

18+

Лариса Сулова



**ЗАПИСКИ
УСТАВШЕЙ
ФЕМИНИСТКИ**

Лариса Суслова

Записки уставшей феминистки

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=51326764

ISBN 9785449829740

Аннотация

Если вы – женщина, то наверняка сталкивались с противоречивыми требованиями, предъявляемыми к женщинам нашим обществом. В чём же причина такого положения дел? В данной книге найдётся ответ на этот и многие другие вопросы. Исторические корни женских ролей в обществе, жизненные выборы, которые приходится делать каждой, формирование собственной личности под шквалом двойных посланий социума, разнообразные мифы о женской сексуальности – вот лишь краткий перечень проблем, освещённых в этом сборнике. Книга содержит нецензурную брань.

Содержание

Предисловие	5
Секрет гармонии в семье	8
Разговор с воображаемой дочерью или «Кто на свете всех милее?»	11
Поддержка. Миссия не выполнима?	14
«Мой не такой» как социально-психологический феномен адаптации в патриархате	25
Внутренняя мизогиния: разные лица, одна сущность	48
Две истории Открывающей двери (в соавторстве с Любовью Кононовой)	53
Красота как социально-экономический конструкт контроля над женским	59
Уязвимость в патриархате сыновей	66
Серия очерков «Мифы о женской сексуальности» Часть 1. Истоки мифов и их последствия	70
Часть 2. Девственность	80
Часть 3. Менструация	88
Часть 4. Мастурбация	95
Часть 5. Женская грудь	104
Конец ознакомительного фрагмента.	107

Записки уставшей феминистки

Лариса Сулова

Иллюстратор Любовь Геннадьевна Кононова

© Лариса Сулова, 2020

© Любовь Геннадьевна Кононова, иллюстрации, 2020

ISBN 978-5-4498-2974-0

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

Предисловие

Я родилась во времена заката СССР. Помню похороны Андропова по телевизору, даже цветному. Моё отрочество пришлось на крах Союза и всего вокруг. Талоны на сахар и сигареты помню. Штопанную, перешитую одежду, в которой ходила в школу ещё моя мама, обувь, которую носила моя бабушка, и ты носи, аккуратно. Сейчас смешно вспоминать, но джинсовая юбка, которую мне так и не купили, была пределом моих мечтаний. Много изменилось в моей жизни за прошедшие десятилетия.

Пожалуй, не изменилось лишь одно – усталость. Огромная усталость от собственного бессилия. Она наваливается временами и сверху, и будто изнутри. Тогда мир выцветает, я смотрю на него будто из аквариума. Толстое-претолстое стекло отделяет меня от мира, который мне только снится. Хочу проснуться и не выходит.

Я знаю, что это нужно просто пережить. Одно но – с каждым годом всё сложнее и сложнее выйти из этого аквариума каждый раз, как я там оказываюсь. Другое но – я верю, что у меня получится это сделать и в этот раз. Ведь не впервой.

Пару лет назад одна моя подруга спросила, не хочу ли я писать что-то не только в кулуарном чате для приятельниц. «Ты так интересно рассказываешь!» – сказала она. Я удивилась. Ведь обычно мои попытки поговорить о проблемах

женщин с женщинами же заканчивались одинаково – если не окончанием отношений с ними, то установлением значительной дистанции. Кому же приятно обсуждать то, что изменить никак нельзя вот прямо сейчас, что вызывает волну отрицания, гнева, попыток поторговаться, глухую стену «самадуравиновата»? Но может быть просто пришло время? И я покивала. Так родился проект поддержки женщин «Сестринство».

В этой книге собраны эссе, статьи и зарисовки о женщинах и для женщин, написанных мною на протяжении последних лет. Я писала их без особой цели, по мотивам разговоров и впечатлений текущей жизни, но памятуя о том, как мне не хватало чего-то подобного, собранного в небольшую книжицу, в юности.

Ведь я видела, чувствовала и переживала то, что описывали теоритекессы первой и второй волны феминизма, но найти подтверждения своим мыслям не могла. Все вокруг убеждали меня в том, что это я бракованная, негодный товар, и пойму всю глубину моих ошибок, может быть, когда и если поумнею. Теперь я знаю, что со мной, как и со многими миллионами женщин, всё в порядке, но окружающий ад патриархата пытается убедить нас в обратном в самого рождения. Не дайте этому случиться, дорогие сёстры.



Сестринство

Секрет гармонии в семье

Как-то раз услышала феерическое. Рекомендация по сохранению мужа в семье звучала так: «Мужчина должен выходить из дома с полным желудком и пустыми яйцами».

Разумеется, ответственность за качество этих манипуляций возлагалась целиком на женщину как «хранительницу очага», и должно было обеспечить стабильность этого самого очага и всего, что вокруг. Первая мысль была, что такое мужчины придумали и распространяют, дурят голову наивным девушками. Нет, услышала я, женщины тоже так говорят!

И до меня дошло. Конечно же, очень страшно, что однажды всё, во что ты вкладывалась годами своей единственной жизни, рухнет. Очень страшно. А так есть надежда. Нужно лишь качественно наполнять желудок и опустошать яйца. Главное не перепутать. А коли не смогла, так что ж. Найдём другую желающую поиграть в эту увлекательную игру «Удержи мужчину».

И вот что хочу сказать и таки скажу. Все эти желудки и яйца – иллюзия контроля над мужчиной, над совместной как бы жизнью, как бы отношениями. Никакие борщи и минеты не сделают из подонка героя, а зрелого эмпатичного партнёра не сделают тем более.



Секрет гармонии в семье

Кроме того, всегда можно сказать, что борщ недостаточно наваристый, а минет недостаточно глубокий, и сама ты какая-то «нетакая», перед друзьями стыдно. И ариведерчи. Ведь мужчина по умолчанию хозяин своей жизни, и, видимо, женщины, которая в этом случае лишь удобное приспособление для жизни мужчины. А не хочешь быть удобной – на тебя выльют тонны дерьма, расскажут про сорок кошек и стакан воды.

