

## Языки сексуальности

[Статьи / Секс, сексуальность](#)

От автора: Журнал "Счастливая семья", № 4, 2010

На сегодняшний день говорить о сексе достаточно легко и просто. Благодаря обилию научной и популярной литературы, различных просветительских книг для школьников и даже дошкольников (например, «Откуда я взялся»), сексуальная жизнь вышла из темного подвала забвения и заняла свое место среди других аспектов человеческого бытия. Казалось, теперь эта сфера отношений уже не должна вызывать никаких затруднений у супружеской пары.

Но, к сожалению, приходится констатировать, что с областью сексуальных знаний происходит то же, что и с другими: наличие знания самого по себе не предполагает автоматического владения и использования его на практике. Так, всех детей учат в школе математике, химии и физике. Но не все из них во взрослом возрасте способны планировать бюджет, не лить во время пожара воду на провода под напряжением, не «перебирать» спиртного – хотя ведь учили, во что окисляются спирты...

Что же тогда говорить о сексуальных знаниях? Многие не считают их важными или думают, что на эту тему не стоит рассуждать, а нужно просто действовать. Возможно, в юности, в возрасте экспериментирования, эта идея имеет право на жизнь. Но попробуем поговорить о взрослой сексуальности, о том, что важно для стабильной и долго живущей вместе супружеской пары. В отличие от временных и краткосрочных союзов, супружеская пара живет по другим законам. И незнание этих законов, к сожалению, не освобождает от ответственности...

В своих многочисленных публикациях Д.С. Валлерстайн, автор ряда книг по проблемам супружества, много внимания уделяет психологическим задачам брака. Первая задача обозначена как эмоциональное отделение себя от семьи своих родителей или от первого неудавшегося брака. Вторая задача семьи – это создание психологической общности, представляющей собой «супругов вместе», а не каждого из них в отдельности. Третья задача описана Валлерстайном как *«создание полноценных и приносящих радость сексуальных отношений и защита их от вторжений со стороны обязательств, связанных с выполнением домашних и иных работ»*.

Таким образом, сексуальные отношения – это один из краеугольных камней счастливого супружества. Ведь именно в этой сфере мы все являемся наиболее уязвимыми. Ревность, измена, фантазии о том, что меня уже не любят – все это усиливает напряжение в паре. Тонкая паутинка отношений, связывающая влюбленных, может трансформироваться в прочный канат стабильной эмоциональной и сексуальной привязанности или порваться, не выдержав испытаний.

У сексуальных отношений существует множество аспектов. Один из важнейших – это их язык. Вспомним крылатое латинское выражение «Nomen est omen» – имя говорит само за себя, или его вольный русский аналог «как вы лодку назовете, так она и поплывет». Тот язык, который вы используете для описания сексуальных контактов, то, как вы говорите с партнером на сексуальные темы, является отражением вашей субъективной, внутренней сексуальной реальности. Она находится во взаимосвязи с внешней, объективной реальностью. Эти реальности взаимовлияют и взаимопроникают друг в друга. Отсюда первый, важнейший тезис: изменение языка описания может привести к

изменению качества сексуальных отношений.

Но как определить, на каком языке сексуальности вы говорите? Проведем небольшой тест. Вспомните какой-нибудь момент, который вы можете определить как относящийся к сексуальным отношениям. Это может быть воспоминание о Вашем собственном опыте, сцена из фильма или книги. Постарайтесь подробно описать происходящее. Вначале только факты: что и как происходит. Затем Ваши мысли – что Вы об этом думаете. После этого – время для Ваших чувств и переживаний.

А теперь подумайте: эта картинка вызвала возбуждение? Интерес? Радость? Удовольствие? Стыд? Или вину? А, может быть, Вы решили: такой ерундой заниматься не стоит, есть дела поважнее. Тогда отложите этот текст в сторону – мы все знаем о последствиях учебы из-под палки, и если Вам кажется, что эта тема неважна или Вы давно все знаете о сексе, она не принесет Вам никакой пользы.

Если Вам удалось завершить тест, попробуйте проанализировать ваши фантазии с точки зрения языка, который Вы использовали для описания предложенной темы. О сексе можно говорить по-разному, поэтому кратко охарактеризуем разные языки сексуальности.

