

Кто не помнит «бородатого» анекдота про жену, отлынивавшую от исполнения супружеских обязанностей? Волею судьбы она оказалась в клетке с самцом гориллы, который немедленно взялся за свое самцовое дело. В финале жуткой истории муж, взирая со смешанными чувствами на свою благоверную через прутья клетки, предлагал бедняжке: «А ты ему скажи, что у тебя голова болит!..»

Тема секса в моей сознательной жизни никогда не была табуирована. Я с детства видела, как папа при любом удобном случае дотрагивался где попало до мамы. Она радостно хихикала, и мне это нравилось. Мама не проводила со мной неловких бесед «про это», просто объяснила в свое время азы, а своей открытостью и доверием доказывала, что с любой проблемой я могу прийти к ней, а не к фантазерке-подружке, которая «все знает». Конечно, жизнь подкорректировала мамин тезисы и приоткрыла залежи будоражающей воображение информации. Этот массив данных я как-то (чаще интуитивно) структурировала, чтобы использовать по назначению. И потом использовала, всегда называя вещи своими именами. Возможно, поэтому подружки частенько задавали мне вопросы, в которых самым безобидным было слово «минет», и ждали профессиональной консультации. Не скажу, что всем помогла, зато наслушалась...

И как-то так случилось, что некоторые мои знакомые девочки споткнулись в своей жизни о сексуально активных мальчиков. «Везет же некоторым - заполучить льва в свою постель!» - воскликнет добрая половина читательниц. «Как сказать», - замечу я.

Секс, ложь и видео

ИСТОРИЯ № 1

Элинкин муж Леха, высокий, спортивного кроя симпатяга, еще в студенческие годы славился любвеобильностью и нежными чувствами к первым видеопорнушкам. Тогда нам было по 18-20 лет, и мы уходили из дома в ночное - посмотреть видики, а заодно и получить или закрепить приобретенный сексуальный опыт. Леха был завсегдаем таких увеселительных программ. За просмотром, например, юмористически-порнографического мультя «Король Дик» (по-английски dick - это сленг для пениса) Леха явно намекал всем девочкам на физиологическое сходство с главным героем. Уж не знаю, кто из наших дев убедился в этом на деле, только окольцевала Леху Элина. И попала как кур, точнее курица, в ошип. Когда они стали встречаться и только познавать удовольствия секса, мы Элинке завидовали. Любовно-лихорадочный блеск в глазах, перманентное клевание носом на лекциях и прилюдная демонстрация владения Лехой. Со временем румянец на щеках Элины сменился на синеватую тень под глазами и явную апатию. «Ты чего?» - волновались мы. Она отмахивалась. Но однажды Элинка честно заявила: «Он меня за...!» Я не поверила: такой образцово-показательный самец, и так быстро надоел. «Не то! - замахала руками подружка. - Натурально! Он меня совсем извел своим сексом, маньяк просто какой-то!» В то время у меня на личном фронте никто не постреливал, все потенциальные кавалеры сидели в окопах, поэтому я обиженно хмыкнула. Мне бы ее проблемы. Но когда Элинка вдалась в подробности, я поняла, что девушке так и до психологической травмы недалеко. Стоило ей только появиться на пороге их съемной квартирки, как Леха бросал все, что в этот момент находилось у него в руках, грабастал ими Элину и нес любить на диван. Диван безбожно