Что будет, если женщины откажутся быть удобными, начнут вкладываться в себя, поддерживать подруга подругу? Я хотела бы увидеть такой мир. А ты?

Разговор с воображаемой дочерью или «Кто на свете всех милее?»

Во френд-ленте промелькнуло: *«Мама, а почему у животных самец всегда красивей самки, а у людей самка красивей самца?»* Озадачила меня пятилетка. А вы бы что ответили?

Пожалуй, мой ответ был бы таким. У животных вся жизнь подчинена репродукции, рождению и воспитанию потомства, воспроизведению себе подобных. И зачастую именно самка выбирает самца для этого. У разных видов животных есть разные ритуалы ухаживания. Даже если самец и самка выглядят почти одинаково, самец пытается выделиться чем-то другим, например силой, голосом или способностью станцевать прекрасный танец.

А люди, как ты знаешь, гораздо сложнее. И понятие «красоты» не имеет к репродукции напрямую ни малейшего отношения. Для мужчин и для женщин существуют совсем разные стандарты относительно их внешности, приемлемые большинством.

Почему же, спросишь ты? Потому что женщина лишь относительно недавно стала рассматриваться как человек вообще. Да, ещё лет сто назад твоё рождение, дочка, было бы разочарованием, ведь твой папа ждал бы наследника, сына.

Здорово же, что это изменилось? Я очень рада этому.

Понятие «красоты» применяется к женщинам, чтобы подчеркнуть их роль как объекта для украшения жизни мужчин. Да, именно так. К сожалению, тут ничего не поменялось. Ты будешь наследовать имущество наравне с твоим братом, но его скорее похвалят за смелость, решительность и острый ум, а тебя за то, что ты умница и красавица.

Да, бабушка так и делает. Да, мне это тоже не нравится. Но бабушку мы не переделаем, правда? Другой нет, мы любим эту. А ты очень умная, смелая и решительная девочка. Эти черты тебе замечательно подходят. И ты прекрасна и достойна любви и уважения в любом случае, как бы ты не выглядела. А какой тебе быть внешне, ты сама разберёшься, когда вырастешь, не слушай никого. Да, даже меня не слушай. Слушай только себя.



Как сложно бывает с тобой оставаться собой (Женщина сопротивляется идеализации и объективации)

Поддержка. Миссия не выполнима?

Тема поддержки резонирует сейчас очень сильно в достаточно рафинированном сегменте сети. Как правильно сочувствовать, не обесценивать, помочь близким в сложной жизненной ситуации – об этом написаны тонны статей уже. Чем больше мелькает вокруг меня это многообразие правильного и взвешенного реагирования, тем больше ощущаю, что теряю опору. Нет, даже не так. Я уже не чувствую живых эмоций в ответ, когда получаю очередную правильную реакцию на мою эмоциональную реплику. Я чувствую подвох, словно нужные слова выучены и выдаются по требованию. А за ними ничего нет.

И я начинаю чувствовать себя странно, когда выдаю в ответ на печальную историю: «Да, понимаю тебя, мне это близко, сочувствую». Правильные слова, а что за ними? Я в шоке? Я в страхе? Я в злости? Мне давно всё равно, этих историй я слышала сотни и сама могу рассказать и покруче? Не видать. Ничего не видно за фасадом правильной реакции. Когда спонтанность как мера эмоциональной близости вдруг оказалась заменена правилами? Мне удивительно, правда. При этом правила я уважаю, на красный не езжу, например. Мне странно, когда я не могу сказать подруге: «Знаешь,

я беспокоюсь за тебя. Ты уверена, что поступаешь разумно в этой ситуации? Какие варианты ещё ты рассмотрела?» Как можно, это ж не поддержка. Это просто моя тревога, а это уже мои личные тараканы, идите к психологу, учите тему про здоровые границы.

А когда очередной Армагеддон случился, то сказать нельзя: «Мне очень жаль, что всё пошло по этому пути». Это ж критика завуалированная. Как можно. Надо поддерживать. Говорить подбадривающие слова, от которых у меня лично уже мозги в трубочку свернулись, поддерживать, когда принимаемые женщиной решения ведут прямым ходом в очередной круг ада.

И особенно тяжело, когда кризисы затягиваются на годы. Разрушенные и обескровленные жертвы начинают искать поддержки во вне. Если повезёт – найдут. И тут начинается самое интересное. Слегка оправившись, они с радостными возгласами отправляются в новую жизнь? Как бы не так. Потому что дети, потому что ипотека, потому что некуда идти, плюс созависимость, плюс иллюзия контроля над ситуацией (иллюзия своей силы может быть почти психотического уровня гипомании после различных тренингов или практик) – и всё возвращается на круги своя. А ты ж подруга? Значит должна поддерживать. Кстати, нет, не должна. Никто не обязана быть ничьим бездонным контейнером.

Одна моя подруга очень ярко высказалась по этому поводу: «Вот кто-то ест дерьмо. Практикует регулярно. Демон-

стрирует избранным. Это просто стиль жизни. Но дерьмо называет... Дерминзио, например. И от этого не все узнают в дерьме дерьмо, особенно если не чувствуют запаха. А слышат, только как громко и завлекательно рассказывается о личном осознанном выборе. Что это карма, это путь принятия себя. И вот есть я. Я много раз говорила, что дерьмо – это дерьмо. Иногда мне казалось, что я убедила человека это не есть. Но все напрасно. И теперь я просто сижу, наблюдаю и молчу. И думаю: а что я здесь делаю?»



Не замечая, что тонет, женщина продолжает вести свой бумажный кораблик через шторм

Я тоже часто задаю себе этот вопрос. Что я делаю, когда пишу поддерживающий комментарий над печальным постом? Что я делаю, когда говорю: «Ты сможешь, у тебя получится»? Не обманываю ли я себя и её? Я часто называла дерьмо – дерьмом и отказывалась принимать участие во всеобщем пире, но это ведь слишком радикально, не так ли? Веками жрали, а ты отказываешься? Дюже умная, что ли? А ещё бывает прекрасное, с другой стороны. Как же общечеловеческие, так сказать, ценности? Взгляд с разных сторон? Уж не эгоистка ли ты, милая моя? Как ты смеешь быть такой живой и неудобной?