**1. Детский язык.** Это самый первый язык сексуальности, который мы усваиваем в раннем детстве. Ведь «sex» - это пол, и первые обращенные к нам слова содержат отсылку к нашей половой принадлежности. «Ой, кто это у нас такой хорошенький мальчик», «Какая у нашей девочки сладкая попка, сейчас мы ее помоем», «Посмотри, настоящий мужичок, как громко кричит» и т.п. Все мы родом из детства, поэтому этот язык широко распространен в супружеском взаимодействии.

Детский язык предполагает использование уменьшительно-ласкательных форм при описании сексуальных отношений. Также для партнеров характерна имитация родительских вопросов: «И чем это мы хотим сегодня позаниматься?» «Наш мальчик соскучился, сейчас мы его пожалеем и приласкаем». Этот язык еще называют женским, потому что чаще на нем говорят о сексе именно женщины.

Пары, использующие «детский» язык, бывают очень нежными друг с другом. Для обозначения сексуальных действий, половых органов и своих желаний они используют в своей речи эвфемизмы (от греч. εὐφῆμη — «благоречие») – нейтральные по смыслу и эмоциональной нагрузке слова или выражения для замены считающихся неприличными или неуместными. В таких парах много нежности, но иногда не хватает «канала» для выражения «грубых» желаний, агрессии и сексуальных фантазий.

**2. Медицинский язык.** Этот язык часто используют образованные пары, которым проще использовать общепотребимые медицинские термины, чем пытаться говорить на каком-то другом языке. Однажды я консультировала супружескую пару, которая с серьезными лицами, более уместными на хирургической операции, рассказывала о «сложности пенистрации в ситуации, когда пенис недостаточно эрегирован»... Этот язык хорош, когда нужно быть максимально нейтральным или сдержанным, если не очень ясно, что чувствует партнер. Однако пары, которые пользуются только этим языком, выглядят слишком холодными и рациональными. Представьте себе предложение партнера: «Мы сегодня будем совершать коитус?» или «Я уже испытала оргазм, можешь эякулировать». Для некоторых это вполне приемлемо, для других – слишком сухо и официально. Сексуальная жизнь таких партнеров может стать весьма формальной из-за недостатка выражения чувств и эмоций.

**3. Ненормативная лексика**, или язык мата. Это – «мужской» сексуальный язык. Несмотря на архаичную глубину и сакральность мата, признанную рядом серьезных исследователей, он остается табуированным в официальных контактах и в повседневном общении. Смысловая многозначность матерных слов объясняет инверсии, то есть перевероты значений. Священное (первопричинное) является одновременно и божественным, и опасным, и непристойным. Мат появился и проявлялся в священных контекстах, охраняемых системой запретов и табу. Вспомните: не произноси имя Господа всуе. Это тоже табу на использование слова, носящего сакральный смысл.

Ряд дошедших до нас культов был посвящен различным вариантам «Хиерос гамос» (ритуальных совокуплений). Яркую иллюстрацию отголосков подобных культов мы видим в романе «Код да Винчи» Дена Брауна, в фильме «С широко закрытыми глазами» Стенли Кубрика. Из истории Древнего мира мы знаем о фаллических культах, которые обожествляли мужской и женский половой органы в контексте плодородия земли и человека. Таким образом, мат тесно связан с сексуальностью.

Матерная терминология в контексте анализа сексуальности обычно упоминается в негативном контексте, с указанием на вульгарность и низменность использования таких слов. Однако многие пары используют ненормативную лексику «в постели» - для дополнительного удовольствия от вкуса запретного плода, для упоения из-за нарушения табу. Этот язык характерен для интеллигентных пар, которые в обычной жизни не используют такую лексику. Он позволяет выразить запретное, свободно обращаться с агрессией. Но если пара употребляет только такой язык, ей может не хватать нежности и интимности.

**4. Метафорический язык.** Этот язык позволяет использовать прекрасные поэтические образы для описания половых органов и сексуальных действий. «Нефритовый стебель», «яшмовые ворота», «цветок любви», «касание крыльев мотылька»... Этот язык может быть возвышенным, он может в символической форме «шифровать» и описывать желания и фантазии. Образцом может служить куртуазная лирика и поэзия, отражающая страсть, любовь и желания в утонченной и галантной форме. Такой язык используют романтические пары, сохраняющие нежность и интерес друг к другу на протяжении для длительного времени. Однако пары могут и «огрублять» свои отношения, используя в качестве метафор аналогии с производственными процессами, действием механизмов, взаимодействием животных и т.п.

