют встречи один на один. Однако все-таки будьте осторожны: в газете «Нью-Йоркер» однажды появился комикс, на котором изображена довольная дворянка за клавиатурой и надпись: «В сети никто не знает, что ты – собака». Многие люди пользуются анонимностью экрана, чтобы выдать себя за другого, так что двадцатилетняя массажистка, с которой вы так мило общались, вполне может оказаться пятидесятилетним дальнобойщиком, а удивительно изобретательная блядь – скромницей, которой захотелось острых ощущений. И все же Кэтрин (у которой явно выраженная интернет-зависимость) познакомилась со многими друзьями и любовниками по сети, как и многие наши знакомые.

Можете полистать объявления в местной газете. Современные службы знакомств обычно работают через автоответчик: вы набираете номер, слушаете записанное сообщение, получаете возможность записать свое, а потом получаете телефонный счет за каждую минуту связи. Вы можете отвечать на чужие объявления, посылать свои или совмещать то и другое. Некоторые посылают сразу по несколько объявлений.

Обычно люди, которые познакомились через интернет или газету, сближаются постепенно – сначала говорят по телефону, потом встречаются пообедать или выпить кофе, чтобы хоть немного узнать друг друга, прежде чем решать, заниматься ли сексом.

Интернет и объявления в газетах – действенные методы знакомства. Мы слышали немало историй о хорошо проведенном времени и даже о длительных отношениях, которые начались с нескольких слов на бумаге или экране.

Как?

Что делать, когда вы встречаетесь лицом к лицу с потенциальным любовником? Цивилизованные поиски сексуальных приключений – целое искусство, и редко кому удается

овладеть им сразу. В нашем обществе мужчин учат проявлять настойчивость, не воспринимать «нет» всерьез, а женщин – быть застенчивыми, неприступными, отказываться и не говорить «да» прямо. И чем больше мы следуем этим советам, тем больше отдаляемся друг от друга, а последствия колеблются от оскорбленных чувств до изнасилования на свидании.

Однако есть и хорошие новости. Старым моделям поведения можно разучиться, и чем больше мы разучиваемся, тем меньше остается. Когда оба пола свободно отвечают «да» или «нет», не беспокоясь ни о чем, кроме собственных желаний, они достигнут глубокого понимания и позитивного секса.

Досси рассказывает о подруге, которая в семидесятых годах провела эксперимент: однажды вечером она терпеливо сидела в баре для одиночек, отвергая одного мужчину за другим, пока наконец к ней не подошел парень, который ей понравился. Тогда она вежливо спросила, не желает ли он пойти к ней домой и потрахаться. Парень проглотил кусок льда. Связно заговорил он только через несколько минут, а когда пришли к ней домой, он так и не смог ничего сделать. *Вот* как глубоко укоренились в нас стереотипы.

«Нет»

Искушенные в сексе знают, чего хотят. Благодаря этому потенциальный партнер может предложить что угодно, ведь он знает, что вы откажетесь, если не захотите. Только вы и никто другой должны разобраться, чего вам хочется, никто не будет угадывать или переспрашивать дважды. Поэтому придется научиться говорить «нет», причем с легкостью, чтобы пара лишних «да ладно тебе» не испортила вам вечер. У мужчин с этим тоже бывают трудности: их учат, что надо всегда быть готовым к сексу и если кто-то проявляет инициативу, а ты не хочешь или не готов, «нет» прозвучит нелепо и немужественно.

Когда говорите «нет», делайте это четко и вежливо. Пожалуйста, не унижайте людей, которым вы понравились, – надо быть идиотом, чтобы обратить на вас внимание, да? Вежливое предложение – это комплимент, а не оскорбление. Если вам стыдно отказаться от него, отвечайте за ваше смущение. Она не виновата, если вы ей приглянулись.

Женщин учат, что прямо говорить «нет» – неженственно. Мы должны только намекать, а это не помогает. Потренируйтесь говорить «нет». Повторите пятнадцать раз, глядя в зеркало: «Нет, спасибо за предложение, но нет». Вы не обязаны придумывать оправдание или причину. Нелепо жаловаться на головную боль уже во время оргии. Проще сказать правду: «Нет, большое спасибо, я не хочу».

Не помешает женщинам и умение соглашаться. Бытует миф, что мужчина должен уговорами, хитростью или угрозами заставить женщину сказать «да» или хотя бы не говорить «нет», а тогда можно делать все, что взбредет в голову. Женщинам необходимо «сравнять счет»: почаще выбирать самим, знать, что доставит удовольствие, и уметь прямо сказать, чего хочется, тому, кто нравится. А если вы мужчина, который больше заботится о том, чтобы выглядеть хорошим любовником, чем о своем удовольствии, вам тоже надо научиться говорить «да». И это может оказаться сложнее, чем кажется.

КАК ПОДЦЕПИТЬ ПАРТНЕРА

Как это делать, зависит от вашего пола и пола партнера.