скрипел от каждодневных упражнений, Элинка стонала уже не от экстаза, Леха работал как зверь. Справив сексуальную нужду, он интересовался, как дела и что у них на обед. И так каждый день, без перерывов на женские «праздничные дни». Пару раз Элинка вырывалась на свободу, навестить родителей в провинции, возвращалась к нему, даже соскучившись, и вновь ухалась с головой в мужнин секс-беспредел. Тут был случай для специалиста высокого профиля, а не для подружки, неплохо владеющей сексуальным словарным запасом. В те времена к сексопатологу (которого найти было не проще, чем наркодилера) ходили только законченные извращенцы. Так думали мы, умеренно озабоченные сексом студентки. Элинка была в нашей команде, поэтому к врачам со своим зашкаливающе активным Лехой идти не собиралась. И решила бороться с секс-террористом сама. Для начала поговорила. Леха не понял: «Да ты радоваться должна, что тебе такой мужик достался!» Она пояснила, что все ее органы радости в глубокой депрессии и скоро их придется менять на новые, чтобы нормально функционировали дальше. Леха поупирался и согласился сбавить обороты. Перешли на режим «через день», и тут выяснилось, что Элинка залетела. Это стало настоящим спасением. Потому что Леха отнесся к ее беременности и своему отцовству с благоговением и крайней осторожностью, а на седьмом месяце вообще перестал заниматься с женой сексом, чтобы не дай бог не потревожить сынишку. Не знаю, как Лехе удалось приструнить своего ретивого коня. Пара сплетен до меня долетела, ну так про кого не болтали... Элинка светилась. Потом родился малыш, подруга взяла академ, мы как-то потерялись. Встретились спустя годы. Элинка рассказала, что после рождения сына Леха укрощал свой пыл на стороне и был уверен, что следов не оставляет. Элина на эти следы постоянно натывалась, но мастерски делала вид, что ничего не происходит. Раз в неделю они по-деловому, без фейерверка, выполняли супружеские обязанности. Любовь в этом доме больше не жила, да и от секса остались рожки да ножки. Пару лет назад Леха уехал в Англию да там и остался. Изредка звонит, делает вид, что интересуется сыном. А может, так и лучше, рассуждала Элинка. Жить в вечной лжи ни у кого уже не было сил.

Мнение специалиста

Элина недооценила роль своего личного сексуального желания в отношениях с мужчиной. Она ухватилась за того парня, который считался симпатичным, престижным и качественным, но сексуально ее почти не привлекал. И оказалась в роли иностранной посетительницы итальянской trattoria - заказала то, что хвалят все, вроде пасты с соусом «карбонари» из сливок и молотого мяса, для большинства - лакомое блюдо, а для нее - слишком жирно и сытно. Женщины нередко совершают подобную оплошность - выходят замуж за «хорошего человека», за «самого богатого мужчину Кулдиги», за всеобщего любимца, за «супер-сексмашину». Для них так важно цапнуть престижного парня или не быть одной, что на отсутствие особой сексуальной тяги к партнеру они внимания не обращают. Первое время такая дама счастлива самим фактом обладания престижным призом. Она усиленно занимается с партнером сексом, чтобы удержать его. Проходит время. Он на ней женится, и жена больше не видит в сексе с ним особого смысла. Ее сексуальный накал снижается до физиологического минимума - раз или два в неделю. Его сексуальная активность кажется ей чрезмерной, хотя раз в день — это всего лишь несколько чаще средней нормы. И ее от близости с ним, как от переедания, подташнивает. И здесь Элина совершила две ошибки: занималась с Лехой сексом через «не хочу» и требовала от него «умерить пыл». Секс ради одолжения портит женское

здоровье - нет желания, нет естественной смазки, и начинаются всякие раздражения. А просьбы «делать это реже» убеждают мужчину в том, что жене он не нужен, и толкают его на поиск любовницы. И в итоге разрушается даже самая крепкая любовь. Тактика Выбирай для брака мужчину, к которому тебя сильно влечет на физическом уровне. Ведь основная цель брака - это совместные занятия сексом. Уже выбрала того, с кем - не очень? В гармоничном союзе тот, кому хочется меньше, независимо от пола, подстраивается под того, кому хочется больше, чтобы сохранить добрые, без измен, отношения. Порадуйся, что ты - не мужчина, тебе - проще. И попробуй настроить себя на секс, как на массаж - «это ни к чему меня не обязывает». Во время секса надо воспользоваться смазкой, расслабиться и ничего не делать: лежать спокойно, дышать глубоко, навстречу партнеру не двигаться. Напряжение уйдет, физиология возьмет вверх над психологией и акт окажется приятным.