И тут у меня опускаются руки. И мне приходится, как ни смешно, придумывать правила, исключительно для себя. Они просты: «Видишь душевное дерьмо – отойди». Да, именно так. Не бросайся его убирать. Объясни ребёнку, что не надо это трогать. И ещё: «Я не ответственна за всё душевное дерьмо этого мира». Я могу не продуцировать новое сама. А окружающие... Кому-то, наверное, жизнь без такой специи кажется пресной.

Но иногда не получается отойти, каюсь. Иногда, когда родственница или подруга обращаются с прямой просьбой о помощи, приходится хорошо взвесить свои возможности и начать помогать. И ещё раз, и ещё. И мне пришлось выработать некие правила безопасности для себя, которые, возможно, помогут и вам, если вы окажитесь в роли «руки да-

ющей». Вот эти правила.

1. Помощь оказывается лишь при избытке собственного ресурса, это основное условие, не на волне «отвлекусь от своих проблем», категорически нет. Очень важно осознавать мотивы своего желания помочь. «У меня ещё ничего так, вот кому гораздо хуже», – очень скользкий путь, не стоит на него ступать.

И уповать на ответную благодарность не стоит никогда. При длительном абьюзе психика жертв меняется очень сильно, рассчитывать, что один-два-десять душевных разговоров что-то радикально изменят в ситуации в высшей степени наивно.

2. Условия предоставления помощи, если они выражены требованиями изменить свою жизнь прямо сейчас и радикально, недопустимы. Например, «разводись, тогда буду помогать тебе с детьми» – это шантаж. Жертва может менять свою жизнь только сама, по собственному разумению, а помогающая сторона может лишь предложить ресурс для этого.

И будьте готовы, что впоследствии получившая помощь может считать, что справилась совершенно самостоятельно, отрицая ваш вклад в разрешение ситуации. На этом пункте уже желания помогать всё меньше? Отлично. И неужели никогда нельзя поставить условия оказания помощи? Конечно.

но же можно, но только для себя, исключительно для себя. Об этом следующий пункт.

3. Решить для себя кому и в каком объёме оказывается помощь. Будет ли это только информационная и эмоциональная поддержка в тематических группах в сети или я могу оказывать её лично? Поддерживаю ли я всех женщин в тяжёлой жизненной ситуации или какие-то группы для меня лично поддерживать невозможно? Если мои близкие женщины обратятся ко мне, то на какие неудобства я готова пойти ради них (ночные звонки, поездки к ним, поддержка деньгами, своим временем и прочее)? Разные ситуации бывают, никто не обязана принимать и поддерживать всех. Главное понимать свои ограничения и чётко их себе же озвучивать, если ситуация выходит из-под контроля.

4. Оставлять за собой право отказать в помощи при изменении собственной ситуации, в частности ресурсности. Вы можете заболеть, у вас могут быть личные сложности. Вы не обязаны оправдываться, достаточно просто озвучить вашу ситуацию. И тут вполне можно получить много агрессии в ответ, тогда её нужно спокойно выдержать, показывая этим, что вы не разрушаетесь от чьего-то недовольства.

5. Можно говорить о своих чувствах касаясь ситуации и поступков действующих лиц. Обвинений стоит избегать,

конечно, но изображать радость, если на самом деле охота биться головой об стенку, не стоит. Главное спокойно говорить о своих чувствах, как позитивных, так и негативных.

А вот тратить свои нервы на обесценивающих вашу деятельность точно не стоит. У них же всё хорошо? Раз имеют время и желание рассказать вам, чем стоит заняться, кому помогать стоит, а кто перебьётся. Вот пусть своё хорошо и несут в массы, но мимо вас. Вы сами разберётесь, кому помогать и с какой целью.

6. Можно рассказывать о возможных вариантах действий или бездействий в ситуации, исходя из интересов женщины. Именно самой женщины, не её семьи, не её детей. Зачастую жертвы настолько сильно идентифицируют себя и свою состоятельность с довольством окружающих, то сами не способны отделить себя от них.

Границы женщины, пребывающей в длительном абьюзе, могут быть настолько размытыми, что даже многочисленные вопросы о том, что же она сама хочет, могут остаться без ответа. «Чтобы всем было хорошо», – частый лейтмотив созависимых отношений. На осознание того, что хорошо всем не будет, так как имеет место конфликт интересов, могут уйти годы. Среднее количество попыток выхода из абьюзивных отношений – десять, и, к сожалению, до радостного финала можно просто не дожить.

7. Обращаться только ко «взрослой» части личности, задавая вопросы и уточняя ответы. Да, эта часть может быть совсем даже не развита, задавлена эмоциональными импульсами, потребностью в безусловном принятии, стыдом, виной, страхами, но, постоянно обращаясь к ней, помогающая сторона из позиции «заботливый родитель» постепенно переходит в позицию «другая отдельная личность». Этот опыт поможет постепенно выстроить границы самой жертвы.

8. Рефлектировать свои чувства постоянно при общении с нуждающимися, задавать себе вопрос: «Что я чувствую сейчас?» – и честно на него отвечать. Это якорь безопасности, так как жертвы научаются очень хорошо потреблять окружающих, чтобы выжить, а ресурс относить своему абьюзеру. Можно попасть в ситуацию, когда помогающие косвенно будут поддерживать этот порочный круг, будучи донорами ресурса.

При появлении вины, стыда, презрения и даже гнева, стоит сделать паузу и осознать их появление. Если нуждающиеся покажутся вам недалёкими, глупыми, неблагодарными, если ваши действия имеют цель не реальную помощь, а необходимость лучше выглядеть в собственных глазах, то стоит остановиться и окинуть взглядом всю сцену, осознать свою роль в ней. Что я делаю в этой ситуации, если рассчитываю на благодарность и правильное поведение от тех, кому сейчас очень тяжело, чья личность, возможно, значительно раз-

рушена? Скорее всего, я просто упрочаю своё чувство значимости за счёт других, кому повезло меньше, чем мне. Возможно прямого вреда жертве это и не принесёт, но, есть вероятность, надолго заставит её остаться в «просящем» положении, ведь взять взрослую ответственность за свою жизнь бывает очень сложно.