Для мужчин

У геев свой стиль, который отличается прямоотой и подразумевает, что большинство мужчин могут без труда ответить «нет, спасибо». Потому при поиске партнеров они могут вернее рассчитывать на язык тела и невербальные сигналы, чем их гетеросексуальные братья.

Гетеросексуалы, в свою очередь, научились проявлять интерес, не будучи при этом чересчур навязчивыми, уделяя внимание вербальным и невербальным сигналам. Многие мужчины совершали ошибку: они обращались с женщиной так, как хотели бы, чтобы обращались с ними, будь они на ее месте. Скорее всего, ничего подобного им переживать не доводилось, а если бы довелось, им бы это вряд ли понравилось. Если вы сомневаетесь, не слишком ли грубо выглядите в глазах женщины, представьте, что к вам подходит огромный сильный гей и пускает в ход ваши штучки.

Женщинам, как правило, крайне не нравится, когда их подавляют, принуждают или не слушают, если речь идет о сексе и близости. Для большинства женщин особенно оскорбительно поведение мужчин, которые чересчур настойчиво требуют свидания или телефонный номер,

которые снова и снова заводят разговор о сексе, даже если женщина уже несколько раз пыталась сменить тему, и которые без разрешения прикасаются к ним, особенно украдкой, по-отцовски или с намеком на секс. Попытки хитроутью завоевать расположение женщины не приведут ни к чему хорошему – лучше просто спросить и не спорить, если прозвучало «нет».

Досси вспоминает, как отправилась потанцевать с группой друзей-геев. В клубе (большинство завсегдатаев которого также были геями) на нее положил глаз гетеросексуальный мужчина и обращался с ней нахально и назойливо. Друзья были в шоке – они никогда не видели, чтобы мужчина так себя вел, даже в гей-саунах.

Для женщин

И «да» и «нет» большинству женщин даются нелегко – сказываются века практики. Мы не знаем, как получилось, что женщина должна стоять в сторонке, хлопать глазками и ждать, пока большой сильный герой придет и возьмет все в свои руки, но нам это не нравится.

Спросите себя: когда вы в последний раз ответили «нет» на предложение о сексе? И как вы это сделали? Вежливо, дружелюбно, но недвусмысленно: «Нет, спасибо»? Или промямлили нечто вроде «не сегодня, у меня болит голова», «может, в другой раз» или «я подумаю»? Мы настоятельно рекомендуем придумать такое «нет, спасибо», которым удобно пользоваться. Кэтрин предпочитает: «Нет, спасибо. Ты хороший, но меня к тебе не тянет». Ожидать, что человек прочтет ваши мысли и поймет, что ваше «может быть» вообще-то означает «нет», – это незтично и совсем не по-блюдски.

И опять же: когда вы в последний раз сказали сексу «да»? Если вы томно прикрыли глазки и позволили ему добиться своего – это прямая дорога к недоразумению.

Многим женщинам как гомо-, так и гетеросексуальным неплохо бы научиться с большей определенностью выражать желания как во время знакомства, так и после. Если вы привыкли потягивать коктейль и ждать, пока к вам подойдут, то, проявляя инициативу, поначалу можете показаться себе неловкой, назойливой – и даже развратной. Кажется, что получить отказ при этом – вообще хуже смерти. Однако со временем вам станет легче... особенно когда вас пару раз действительно отвергнут и вы поймете, что это вовсе не конец света. В конце концов, мы предлагаем сделать то, чем мужчины занимаются давным-давно.

Вот задание для женщин: продумайте хотя бы две реплики для знакомства с мужчиной или женщиной. «Привет, я Сьюзен, а ты?» – для начала вполне подойдет. Вторая вам понадобится, чтобы сказать: «Ты мне очень нравишься и мне хотелось бы: встретиться с тобой, пригласить тебя в гости, познакомить с моим полиаморным партнером...»

Для пар

Если у вас есть постоянный(ые) партнер(ы), то, возможно, на поиски приключений вы отправитесь *вместе*. Здесь есть свои преимущества: если вам не повезет, не придется возвращаться домой в одиночестве. Однако немногие привыкли к открытым отношениям, кое-кто может среагировать непредсказуемо, если вы скажете: «Привет, ты мне очень нравишься и моей жене тоже». А некоторые, напротив, предпочитают определенность и безопасность, которые дарит контакт с одним или обоими членами сложившейся пары. А вам только того и надо!

Некоторые партнеры вместе подыскивают любовников для секса втроем, другие – по отдельности, только для себя. Во втором случае рано или поздно придется сообщить новому знакомому, что дома вас ждет спутник жизни. Когда именно сказать об этом, решайте сами, но чем раньше вы это сделаете, тем лучше.

Вместе вы ищете приключений или по отдельности, договориться обо всем нужно заранее. Кто чем хочет заняться и с кем? Где? Когда? Если один ищет секс на одну ночь, а второй – постоянного партнера, может возникнуть недоразумение. («Она шла за мной до самого дома! Можно она будет жить с нами? Ну пожалуйста!»)