Секс на театральных подмостках

ИСТОРИЯ №2

Другая моя знакомая пара с удовольствием по поводу и без засвечивала свою сексуальную мощь. Именно от них я узнала немало неожиданных мест, где можно сексуально разгуляться. Сколько было рассказано анекдотичных случаев, когда они так увлекались, что становились центром всеобщего внимания, но замечали это не сразу. Оставалось радоваться за ребят и за такую их синхронную сексуальную активность. Однажды мы пересеклись с Кирой на обеде, и за десертом разговор свернул на тему секса. Я озвучила свой восторг по поводу их дружной сексуальной озабоченности и поинтересовалась, не устает ли она от такой плотной связи. Мне показалось, что она давно хотела об этом поговорить: «Все это театр, я отлично научилась ему подыгрывать - и в жизни, и в постели». И такая щемящая грусть была в этих словах...Кира рассказала, что секс действительно есть - часто, бурно, с экспериментами и нововведениями, в разнообразных антуражах. И она к этому - «всегда готова!». Проблема лишь в том, что король на вечеринке - он и только он. Его желания и предпочтения диктуют формат и стиль мероприятия. Он знает, какого цвета будет ее белье, в какой последовательности она должна его снимать, куда ей сесть, лечь, как наклониться и что говорить в то время, пока он будет делать вот это... А что хочет она - его не интересует в принципе. Ей же и так хорошо, он это видит и на ощупь различает. В их сексуальной жизни он - барин, который допускает до себя приглянувшуюся простолюдинку и тем самым становится ее благодетелем. И думает теперь, что она, отмеченная такой благодатью, будет вокруг него скакать возбужденной козочкой и ублажать своего господина по первому зову. Что примечательно: Кира настолько органично вошла в эту роль, что ни у кого сомнений не возникает в искренности и душевности этой пьесы. И только она по завершении акта, когда в очередной раз опустится занавес и он, довольный, засопит рядышком, будет мечтать о новой пьесе, где ей дадут главную-преглавную роль... Мечтать и понимать, что в этом театре такое случится вряд ли. Здесь он и директор, и режиссер, и сценарист, и бухгалтер. Никаких условий, чтобы заявить права примадонны.

Мнение специалиста

Кирилл секс всегда проходил по сценарию и под управлением мужа, а она хотела бы сама диктовать правила игры. Кира ждет, пока ей дадут роль госпожи, а не служанки. И может прождать десятки лет, так как роли в театре жизни, как и в любом другом, получают только те, кто способен заявить о себе и настоять на своем. И если Кира так

умело притворялась и играла, что обманула всех подруг и друзей, скорее всего, она и мужа обманывала. И ее супруг пребывает в полной уверенности, будто бы дает любимой женщине все, что ей нужно. А может, считает жену пассивной и безынициативной и мечтает, как бы оказаться под властью сильной женщины или делить постель с львицей и рвать простыни в клочья! Тактика Только когда ты предложишь любимому свой сценарий сексуальной игры «Не буду так. Мне надо другое - то и это», тебе станет ясно, чего он от тебя ждет и на что настроен. Вероятнее всего, он твою инициативу с радостью подхватит. А если нет? Поругаетесь. И не один раз. Боишься скандала, ссор и раздоров? Будешь до старости чувствовать себя в постели вялой рыбицей и страдать от сексуальной активности мужа, вместо того чтобы ею наслаждаться.

Сексоголик

ИСТОРИЯ №3

Павел работает по десять часов в день, он - талантливый бизнесмен, который ухитрился подняться в нынешний сложный период, когда все падают. И всякий раз, возвращаясь домой, он действует по принципу чукчи из анекдота: «Сначала - жену любить, потом - лыжи снимать». Его жена Наталья буйному темпераменту мужа не рада - ей кажется, будто бы он не видит, с кем сексом занимается, подсунь ему резиновую куклу - разницы не заметит. И никакая сверхурочная работа у него сексуальной активности не убавляет. Отказывать ему Наташа боится: вдруг к другим женщинам отправится, нет уж, пусть на своем стадионе играет. Как только она начинает проявлять инициативу или требовать разнообразия, он психует: «Ты зачем вертишься?! Ты мне мешаешь!» **Мнение**

специалиста

Павел это делает скучно, быстро и однообразно, в сто раз хуже, чем вибратор, так как у него нет переключателя скоростей и дополнительных рукояточек. Для него это такой же способ снять стресс и напряжение, как для кого-то стопка водки или сигарета. Повышенная сексуальность - типичная черта истинных трудоголиков и карьеристов, ведь за целеустремленность и сексуальность отвечает один и тот же гормон тестостерон, уровень которого у таких парней - до макушки. И мы, женщины, это нюхом чуем, хоть на словах утверждаем, что нас привлекает исключительно «ум» или «aura власти» Наполеона, или Джона Кеннеди, или страшенького Онассиса. Некоторые из великих карьеристов отличались умением сексом не только стресс снимать, но и женщин радовать, как Наполеон. А Билл Клинтон, например, всегда действовал «быстренько-быстренько» - за что его жена ругала, и женщин выбирал по принципу «сама-сама», как Монику Левински.