9. Вовремя увидеть ограниченность своих возможностей и выйти из ситуации по возможности без собственных потерь. Одна из тех потерь, которую очень сложно пережить, это потеря смысла. Вот я говорила, писала, тратила своё время, деньги, силы, эмоции и что? И опять они живут душа в душу, всё хорошо, ждут очередного ребёночка (берут очередной кредит, уезжают в деревню, подальше от её родных и подруг – пусть вам фантазия подскажет). Ваш опыт говорит, что дальше будет хуже, но сейчас имеется видимость обычных семейных отношений?

Сделайте шаг назад. Оставить нормальные отношения с женщиной важнее, чем доказать ей свою правоту. Если она будет уверена, что сможет обратиться к вам в случае ухудшения ситуации, что вы не вывалите на неё с порога обвинения в её неправильности, то это уже будет прекрасный результат вашей поддержки.

При потере смысла, когда «всё напрасно», обесцениваются собственные вложения и в следующий раз вам уже будет сложнее протянуть руку помощи. Поэтому я научила себя

видеть даже небольшие изменения в женщинах, в их личности, даже если радикально ничего не поменялось, и расценивать это как положительный результат. Это такая «терапия маленьких шагов». Иногда лишь через много лет становится очевидным, что именно тогда зародились первые вопросы, ответы на которые будут найдены уже ею самой, и именно они приведут к выходу из тупика.

И в конце скажу немного о своих мечтах. Я очень хотела бы, чтобы группы взаимной женской поддержки, а также психологические группы, семинары и ретриты, не превращались лишь в станции энергоподпитки, которыми зачастую они и являются, после посещения которых женщине просто было бы не так тошно от окружающей её реальности, ровно до следующего сеанса подзарядки, между которыми её продолжают с хрустом пожирать родные и близкие.

Без феминистической оптики практически невозможно создать иные формы поддержки женщин. Патриархальный взгляд на женщину как на ресурс для жизни людей по умолчанию – мужчин, и детей, как продолжения этих мужчин, глубоко упрочен и в среде помогающих профессий, и в разнообразных группах поддержки. Что мы можем противопоставить этому в качестве противовеса? Каждая найдёт свой ответ.



Женщина ищет удачу в море черноты

«Мой не такой» как социально-психологический феномен адаптации в патриархате

В любом обсуждении какой-либо злободневной темы, будь то разнообразное насилие по отношению к женщинам, неравномерное распределение репродуктивного, то есть бесплатного, труда и даже под полными болями и страдания личными рассказами женщин всегда отыщется та, кто выступит со знаменем, на котором пылающими буквами горит: «Мой не такой». Иногда это заявление сопровождается советами женщинам, как правильно обращаться с мужчинами, чтобы те вели себя как-то иначе. Иногда защитницы начинают говорить об общечеловеческих интересах и что «не все мужчины такие», как описано в посте. А иногда просто звучит контрольный выстрел: «С настоящей женщиной так никогда не поступит настоящий мужчина!» И на этом, в целом, становится понятно, что любые логические доводы бессильны прорвать паутину когнитивных искажений и психологических защит.

Такая женщина живёт в своём мире, где стать настоящей, видимо сейчас она поддельная какая-то – главная задача женщины, что магическим образом решит все остальные и её, и общечеловеческие проблемы. А не выходит, так

плохо старалась, значит, сама виновата. Ведь плохое случается лишь с ненастоящими женщинами, какими-то другими, заслужившим это. Любые доводы, что мужчины ведут себя так, как отражено в печальной статистике просто потому, что могут и хотят, не находят понимания. Нет, мой не такой. Он не может. Не может мочь и не может хотеть. Да, я уверена.

Когда я слышу, что «мой не такой», то испытываю сложные эмоции. И первый вопрос, на который очень хочу получить ответ, звучит так: «Зачем?» Зачем так хочется рассказать остальным, что тебе повезло больше, а они просто неправильно выбирали? Выбрали неправильную семью, в конце концов, для рождения, социальный слой, социальное окружение. Выбрали неправильного мужа, который, как только семья встречается с трудностями, так сразу «рекламная акция закончилась» и реальная жизнь началась. Выбрали неправильных родственников, коллег по работе, соседей по подъезду.

И я сама себе отвечаю. Потому что очень хочется себя убедить в этом. У меня такого нет. Мне повезло. Я в безопасности. И ещё раз убедить себя в этом. И ещё. Потому что где-то очень глубоко грызёт червячок сомнений, а может это уже и не червячок вовсе, а настоящее драконище. И это драконище регулярно пожирает или просто уничтожает огнём что-то очень живое в собственной душе. Кому же приятно наблюдать пепелище или открытые раны своей души? Нет, пожалуй стоит запереть эти пространства подальше, там, где

никто их не увидит, даже сама женщина.

А бывает с другой стороны подвох, откуда не ждёшь. Когда основные конфликты внутри и снаружи уже разрешены, когда женщина вполне самостоятельна и самодостаточна, когда уже нет необходимости убеждать себя в том, что «был бы милый рядом», во весь рост может встать вопрос самоидентификации. Как я определяю себя? Какие категории являются частью меня?



Женщина обнаруживает, что, без мужчины рядом, она не целая

И тут, сюрприз, зачастую оказывается, что одна из самоидентификаций женщины – наличие рядом не абы какого, а именно «не такого» мужчины. Женская гендерная социализация предписывает идентификацию себя посредством «качественного» (или уж какого повезёт) мужчины рядом. Эта неразрывность с мужским образом, пусть даже внутри собственной личности, играет злую шутку с женщинами, делая крайне сложным процесс построения, присвоения себе субъектности, ведь женщина продолжает смотреть на себя глазами мужчины. Подробнее этот механизм описан в эссе «Мой Пигмалион».