Если вы ищете знакомств вместе с партнером, важно, чтобы оба умели хорошо общаться. Если вы надеетесь, что партнер будет сам знакомиться, разговаривать, флиртовать, договариваться – ничем хорошим для вас и для него это не кончится. Могут возникнуть недоразумения, поскольку мало кто умеет передать *все ваши* желания за вас.

Больное место блядей – пара, которая неуважительно относится к одному или нескольким участникам секса. Например, более привлекательный партнер играет роль «наживки». Кэтрин

вспоминает, как в клубе для группового секса мужчина предложил помочь стимулировать его партнершу. Как только она присоединилась, мужчина позабыл о подруге и переключился на Кэтрин, схватив ее за грудь. Надо ли говорить, что Кэтрин немедленно удалилась с места этой неприятной сцены.

Это неуважительно – относиться к третьей стороне как к живой секс-игрушке. Многие бисексуалки приходят в отчаяние от распространенной ситуации, когда с ними знакомятся не потому, что находят привлекательными, а потому что мужчина мечтает о сексе с двумя девушками. Однажды Досси попала в очень неприятную историю, когда в секс-клубе ею заинтересовалась симпатичная девушка. Но вместо того чтобы заниматься Досси, она подавала знаки мужу; тот уже возбудился и готов был занять место жены, когда Досси открыла глаза и поняла, что происходит. Фу.

Основное правило при общении парами или с парой – *уважение чувств* и желаний каждого участника. Вы же не хотите привлечь кого-то, кто попытается увести вас или вашего партнера, – и ему не хочется иметь дело с теми, кто обманет и использует его. Поэтому относитесь ко всем с уважением, вниманием и любовью, и вознаграждение не заставит себя ждать – в виде приятного увлечения или длительных отношений.

Для всех

Самые лучшие, наиболее удачливые и наименее назойливые «съемщики» любой ориентации – это дружелюбные, любознательные ребята, которым нравятся почти все люди и которым интересно поговорить с каждым. Если с некоторыми из собеседников завяжутся отношения – тем лучше.

Редко кого обидит искренний комплимент, увлекательная тема для разговора или интересный рассказ о себе. Если у вас не очень хорошо получается заводить знакомства, попросите близких друзей указать на ошибки и тренируйтесь, пока не добьетесь успеха, или сходите на семинар, где учат общаться или флиртовать. Помните, никто не рождается с такими умениями.

Хорошие собеседники, как правило, легко знакомятся, из них получаются отличные партнеры – ведь взаимный обмен, происходящий во время интересной беседы, и внимание к невербальным сигналам очень важны для хорошего секса и отношений.

Глава 2. ГРУППОВОЙ СЕКС, ПУБЛИЧНЫЙ СЕКС, ОРГИИ...

Хотите группового секса? Решайте сами. Что бы вам ни говорили, групповой секс – не обязательная часть открытых отношений. Мы знаем множество неутомимых блядей, которые не посещают оргии и не устраивают секс втроем или вчетвером дома. Знакомы мы и с моногамными парами, которые часто бывают в клубах для группового секса, просто чтобы порезвиться друг с другом в располагающей атмосфере, среди благодарных зрителей.

Если вы когда-нибудь мечтали заняться любовью впятером, иметь еще одну пару рук для любовных ласк, находиться среди возбужденных людей или стонать от удовольствия на виду у всех... иными словами, если вам когда-либо нравились секс-вечеринки, эта глава для вас. Здесь мы расскажем, что нужно знать, чтобы хорошо поразвлечься и справиться с любыми трудностями.

Мы считаем, что секс на людях – это, в первую очередь, радикальный политический шаг. Столько притеснений происходит из-за того, что мы стыдимся секса: дискриминация женщин, секс-меньшинств, подавление индивидуального выбора человека во имя идеи семьи. Всех нас притесняют. Всех нас так или иначе учили, что наши желания, тела, сексуальные проявления – это стыдно. Разве есть лучший способ преодолеть этот гнет, чем собраться вместе и наслаждаться чудесами секса?

Поход на секс-вечеринку – это волнующее испытание. Это возможность выйти за рамки и вырасти, которой мы пользуемся всякий раз, когда преодолеваем страх выхода на сцену, волнение во время выступления, прекрасное томительное напряжение перед искусным сексом в эротической обстановке. Все волнуются, и коллективная уязвимость возбуждает. Мы любим головокружительное чувство победы, когда все препятствия позади и начинается страстный секс. Оргия – не место для скромности и стыдливости, а когда мы резвимся целой компанией,

то по-настоящему убеждаемся, что секс – это хорошо и красиво, а мы – привлекательны и сексуальны.

ЗАЧЕМ ПРИ ВСЕХ?

Мы обе любим публичный секс и регулярно ходим на секс-вечеринки. В заряженной сексом атмосфере возбуждение передается от человека к человеку, мы впадаем в экстаз от происходящего вокруг.