Твоя тактика Придумай для него иные способы расслабления. Схвати его за шиворот, когда он потребует секса, и скажи: «Сперва - массаж!» Помассируй ему спину и плечи. Запиши его к хорошему профессиональному массажисту. Или отведи на теннис. Или в бассейн. И вне секса постоянно напоминай ему про то, что ты - живая, со своими потребностями, и тебе надо получать от мужа эротическое удовольствие. Он успокоится, перестанет заниматься любовью от нервов, ваш секс будет реже и качественнее.

Обманутые надежды, или «Сама захотела»

ИСТОРИЯ №4

Ну и, наконец, есть вариант, что твой любимый на деле оказывается ограниченным активистом. Поясню. Стоишь ты, например, на кухне, паришься над чем-то закипающим

и шкворчащим, а рядом пристраивается он и давай демонстрировать свое вожделение. Ты сначала отмахиваешься, но парень знает свое дело, и вот ты уже несешься за ним в спальню, сбрасывая по пути тряпочки. Он рухает на постель, закладывает под голову руки, устраивается поудобнее и лучезарно улыбается: «Я готов, дорогая!» И тебя обрубает. Кашу заварил он, а расхлебывать тебе. Самец-потребитель - вот ему имя. И если на заре отношений ты рада стараться и отрабатывать доверие любимого («Ты знаешь, что я люблю. Ты делаешь это как никто. Ты - самая лучшая» и т. п.), то со временем широта его души (потребления) подрежет крылья твоей сексуальной отзывчивости. Кому хочется быть Верой из «Вокзала для двоих», которая вечно «сама-сама, быстренько, сама»?.. **Мнение специалиста** Ты, дорогая, медленно бегаешь. И живешь в иллюзиях, будто бы мужчина, который привык получать, сам по себе вдруг примется давать.

Тактика

Измени ситуацию. Раз уж решилась на секс - беги быстро, падай на кровать первой, закладывая руки за голову и лучезарно улыбайся: «Я готова, дорогой! Ты знаешь, что я люблю! Ты делаешь это лучше всех!» И пусть он отрабатывает твое доверие. Мужчина - огонь, женщина - хворост, и эту истину еще никто не отменял. Если он не справится - что ж, в следующий раз сто раз подумает, прежде чем жену на кухне соблазнять, и будет действовать исходя из того, каким является, а не из того, кем хочет казаться, и секс ваш будет качественнее, а твоя жизнь - спокойнее. А захочет полежать на спинке - попросит тебя быть активной, и решение останется за тобою.

Самая короткая

ИСТОРИЯ № 5

Василий выполняет супружеский долг три раза в неделю. Для Ларисы и три раза много, так как у нее нет сексуального желания. Ей хочется вечером спать, а не любить мужа.

Мнение специалиста

Ларисе не хочется секса с Василием, потому что у нее низкое либидо - такой она родилась. И минимальная усталость, тревога и заботы его полностью заглушают.

Тактика

Перенеси секс на утренние часы или на выходные дни. Не вкалывай на кухне и по дому - щади себя. Ешь больше шоколада и белковой пищи (молочное и мясное) - они повышают производство половых гормонов. Читай дамские романы и женскую эротическую прозу. Проконсультируйся с мужем у сексолога.

Секс - занятие веселое и необременительное, не устраивай из него шекспировскую драму - попробуй с мужем разное, и вы непременно найдете что-то новое и волнующее для вас двоих. Если тебе невмоготу сегодня заниматься сексом - не укладывайся с видом страдальцы на кровать. Скажи партнеру: «Отложим до завтра, когда я буду в лучшей форме!» Как истинная женщина, ты будешь пытаться изменить своего любимого. И у тебя это вряд ли получится. Тогда ты изменишь свое отношение к нему и научишься любить не придуманный тобой образ, а того, который рядом. И твой мужчина из ответной любви и благодарности подстроится под тебя. И ты получишь то, что хотела.