В чём же подвох, спросите вы? Да в том, что смотреть на идеализированного персонажа своей сказки конечно приятно, но не всегда разумно, а иногда просто не безопасно. Реальные люди не всегда вызывают восторг, согласна. Видеть реальных людей, слегка или довольно сильно покалеченных гендерной социализацией, бывает не очень приятно, но что поделать, других пока не выросло.

Конкретный мужчина вполне может быть безопасен для конкретной женщины, спору нет. А вот безопасен ли он для всех женщин – большой вопрос. Многие серийные убийцы, например, прекрасно ориентируются в своём социальном окружении, играя роль безопасного тихого мужчины (вспом-

ним знаменитого Чикатило). Респектабельный отец семейства и примерный муж может не считать зазорным эксплуатировать, в том числе сексуально, зависимых от него служащих или пользоваться услугами проституированных женщин.

А читая истории тех, кто подвергались в детстве различному насилию, я вынесла для себя очень важную вещь. Зачастую их мучители умели создавать идиллическую семейную картинку или жалобы ребёнка объяснять фантазиями. Дети ведь много фантазируют, не так ли? Им попросту не верили, а верили взрослым, умеющим создавать подходящую маску в нужном окружении.

Я собрала мнения нескольких женщин разного возраста (от 29 до 38 лет), описывающих эволюцию своих взглядов на мужчин до и после знакомства с феминистической теорией и рефлексией по этому поводу. Истории публикуются анонимно с разрешения рассказщиц.

История первая

До брака (до 25 лет) я думала, что мужчины делятся на приличных, которые женятся, и неприличных, которые используют женщин для интимных утех. Но как отличить одних от других я не имела понятия. Будущего мужа все его знакомые оценивали как человека, которому можно доверять, он хотел жениться. Поэтому в моей незатейливой классификации он оказался в разряде приличных людей.

После заключения брака я начала подмечать, что не все так просто, и одни мужчины вкладываются в семью, а другие живут своей жизнью и весело резвятся. Тогда я поняла, что женитьба не панацея и не даёт гарантий для создания семьи. Муж постоянно утверждал, что все проблемы нашего брака возникают исключительно по моей вине, а он вкладывается на полную катушку. И, когда вдруг я стану его безоговорочно слушаться и выполнять гору обязанностей идеально, тогда появится в нашей жизни стабильность и даже комфортное для проживания жилище, которое он сможет предоставить жене и собственным детям.

И только после чтения статей об абьюзивных отношениях, нарциссизме, созависимости и прочей полезной информации я поняла, что проблема неуважительного отношения ко мне как к прислуге и секс-рабыне – не только моя проблема, но и множества других женщин, это не частный случай, а общий.

В свете новых знаний мне, наконец-то, удалось расшифровать давнюю тайну нашей семьи, а именно почему у моей добрейшей бабушки-педагога выросли такие агрессивные и неуправляемые дети! Оказалось, дедуля был не старичком-весельчаком, а бабушка не была истеричкой. Он был абьюзером, который изо дня в день изводил жену издевками и унижениями, настраивал против нее детей, а она терпела все это, пока он не помер, потому что, видимо, не понимала, что такое отношение неприемлемо, считала, что ей надо

терпеть, раз она его любит.

Потом я взглянула на мужа и поняла, что всё это время он воспринимал меня как вещь, которую надо перекроить под себя, чтобы удобней было пользоваться. И главное, я осознала, что весь этот сарказм, обесценивание, нарушение личных границ – это не норма; не я виновата в чужой агрессии и не могу изменить ситуацию постоянно подстраиваясь под кого-то. Конечно, все это я подозревала и заранее, но не было терминологической базы и статистических данных.

Я была поражена масштабами происходящего, когда читала статистику домашнего насилия, истории других женщин о том, как они спасались от своих мужей-агрессоров. Пелена романтики, если какая и оставалась к тому времени, спала окончательно, и мир стал выглядеть ещё более пугающим.

Когда я осознала, где в поведении моего мужа скрыты манипуляции, как и с какой целью он навешивает на меня чувство вины, то была страшно возмущена, ведь он всегда делал вид, что действует для общего блага, и что он совершенно правильный человек, а меня надо менять, если я этого не понимаю. Но оказалось, что всё это время муж вел себя типично для манипулятора и абьюзера!

Сейчас во время общения с мужчинами, думаю, мне легче стало отделять их человеческую сущность от мужской, обусловленную социализацией. И это радует, потому что, взаимодействуя с человеком, хочется понимать, что является стереотипным или шаблонным поведением, а что более глубин-

НЫМ И ЛИЧНОСТНЫМ.



Не спрашивай, зачем он это делает, уходи

История вторая

В юности я к мужчинам относилась не очень серьезно, как и к отношениям. Не знала, как отказать в сексе, когда не была уверена – это, пожалуй, была проблема. «Влипала» в отношения очень легко, мне казалось, что если между нами что-то было (поцелуй, секс), то как-то нехорошо парня бросать без серьезных причин.

Всегда верила тому, что мужчины говорили; если оказы-

валось, что реальность с правдой не совпадает, искала оправдания, объяснения – и верила объяснениям. Соответственно, никогда не подозревала в изменах; оправдывала насилие, обман и некрасивое поведение.

Потом произошло знакомство с кришнаитами и меня «занесло» в патриархат, но мне это не подошло, все время чувствовала себя не в своей тарелке. Мне не хотелось хотеть замуж, не хотелось слушаться мужчин, как это предписывалось. И заниматься хозяйством тоже.

Замужем я никогда не была, но мое поведение с отцом сейчас очень поменялось. Я стала пресекать то его поведение, которое считаю неприемлемым: агрессию, повышенный тон, снисходительный тон, сексистские высказывания и т. д. Раньше я пропускала мимо ушей или ругалась очень сильно, один раз даже до драки. Сейчас бью теорией и спокойным тоном.

С феминистическим взглядом я знакомилась постепенно. Когда речь заходила о насилии со стороны мужчин, сперва включалось «не все мужчины такие», мне было обидно за тех мужчин, которых я знаю.