Групповой секс позволяет найти новых партнеров в безопасной, дружественной обстановке – можно лучше рассмотреть понравившегося человека, пока он занят кем-то другим.

Очень удобно перенимать опыт: если мы видим, что кто-то вытворяет нечто, о чем мы лишь мечтать могли, можно подойти и спросить, как он это делает. Именно во время оргий мы многое узнали о безопасном сексе, потому что в этом деле без контрацепции не обойтись, и любой готов помочь в обращении со средствами защиты – ради сохранения здоровья каждого.

Секс-вечеринки помогут вам изменить негативное представление о своем теле. Как мы уже говорили, сексом занимаются люди разного возраста и телосложения, а во время оргий вы сможете понаблюдать за этим. Чтобы подготовиться к первому групповому сексу, попробуйте сходить на нудистский пляж или в сауну, если раньше никогда там не были, чтобы посмотреть, как живые люди выглядят без одежды, и самому раздеться у всех на виду. Вы начнете видеть красоту фигур, не похожих на фотографии в порножурналах, а чувствовать теплое солнышко и легкий ветерок всеми частями тела – ни с чем не сравнимое удовольствие.

После многих лет практики публичного секса нас поражает, что большинство людей ни разу не видели, как это делают другие. Неудивительно, что мы так беспокоимся о том, как выглядим. Вы будете гораздо более уверены в себе и своей внешности, если увидите, как настоящие люди занимаются настоящим сексом. Оглянитесь вокруг – все люди прекрасны, когда кончают. Поэтому оргия – рай для эксгибициониста: на секс-вечеринках каждый становится звездой и может блистать как никогда.

В секс-клубах царит особая атмосфера. В Сан-Франциско, где мы живем, выбор клубов необычайно богат. Бывают клубы только для женщин, только для мужчин, для пар, для поклонников садо-мазо, трансвеститов, а также приверженцев всех мыслимых и немыслимых сексуальных практик – некоторые из них надо увидеть своим глазами, чтобы поверить.

Реклама вечеринок бывает открытой для всех, доступной только на определенных форумах, а иногда приглашения рассылаются только подписчикам. Некоторые клубы – например, гей-сауны – открыты двадцать четыре часа в сутки семь дней в неделю, другие представляют собой адаптированное подвальное помещение, где вечеринки проходят один-два раза в месяц. Кто-то собирает хороших знакомых у себя в гостиной.

Сан-Франциско может похвастаться обилием «домов для вечеринок», в которых один-два этажа отведены для общих и личных «игровых» комнат. Такие дома иногда сдают «ограниченным группам», которые собираются раз в месяц.

Досси впервые приобщилась к групповому сексу на секс-вечеринках, организованных гениальной Бетти Додсон в одном из домов в Сан-Франциско. В этом доме поселились активные сторонники феминизма, гей-движения и сексуальной свободы, а их община была сознательным экспериментом по кардинальному изменению условий, в которых люди обычно занимаются сексом. Они сняли с петель двери и убрали мебель, превратив верхний этаж в просторную комнату. В обычный день вы бы увидели, как несколько человек загорают голышом на веранде, кто-то готовит обед, еще двое играют в шахматы, пара занимается сексом, а кто-нибудь наблюдает за ними с вибратором. Три-четыре раза в год устраивались большие вечеринки, на которых люди занимались сексом в группе, в паре или в одиночку, делали друг другу массаж, а практикующие тантру пели «Омммм» под вездесущий гул вибраторов. Туда допускались только друзья и любовники шести-семи постоянных жильцов.

Все заведения для группового секса, будь то большие открытые клубы или маленькие дома для вечеринок, существуют ради создания пространства, где можно вести себя сексуально. Поэтому у них есть общие особенности. И хотя варианты дизайна и обстановки ограничены лишь человеческим воображением, основные составляющие, как правило, не меняются. У дверей вас встретит администратор и, возможно, попросит дать расписку, что вы берете

ответственность за происходящее на себя. Далее вы увидите комнату для общения, где можно присесть, познакомиться и поговорить; там же, скорее всего, будет небольшой буфет с закусками и напитками. Как правило, это место не для секса. Там еще будут шкафчики, вешалки или полки, куда можно сложить уличную одежду, когда вы переодеваетесь в костюм для вечеринки или просто раздеваетесь. На некоторых вечеринках принято ходить голышом, другие предлагают великолепную коллекцию костюмов для любых сексуальных фантазий. В каждом заведении должны быть душевые. И, конечно, игровые комнаты.

Игровые комнаты бывают разными: от крошечных, окруженных лабиринтом кабинок до просторных залов с зеркалами и мягким полом для «кучи малы». В некоторых заведениях есть джакузи, сауны и зимние сады, где можно расслабиться или поискать партнера. В некоторых есть комнаты для танцев. Может звучать ритмичная музыка, чтобы усилить ваше естественное чувство ритма и создать слуховой барьер, чтобы голоса других людей вас не отвлекали. Освещение обычно бывает приглушенным, часто оранжевым или красным, чтобы все выглядели загорелыми и, возможно, чуть более сексуальными. Иногда встречаются комнаты со специальной мебелью для секса, вроде гинекологических кресел, качелей, постелей с зеркалами, темниц для садо-мазо фантазий или водяной кровати для любителей покачаться на волнах.