В популярной сексологической литературе аксиомой является тот факт, что не существует адекватного языка для описания сексуальных отношений. Некоторые пары придумывают собственные названия для различных аспектов сексуальных отношений, и этот «код», понятный только двоим, позволяет создать ощущение таинственности. Некоторые экспериментируют с языком, используя в различных «пропорциях» перечисленные нами способы говорить «об этом». Некоторые умеют просто и красиво говорить о любви и сексе, ясно выражая свои желания и не становясь грубыми и ли банальными...

Отсюда следует второй важный тезис: не забывать, что нужно разговаривать о сексе – до, во время и после. Сексуальный язык позволяет обсудить предпочтения и фантазии, «просигнализировать» партнеру о степени адекватности понимания желаний друг друга, а также обсудить сексуальное взаимодействие, рассказать о своих переживаниях и чувствах, и, конечно, поблагодарить друг друга.

Итак, мы уже упоминали, что изменение предпочитаемого вами языка для описания сексуальных отношений может изменить сами отношения. Отсюда последний, третий

тезис – сами отношения супружеской пары на протяжении жизни меняются. От страсти первых месяцев или лет супруги могут перейти к периодам «холодной войны» и холодного супружеского ложа. Иногда они играют в игру «давай сделаем вид, что секс нам давно не интересен» Они играют в нее до тех пор, пока не обнаруживается, что кто-то из них притворялся, удовлетворяя свой интерес в другом месте. Иногда они решают, что для супругов достаточно того, чтобы быть хорошими родителями... Но сексуальные отношения при этом увядают и умирают, погрывая под собой и все здание, называемое «брак».

Приведу пример из романа Милана Кундеры «Бессмертие». *«Час ночи, Аньес и Поль раздеваются... Они уже давно не смотрят друг на друга... Супружеская постель: алтарь супружества; и кто говорит «алтарь», тем самым говорит «жертва». Здесь один приносит себя в жертву другому...»*

*...ибо вся их совместная жизнь (уже более двадцати лет совместной жизни) основана на иллюзии любви, иллюзии, которую оба заботливо пестуют и оберегают...*

От таких отношений веет скукой и тоской. А ведь никто из нас в юности не мечтает провести большую часть жизни подле человека, к которому ничего не чувствуешь, с ощущением жертвенности, которая никому не нужна... Однако супруги боятся говорить о том, что их не устраивает, боятся стать предателями молчаливого заговора об «идеальной семье» - пока кто-то не срывается и не становится слишком поздно...

Если Вы хотите сохранить сексуальные отношения свежими, волнующими и приносящими радость – не нужно прятать их в консервную банку. Они нуждаются в регулярном обновлении, и для этого не обязательно заниматься экстремальным сексом, переодеваться, худеть или менять весь стиль вашей жизни. Начните с простого – с языка. Если Вы используете всегда только один язык, или один способ говорить о сексе – попробуйте поэкспериментировать. Попробуйте говорить о сексе так, как Вы никогда не говорили о нем до этого дня. Внесите что-то новое – и Вы обязательно получите удивительный результат.

Наше сознание органически связано с возникновением и развитием языка. Все, что есть в сознании, может быть выражено словами. Важно и обратное – все, что выражается словами, появляется в сознании. И если человек знает, что успех его супружеской жизни во многом зависит от удовлетворенности сексуальными отношениями, он может вкладываться в эту сферу так же серьезно и ответственно, как и в зарабатывание денег, заботу о детях, поддержание порядка в доме... Именно за закрытой дверью супружеской спальни пара обретает свою целостность и подтверждает свою уникальность. И, помимо языка тела, языка подарков и знаков, языка намеков важно использовать ваш собственный, понятный только для Вас язык, позволяющий давать и получать радость, удовольствие, разрядку, нежность и страсть.

Этому нельзя обучиться по самоучителю. Только в совместном процессе Вы как пара можете создать, со-творить свой личный сексуальный язык. И вы увидите, как расцветает новыми красками жизнь. Потому что «вначале было слово», и, изобретая свой новый мир, вы должны найти эти правильные для вас слова...

**Наталья Олифирович**

Опубликовано на сайте: 13 июня 2010, 3347 просмотров