Сейчас, смотря на мужчин феминистическим взглядом, я вижу очень много давления и насилия; у меня к этому сейчас очень высокая чувствительность. Я стала очень требовательной и подозрительной, гораздо более осторожной. Также феминизм помог мне понять, что в детстве надо мной произошло сексуальное насилие и разрешил мне ненависть и гнев –

к тому мужчине и к мужчинам в принципе.

В то же время я гораздо лучше понимаю, что мне от мужчин нужно и чего я точно не хочу. Я с легкостью отказываюсь от ненужного мне общения, но стараюсь делать это осторожно, не ранив нежных мужских чувств, потому что я стала бояться агрессии, и прямо говорю, когда мне что-то не нравится и нравится в поведении близких мужчин. Очень ценю, когда у меня интересуются: «Можно ли тебе позвонить? Хочешь ли ты сейчас говорить? Хочешь ли ты продолжать заниматься сексом со мной сейчас?»

С другой стороны, я стала легче идти на то общение с мужчинами, которое мне нравится, отбросила стереотипы, касающиеся отношений, выбросила в мусорку «каждая девушка должна хотеть замуж» и наслаждаюсь мужским вниманием без стыда.

История третья

Я полагала, что мужчины устроены, как женщины, и что условия для всех одинаковые, а выбор того или иного поведения продиктован только личной волей. Странности поведения, такие как безответственность или отсутствие чувствительности (эмпатии), я списывала на недостаточную развитость отдельного человека.

Мне казалось, что для мужчины достаточно не применять к женщине физическую силу, заниматься хоть каким-то делом, чтобы на диване целый день не валяться, и соблюдать

верность в браке, и этого довольно. В муже как раз устраивало то, что он был тихий, неагрессивный и делал вид, что у него есть чувства, плюс работал.

Мой будущий муж с самого начала наших отношений заявлял, что он не такой низкий и бездуховный, как все эти мужчины, которых интересует только секс. Вот только объяснить, что же на самом деле он хочет от отношений, он не мог. Поэтому я в своей голове придумала, что он ожидает более глубоких отношений, надеется познать чувство любви, когда двое принимают друг друга такими, какие они есть, без фантазий и завышенных требований.

Но в итоге выяснилось, что вся его духовность заключалась только в более высоком уровне потребительства. Ему нужно было не только владеть телом женщины, но и при этом испытывать гормональный подъём, сопровождающий ощущение влюблённости. Он оказался не в состоянии принимать женщин такими, какие они есть, когда спадает пелена иллюзий и маски, а они предстают реальными, разными, а бывает и беззащитными. Этим объясняются все его многочисленные непродолжительные отношения и постоянное недовольство. Я поняла, что какой бы я ни была и что бы не делала, ему этого было бы недостаточно. Потому что ему нужна была не любовь, а эйфория.

Когда я узнала причины своего постоянного напряжения, была удивлена. Оказалось, что кроме открытой агрессии есть ещё скрытая, и она гораздо хуже воздействует на психику,

потому что ей сложнее противостоять. Я увидела все его манипуляции, которые до этого я не могла осознать. Только к этому времени я уже впала в созависимость, к сожалению, о чём не догадывалась. Я осознала, что никаких отношений у нас с мужем никогда не было, только видимость их. А на самом деле ему было просто удобно, потому что мной можно было легко манипулировать.

Когда же я начала пытаться заявлять о своих чувствах и потребностях, что мне не нравится происходящее, стала говорить о том, чего я хочу, он заявил, что ему нужны новые отношения, а эти себя изжили. Его объяснение было таким, что от меня он не может получить то, что ему надо, но что это, он не может выразить словами. Подав заявление на развод, он тут же ударился в загул.

Теперь я в замешательстве. Не могу понять, есть ли возможность существования человеческих мужчин или это принципиально невозможно. Есть ли вообще смысл пытаться создавать с ними отношения или это пустая трата времени. Теперь я отношусь к мужчинам с большим недоверием. Всё, что они говорят, я не принимаю на веру, вижу их дешёвые трюки и не покупаюсь на них. Но жить стало грустней от этого. Потому что тяжело принять то, что вокруг только ложь и притворство.



Женщина принимает неожиданное решение (разойтись). Это картина-протест против романтизации психопатологии.

История четвёртая

До знакомства с фемтеорией я считала, что недостаточно хороша (внешне), поэтому мужчины ведут себя со мной так – они неэмпатичны, сконцентрированы только на своих потребностях. Я была уверена, что способность мужчины к равноправному партнерству, поддержке, раскрывается в полную силу только в партнёрстве с красивой, умной женщиной. И я считала это нормой. Большинство мужчин были правильными. А вот я была не совсем правильная.

При этом я была воспитана с жадой найти себе пару. Исходя из моей системы взглядов я полагала, что не могу рассчитывать на 100% уважение и учет моих интересов со стороны интересного мне мужчины. Можно надеяться лишь на то, что я, благодаря своему уму, подстроюсь, заинтересую мужчину, и он, в конце концов, не будет сильно придираться к тому, что стандартам я не полностью отвечаю. А чтобы повысить свои шансы найти пару, надо снизить свои потребности. Почти до нуля.

Прототип этой фантазии, как сейчас я вижу – роман Джейн Эйр, который в юности я перечитывала много раз. В нем несимпатичная учительница привлекает внимание богатого, но несносного лорда своими оригинальными, умными и смелыми высказываниями.

Моя жуткая система ценностей соседствовала со здоровым знанием того, что «красота в глазах смотрящего». Я сама часто убеждалась в том, что несимпатичные внешне люди вдруг, по мере их узнавания, становятся мне дороги, кажутся мне красивыми. Но в самой глубине было вот это: «Я – недостойна».

Это представление базировалось на отношениях моих родителей. У мамы был комплекс неполноценности из-за особенностей её внешности. Папа был хорош собой, алкоголик, мизогин. Мама всю жизнь считала, что папа неуважителен, ироничен, груб с ней потому что она некрасива, а изначально женился он на ней, потому что она происходила из бо-

лее состоятельной семьи. И она очень многое ему прощала. Считала, что обязана, так как лицом не вышла.