Атмосфера таких заведений располагает к формированию сообществ. Люди обычно посещают несколько клубов, а затем становятся постоянными клиентами тех, что понравились больше всего. Когда люди лучше узнают друг друга, когда между ними устанавливаются близкие отношения, они часто становятся друзьями и объединяются в большие семьи. В порядке вещей увидеть в одном из секс-клубов сбор пожертвований в помощь одному из завсегдаев, попавшему в аварию или тяжело больному. Это сообщества, а их члены заботятся друг о друге.

ЭТИКЕТ ГРУППОВОГО СЕКСА

Сдается нам, что мама или школьная учительница так и не научили вас вести себя во время оргии.

В заведениях для группового секса люди отказываются от некоторых привычных рамок, чтобы стать ближе, поэтому нужен особый этикет. При обычном общении между людьми существует предсказуемая дистанция, позволяющая каждому находиться в его личном пространстве. Групповой секс вынуждает придумать, как чувствовать себя в безопасности и комфорте и в то же время сблизиться с целой оравой предположительно приятных и привлекательных людей – поэтому необходимо выработать, запомнить и уважать новые правила, иначе никто не сможет расслабиться.

Во многих клубах правила поведения висят при входе. Прочтите их, они многое прояснят. Обычно заведения устанавливают четкие требования к безопасности и выдают презервативы, перчатки, смазки, защитные прокладки для ротовой полости и так далее. Даже если вы с партнером уверены друг в друге, вас могут попросить воспользоваться латексными контрацептивами – или вы сами это сделаете из вежливости. Этичные бляди соблюдают правила вечеринок.

Даже вуайеризм должен быть ответственным. Наблюдать можно лишь на уважительном расстоянии. Если участники знают о вашем присутствии – вы слишком близко. Можно ли мастурбировать, наблюдая за кем-то, – зависит от заведения, но в любом случае лучше держать возбуждение при себе, чтобы не отвлекать народ, который устраивает столь интересное зрелище – наверняка не ради вас одного. Не болтайте рядом с теми, кто занимается сексом, – это не лучшее место, чтобы рассказывать другу про идиота-начальника или визит к проктологу.

Очень важно чувствовать границу между пространством для разговоров и пространством для секса: когда вы переходите из первого во второе, меняется состояние вашего сознания, внимание перемещается из ума в тело. А разговоры вернут вас в обыденное, вербальное, несексуальное состояние.

Подыскивать партнеров следует активно, но ненавязчиво. В идеале на вежливое предложение следует вежливый ответ, а значит, можно спрашивать, и если вы услышите «нет, спасибо» – ничего страшного. Помните, люди в подобных заведениях довольно искушенные и знают, чего хотят. Если понравившийся человек не хочет общаться с вами, да будет так, не

принимайте близко к сердцу, поищите другого.

Поиски партнеров на секс-вечеринках мало отличаются от обычных, хотя, пожалуй, более честны и уместны. Лучше всего сразу представиться: «Привет, меня зовут Сисси» – гораздо предпочтительнее, чем «Привет, как тебе мои сиси?» Потом можно немного пообщаться, а затем прямо спросить: «Хочешь поиграть со мной?» Если ответ утвердительный, следуют переговоры: «Чем ты хочешь заняться? Есть ли что-нибудь, что тебе не нравится? Давай сравним, что мы называем безопасным сексом, и, кстати, есть у меня одна фантазия...»

Невербальное общение

Если вы не против случайных недоразумений, флиртовать можно и с помощью языка тела. Однако мы считаем, что это не отменяет необходимости уметь прямо сказать, чего хотите. Тогда можно экспериментировать со знаками внимания без слов, зная, что в случае чего умение общаться вас выручит.

Говорить на языке тела – значит встретиться взглядом, улыбнуться, придвинуться поближе, наблюдая за ответной реакцией. Если вы посмотрели ему в глаза, а он отвернулся – вот вам и ответ. Если вы сели рядом, а она придвинулась к вам – вот другой ответ. Прикосновения лучше начинать с нейтральных частей тела – руки, плеча – и снова следить за реакцией. Если он замер в нерешительности – скорее всего, самое время заговорить.

Различия между мужчиной и женщиной

В нашем обществе преобладают извращенные представления о сексе. Женщин учат, что не положено заниматься сексом, если они не влюблены, а мужчин – что это товар, который можно купить у женщины, или даже что сама женщина продается и покупается. Групповой секс возможен, только когда каждого уважают как личность. Кому понравится, чтобы его считали вещью? Во избежание подобных трудностей в секс-клубах обычно ограничивают число одиноких мужчин или мужчины допускаются только в сопровождении женщин. Конечно, грустно, что даже в этих местах приходится учитывать несовершенство нашего мира, и мы совершенно согласны, что несправедливо наказывать добропорядочных мужчин за назойливое поведение остальных, которые, судя по всему, по-другому не умеют. Но сейчас с этим ничего не поделаешь – можно только работать над собственным поведением и помогать учиться своим братьям.