В 25 лет я встретила мужчину, достаточно умного, чтобы оценить мой ум и мои творческие способности. Он сообщил мне, что не считает меня красивой, но ему нравятся мои душевные богатства. Я приняла это.

Он был абсолютно неэмпатичен. Особенно в первые годы совместной жизни он часто меня ранил. В течение восьми лет я режиссировала его поведение по отношению ко мне. Учила, что когда мне плохо от того, что я совершила ошибку, не нужно добивать меня, а надо посочувствовать. Учила его выражать своё мнение тактично... Плохо мне было от отсутствия эмпатии. Выдержать всё мне помогали базовые установки: «Некрасивые вынуждены больше терпеть!»

В этих отношениях были для меня некоторые плюсы. Я немного научилась у него заботиться о себе, о развитии своих талантов, своих интересов. Слава богу, он не требовал от меня заботы о его здоровье, ухода за его вещами, он не считал, что женщина должна его обслуживать в бытовом плане. И я этого не делала. Он склонялся к тому, что хозяйственные дела надо делить поровну, мы примерно так и поступали. С рождением ребёнка, правда, всё оказалось сложнее, чем мы думали... Он не смог стать отцом. Одномоментно пропал интерес ко мне, он влюбился в другую, мы развелись.

Изменить своё отношение меня сподвигли книги Наоми

Вульф «Вагина» и «Миф о красоте». Я читала их взахлёб и с радостью. Я с облегчением сняла с себя ответственность за неуважение со стороны мужчин. Но было и много боли в процессе, так как я осознавала, как часто предавала себя.

Итак, я отрефлексовала, что в моей системе ценностей именно красота давала право на уважительное отношение мужчины к женщине. А некрасивые женщины за уважение должны быть безмерно благодарны и много чего от мужчины терпеть и поменьше требовать. Та же система взглядов в отношении мужчин действовала чуть более гуманно: мужчина мог быть некрасивым и невысоким, если компенсировал эти недостатки умом и харизмой (женщина не могла компенсировать ничем!). Двойные стандарты и здесь. Осознание всего этого высвободило много гнева. Пока что я продолжаю гневаться.

Чтение Вульф пришлось на время после развода. В тот момент я встречалась с мужчиной, чьё поведение нельзя было назвать уважительным. Он был амбивалентен. С одной стороны, вроде как помогал по хозяйству, выручал, но в общении был тяжёлым, обвиняюще-ироничным.

Открыв глаза на свои заблуждения, я больше не смогла выносить его придирки и иронию. Для него я не так готовлю, не достаточно умная, много о себе думаю, слишком требовательная, мало уделяю времени ему... И всегда будет мало и недостаточно, ибо в этом, по его мнению, и есть суть отношений: мужчина требует, женщина исполняет. Я не смогла

продолжать эту связь.

Пока что я в процессе принятия себя и рефлексии над своими заблуждениями. Мужчины с сайта знакомств с их заявлениями и поведением (ищу хозяйшку, ищу покладистую, мне нужна та, кто будет терпеть мой сложный характер, я романтик, я в печали, развесели меня, я загадочный, а ты побегай за мной) меня раздражают.

Сколько я себя помню, мое представление о «счастливой жизни» всегда включало мужа рядом со мной. Любящего, идеального. Да, я получала высшее образование, затем упорно строила карьеру, но на заднем плане всегда маячила мысль: без брака все это не будет полноценной жизнью. А чтобы заключить брак, мне нужно стать красивой, сексуальной, вписаться в стандарты.

Я рада, что избавилась от этой матрицы. Открыла глаза на то, что предлагает мне общество. Для меня это означает, что я смогу наладить полную, насыщенную и интересную жизнь. Сама для себя. Пока я не хочу впускать в нее мужчину, который нашим не особо развитым обществом форматируется как требовательный амбициозный оценщик и руководитель женщины. Но, может быть, когда-нибудь я встречу не слишком поломанного социализацией мужчину и смогу составить с ним пару.



Женщина открывает глаза

История пятая, моя личная.

Даже не помню, когда я познакомилась с фемтеорией и как. Вероятно, что-то я вынесла сама из детства, так как мне было очевидно, что на мужчин положиться нельзя, они небезопасны и для женщин, и, бывает, даже для самих себя. Я выросла в таком районе города, где регулярно находили трупы девочек и женщин в роще (хотя при СССР об этом не писали нигде, разумеется). Мужчины моей семьи были алкоголиками и/или садистами.

Я очень быстро перескочила период жизни «хочу понравиться, чтобы заслужить любовь», так как видела бессмысленность, безрезультатность этого, откровенный вред для се-

бя. Помню, как рассмеялась лет в семнадцать на заявление приятеля о том, что женщина не должна быть шлюхой, то есть должна сохранять моногамность в любых отношениях, ибо больше она такая попорченная никому не нужна! На это я ответила, что это я выбираю мужчин, а не они меня. Понятия не имею, с чего я это взяла. Нагло присвоила себе это право выбирать, наверное так.

В целом, многие (но не все) двойные стандарты мне были очевидны и я спокойно переступала через них там, где считала нужным. На любые «женщина должна» я пожимала плечами, что мол «вам-то я точно ничего не должна» и обходила таких заявителей стороной.

Но, несмотря на осознание происходящего, много лет моей жизни были отданы токсическим отношениям, в которых я хоть и была уже хотя бы отчасти контакте с собой, всё равно не могла переступить через многие паттерны, вынесенные из родительской семьи. Я сопротивлялась им, как могла, на уровне сознания, и на это уходило очень много душевных сил, которых уже не оставалась ни на что другое. Состояние депрессии разной степени выраженности было мне привычно.

Время от времени мне попадались материалы феминистической направленности, в них я находила подтверждение того, что наблюдала с детства. Можно сказать, что я узнавала «как это называется», оно хорошо укладывалось на моё мировоззрение.

Замуж я не планировала и не собиралась, также как и заводить детей. Сейчас я понимаю, что предложение тогда ещё будущего мужа заключить брак воспринялось мною как шанс экономической сепарации от токсических родителей, он производил впечатление достаточно надёжного и разумного для такой совместной деятельности, для построения общего пространства, где нам будет комфортно вместе. Брак тогда для меня представлялся экономическим договором в первую очередь.