Мужчины и женщины по-разному ищут партнеров. Это особенно заметно, если сравнить вечеринки геев и лесбиянок с вечеринками би- и гетеросексуалов. Геи, как правило, более открыты к сексу с незнакомцами и часто договариваются обо всем молча. Один встречается взглядом с другим, слегка улыбается, подходит, может прикоснуться, обнять – и все это почти или вовсе без слов. Лесбиянки более осмотрительны и обычно много общаются, прежде чем отправиться в игровую комнату и заняться друг другом.

Женщины решаются на секс с незнакомцем реже, чем мужчины, они предпочитают сперва поговорить и получше узнать друг друга. Наверное, это потому, что у женщин есть немало причин опасаться незнакомцев, им необходимо убедиться, что человек не причинит вреда. В подобных случаях нет правых и виноватых, а если и есть, здесь многое обусловлено историей и вряд ли мы сможем что-то изменить. Однако очень важно, чтобы у каждого, будь это женщина, мужчина, транссексуал, гетеро-, би- или гомосексуалист, была возможность чувствовать себя уверенно и получать удовольствие от секса.

Как прийти к согласию

Согласие совершенно необходимо. Наивные новички считают, что если двое, трое или четверо уже занимаются сексом, можно просто подойти к ним и начать ласкать кого-нибудь. Нет, нельзя, хотя бы потому, что вы не спросили разрешения, не знаете, чего они хотят и каковы их границы. Вы можете сделать что-то не так, тогда людям, которым было хорошо вместе, придется прерываться и разбираться с вами – и вполне понятно, если они разозлятся. На вас. Как же тогда получить согласие от людей, поглощенных жарким сексом? Постучать по спине и спросить: «Не могли бы вы прерваться на минутку и сказать, можно с вами?» Если все началось без вас, лучше и не пытаться, разве что это ваши любовники, да и тогда нужно быть осторожным. Как мы уже говорили, необходимо уважать чужие границы, чтобы все смогли расслабиться и непринужденно играть. Не создавайте никому неудобств.

Если вы забавляетесь на вечеринке, а кто-то вторгается в ваше пространство, будете

совершенно правы, если попросите оставить вас в покое. Можете рассказать хозяевам о назойливых и бесцеремонных гостях – с ними побеседуют о правилах поведения, объяснят, почему этикет именно таков, а если не поможет – вычеркнут из списка приглашенных.

Следите за ожиданиями

Многие приходят на первую вечеринку с головой, набитой страхами, фантазиями и беспорядочными ожиданиями насчет всего, что может и не может произойти. Мы настоятельно рекомендуем взять себя в руки, признать, что все равно ничего не угадаете, и ждать только чувство гордости, если сможете хотя бы переступить порог. Если же вы сумеете остаться на целый час и понаблюдать – похвалите себя как следует. А если вам даже удастся познакомиться с кем-нибудь и поддержать разговор – наградите себя медалью.

Посетить оргию – непростая задача. Готовьтесь, что вам будет не по себе. Готовьтесь, что будете волноваться. Готовьтесь, что вам окажется нечего надеть, поэтому выделите на сборы не меньше двух часов. Многие заведения объявляют, с какого момента двери открыты, а в районе одиннадцати их закрывают, иначе все, кто чересчур нервничает, решат, наконец, что надеть, приедут за полночь и ничего не успеют. Так что не перенапрягайтесь.

Одевайтесь красиво и удобно – хватит того, что у вас трясутся коленки, тесные туфли вам совсем ни к чему. Поставьте целью завязать несколько знакомств, понаблюдать за происходящим и собственной реакцией. Если захотите с кем-нибудь поиграть, да еще и найдете с кем, – прекрасно, нет – тоже хорошо.

На оргию – вместе

Выясните отношения до похода на секс-вечеринку. Это очень важно. Вы идете вместе, чтобы показать себя? Ищете секса втроем или вчетвером? Собираетесь знакомиться и заниматься любовью по отдельности? А если один из вас подцепит сексапильную красотку, можно ли другому присоединиться? Нужно ли спрашивать друг у друга согласия, чтобы поиграть с кем-нибудь? Вы собираетесь вернуться домой вместе или ничего страшного, если один из вас пойдет ночевать к кому-то еще? А если вы оба, тогда как насчет няни? Решить все это надо заранее, потому что будет некрасиво, если вы станете спорить на людях, потому что, скорее всего, разозлитесь и наломаете дров у всех на виду.

Однажды наши друзья поссорились из-за секс-вечеринки. Оба хотели пойти, но одному хотелось заниматься любовью с партнером, а другому – с гостями. Что же делать? Поскольку вечеринки бывают каждый месяц, они договорились чередовать – иногда ходить туда как пара, иногда по отдельности – и отрываться по полной.

Мы любим наблюдать, как сложившиеся пары занимаются любовью на вечеринках – сразу видно, насколько они близки, как хорошо друг друга знают, как прекрасно подходят друг другу, насколько слаженным становится секс после многих лет практики. За этим приятно подглядывать – к тому же можно многому научиться у людей, которые достигли совершенства в сексе друг с другом. Хотелось бы заметить, что, выставляя напоказ эту удивительную красоту, вы еще и делаете себе отличную рекламу на тот случай, когда, быть может, будете готовы принять новых партнеров.

Секс-вечеринки – еще и отличная возможность справиться со страхами и ревностью. Что вы чувствуете, когда видите, как ваш партнер занимается любовью с другой женщиной? Так ли это ужасно? Может быть, вы с удивлением обнаружите, что это вас вовсе не беспокоит: «Вот это да, я думала, мне будет плохо, а оказывается, вовсе нет!» Может быть, вам даже понравится наблюдать за своей пассией: как она прекрасна, когда извивается от страсти, а как он красив, когда кончает. Может быть, вас это даже возбудит. Некоторые пары находят, что групповой секс оживляет их половую жизнь, наполняя ее энергией, новыми идеями и стремлением сделать ее такой же пылкой, как оргия.

Предубеждения и «слабые места»

Готовьтесь получить по болевым точкам. Готовьтесь увидеть свои предубеждения. На секс-вечеринке вам предстоит разделить близость с большой компанией незнакомых людей, а это может быть очень непросто. Возможно, вы попробуете секс втроем с вашей девушкой и другим мужчиной – идея хорошая, но вас может задеть. Понятно, что вы вдвоем решили заняться с ней любовью – но вот процесс пошел, рядом с вами мужское тело, которое, возможно, касается вас, и как ощущения?

Мы любим пансексуальные вечеринки – собираются геи, лесбиянки, бисексуалы, натуралы, транссексуалы и развлекаются бок о бок, причем желания разных групп разительно отличаются. То и дело происходит нечто невероятное: лесбиянка, которая ни разу не раздевалась на глазах у мужчины и еще реже трахалась при нем; гей, который боится осуждения женщин или жестокости мужчин; женщина-транссексуалка, которая не уверена, знает ли заигрывающий с нею парень, что у нее под юбкой, заботит ли ее это, а если «да», что она предпримет?

Какими бы ни были ваши мысли – что на вечеринке слишком много стариков, молодых, мужчин, женщин, геев, натура-лов, толстяков, худышек, белокожих, иностранцев – полезно быть выше своих предрассудков.

Все, что мешает расслабиться в присутствии других

В своем воображении мы сближаемся плавно и неторопливо, и прекрасная музыка уносит нас вдаль на волнах страсти. На самом деле так иногда тоже бывает. Но для этого, скорее всего, надо потренироваться. Может подвести эрекция – в самый ответственный момент, особенно если вдруг вспомните, что пора надевать презерватив. Возможно, в шумной комнате и с незнакомым партнером вам будет труднее сосредоточиться на оргазме – станете ли вы притворяться? А если вы собрались с кем-нибудь позабавиться, но не можете возбудиться?

Соседка Досси в порыве непреодолимой страсти оказалась в постели сразу с бывшим и нынешним любовниками. Благодаря плохой звукоизоляции и хорошему воображению Досси прекрасно понимала, что происходит, и надеялась, что все пройдет замечательно. Вдруг на кухню с растерянным видом вошел Кении, нынешний любовник. «Досси, – взмолился он, – я не знаю, что делать! Помогите мне!» Она ответила: «Не забывай дышать, это не соревнования, просто делай, что тебе приятно». Он забормотал, словно мантру: «Дышать... не соревнования... приятно... дышать...», – распрямил плечи и храбро отправился на поле боя.

Если вдруг заметите, что паникуете, советуем дышать поглубже. Успокоиться. Вспомнить, что это не гонка и спешить некуда. Это не Олимпийские игры, вам ничего не нужно доказывать – вы с новой подругой всего лишь собираетесь заняться чем-нибудь приятным для тела. Прикосновения – это приятно. Поглаживания – тоже. Особенно если все это делать медленно. Настолько медленно, чтобы по-настоящему прочувствовать, что вы делаете. Беспокойство о будущем его не приблизит: сосредоточьтесь на своих ощущениях прямо сейчас. Эрекции и оргазмы приходят и уходят, но вы не ошибетесь, если будете делать друг другу приятное.

Шумная и беспокойная обстановка на вечеринке может заставить людей спешить, хотя возбудиться проще всего, если замедлиться. Волшебство здесь помогает крайне редко, и рассчитывать на него не приходится. Разные люди возбуждаются по-разному, и очень полезно знать, от чего это случается с вами. Даже если для этого вас нужно укутить за шею или облизать колени сзади – если вы знаете об этом, то можете попросить: партнер будет знать, что делать, и смелее расскажет вам, что возбуждает его, а тогда – вот увидите – всех вас настигнет поток необузданной страсти.

Заключение. БЛЯДСКАЯ УТОПИЯ

Убеждения и плюрализм

Выше мы рассмотрели принципы, на которых основаны отношения и наши взгляды на них. Мы говорили о том, почему наши взгляды ограничены господствующими в обществе убеждениями и как эти ограничения препятствуют развитию нашей сексуальности, образа жизни, семьи и нашей любви. Монизм – система взглядов, согласно которой все процессы, структуры и отношения можно рассмотреть в свете одного начала, объясняющая все явления одним принципом бытия.¹³ Когда мы задаем вопрос, то предполагаем, что существует только один ответ, а если ответов несколько – задача не решена. Это монистическое мировоззрение. Когда мы говорим, например, об отношениях и семьях, монизм предполагает, будто существует только один, наилучший путь, идеальный брак, а наша цель – подойти как можно ближе к этому идеалу. Монизм приводит нас к тому, что все возможности располагаются на

иерархической лестнице – хорошие, лучшие, наилучшие – и только наилучшие следует принимать в расчет. Если мы начнем сравнивать себя с общепринятым идеалом, осуждая за любые отличия от него, – мы будем непрерывно обесценивать себя и никогда не познаем свою истинную ценность.

Дуализм – это учение о том, что все имеет пару: тело и разум, черное и белое или, как в компьютерах, 0 и 1. Дуалисты рассуждают о мире с точки зрения границ: между телом и разумом, мужчиной и женщиной, гетеро– и гомосексуалами, хорошим и плохим. Дуалистическое мышление преобладает в судах, политике, ток-шоу и иногда приводит к ужасающим последствиям: например, некоторые убеждены, что если кто-либо занимается сексом вне брака, то тем самым угрожает традиционным формам отношений; наш президент подписал «Акт о защите брака». Кто другой, кто не с нами – тот против нас.

Дуализм приводит к убеждению, что любить можно только кого-то одного, что нельзя любить по-разному, что запасы любви ограничены – что «несколько» противоположно «одному»; что либо «любишь», либо «не любишь»; что не бывает различных видов любви.

Плюрализм – это незамкнутый взгляд, система со множеством ценностей, которая отказывается упрощать все до единства или двойственности и настаивает на том, чтобы видеть и взвешивать все. Для плюралиста имеет значение мироздание целиком и, соответственно, жизнь каждого человека – поэтому существует столько половых предпочтений, сколько людей, и все они имеют право быть. Общаться, любить, создавать семьи, жить в мире, быть человеком можно по-разному. И каждый путь по-своему прекрасен.

Чтобы отвыкнуть от моногамии и высвободить сексуальность, необходимо искоренить деспотичные ограничения, навязанные предыдущими поколениями. Когда нам удастся перерасти их – мы можем заглянуть дальше: дальше беспокойств о внешности, о том, как мы, наши партнеры и их любовники выгладим в постели, дальше мыслей о том, в чем мы неполноценны. Когда мы учимся преодолевать тормозящие реакции, ограничивающие наши действия, мышление, самоосознание, мы начинаем свободно воспринимать все величие и многообразие мира, все, что существует в этот момент, здесь и сейчас, для нас.

Таким образом, плюрализм и блядство – это путь к трансцендентному, к свободе ума, тела и духа; это способ прийти к обогащенному восприятию мира, внутреннему росту и – совсем не случайно – *очень хорошему сексу.*

Блядская утопия

На наш взгляд, изучая причины, которые ограничивают наши отношения и не позволяют в полной мере осознать возможности, мы мысленно строим общество, приемлемое для многих людей – которое удовлетворило бы нашу потребность расти и меняться, а также основополагающее желание быть нужным и иметь семью.

Мы уверены, что моногамия будет процветать и дальше, как это было всегда, и что это замечательный выбор для тех, кто ее действительно предпочитает. Однако если все остальное запрещено, выбором это не назовешь. Мы хотим расширить свое восприятие, чтобы с пониманием относиться к моногамии и ко всем другим вариантам – чтобы планировать семьи и общественные структуры, в которых есть потенциал расти, видоизменяться и расширяться, которые можно приспособить к своим нуждам. Новые формы семьи появляются и будут появляться дальше не для того, чтобы вытеснить традиционную модель, а чтобы дополнить ее обилием возможностей. Мы желаем создать мир, где можно выбирать секс, любовь и семью – по своему вкусу. Мы хотим, чтобы и вы освободились и изобрели такое общество, в котором вам бы хотелось жить.

Утопия, как мы ее видим, – это свободная любовь во всех ее проявлениях, которая служит источником представлений о реальности, возможностях, жизни в текущем моменте и планов на будущее. Мы верим, что сексуальная свобода помогает видеть жизнь такой, какая она есть, ясно воспринимать самих себя и двигаться вперед, по мере того как меняемся и растем мы сами, наши партнеры и мир вокруг нас.