Через пару лет довольно спокойной и счастливой, в целом устраивавшей меня жизни, я поменяла своё мнение о детях и решила родить ребёнка. В процессе семейной жизни и муж, и я показали себя с очень разных сторон, в том числе негативных. Последние иллюзии относительно его «неадекватности» рухнули лет десять назад, мы пережили значительный кризис, я готовилась к разводу.

В процессе установления новых отношений мы выстроили несколько иную систему, которая меня в настоящий момент устраивает. Что будет дальше – не знаю. Семья сейчас для меня это в первую очередь вложение в потомство, а также относительная комфортная площадка для собственного развития (а семейные отношения – лишь часть этого развития). Для меня важны здоровые границы, пожалуй, это краеугольный камень любых отношений для меня. В этом плане муж оказался относительно договороспособен и разумен. Лышу себя надеждой, что и я тоже.

Мужчины, с которыми приходится пересекаться в жизни, особых чувств у меня не вызывают, если только не рассказывается о прямом насилии с их стороны, тогда гнев испытываю. А так... Разные они, кто-то более договороспособен и эмпатичен, кто-то менее, но то, что «нетаких» точно не бывает, я уверена на все 100%.

Вот такие истории. Мы все прошли форматирование социума и избежать его не удалось никому, вопрос лишь в степени и глубине рефлексии по этому поводу. Я вижу, что мужчины, не проявляющие явного токсического поведения в семье, либо находятся в определённых ситуациях, просто не было условий «разгуляться», либо женщина выстроила разнообразное обслуживание и её ресурса на это хватает, это её не травмирует, либо эксплуатируется ресурс нескольких женщин, чаще всего это бабушки либо иные родственницы. А ещё бывает, что супруги или партнёры находятся в комфортном им психологическом слиянии. На здоровье, главное, чтобы это их устраивало. А как этот конкретный мужчина повёл бы себя в иных условиях – кто знает.

Но гораздо чаще я вижу, что женщина прилагает значительные усилия, может даже незаметно для самой себя, для сглаживания этих самых углов в отношениях, чтобы поведение мужчины оставалось приемлемым, например, чтобы он не срывал негатив на ней и детях. Методы, как правило, просты – качественное обслуживание (эмоциональное, бы-

товое, сексуальное) и пассивно-агрессивные манипуляции. Насколько хватит её здоровья и как будет развиваться эта ситуация в дальнейшем – мы не знаем. Подмена личности функцией достаточно опасна в плане развития этой самой личности, по сути для развития и места-то не остаётся. Вот такая печаль.



После развода. (Преодолевая неуверенность в своих силах, женщина учится заботиться о себе, быть самой себе поддержкой и опорой)

Внутренняя мизогиния: разные лица, одна сущность

Когда очень много лет назад я начала рефлексировать на тему всего происходящего со мной в контексте моего женского пола, то первое, что включалось, было «это не про меня». Однако душевная боль продолжала изливаться, а поиски источников всегда приводили к закономерным результатам. И тогда было очень горько обнаруживать в дальних закоулках души, пыльных чуланах, а иногда и в запертых на множество засовов темницах, ещё одну часть себя. Они были разного возраста, эти Я. Они выглядели по-разному. И лишь одно было общее у них. Они были немые.

Никто из них не могла рассказать о том, как она очутилась здесь, в этом закоулке, чулане или темнице. Но, взглянув на каждую из них, я узнавала то, что встречала очень много раз, только в других. И при каждой такой встрече резонирующая часть моего Я начинала колотить в запертую дверь и пыталась кричать, но тщетно. Я не могла её услышать, ведь она нема. Зато я чувствовала что-то неприятное, что чувствовать совсем не хотелось.

И тут на помощь приходил один персонаж. Палач. Он приходил и утихомиривал разбушевавшуюся пленницу. У него есть аргументы, разные. И после проделанной им работы я

могла со спокойной совестью в ответ на действительно трагическую женскую историю сказать: «Такого у меня точно нет! Я же этого не чувствую! И не будет! Я не дура!» А бывало ещё круче. Когда похожий опыт у меня был, то ответом часто звучало: «А у меня было тоже, и ничего!» А иногда... Мне правда очень стыдно сейчас, но из песни слов не выкинешь. Я говорила: «Смотри, ты сама ответственна за свою жизнь! Ведь очевидно, что надо было сделать не так!»

Но долго в таком режиме не протянуть. Когда слишком много частей Я оказываются отсечены Палачом, чтоб не страдали и не портили такой красивый праздник, Душа мертвеет. Кого-то это вполне устраивает. Это даже в чём-то удобно. Можно пойти и напиться кем-то более живыми, если прям голод одолеет. Зато не больно. Я же ничего не чувствую.

Но я хотела быть живой, сама не знаю почему. Поэтому в поисках источников боли мне пришлось спуститься очень глубоко и разыскать их всех, всех моих Я, приносящих это беспокойство.

При очередной встрече я почувствовала ужас. Молодая женщина сидела в огромной луже крови и плакала. Я почувствовала, что физически не могу подойти к этой части себя, не перепачкавшись в моей крови, которую я так не хотела потерять. Но эта была жизнь, которую я жаждала обрести. И я пошла вперёд. Было страшно. Мне казалось, что с каждым шагом я становлюсь ею, а этого совсем не хоте-

лось делать. Но так и случилось. Я стала ею. С собой. Я открыла глаза уже нового тела. Оно было обескровленным, но живым. Это было фантастично, чувствовать себя живой. И ещё очень больно. Но жизнь сильнее боли, как оказалось. Это открытие вдохновило меня. Теперь я могла слушать истории женщин, и никакая часть меня не ломилась в дверь, ведь теперь я была целая.

Приведённые образы описывают механизм внутренней мизогинии как пример травматического расщепления личности. Она опасна тем, что является одним из механизмов женской социализации, а значит формирует базовые свойства личности, неотъемлемые её части, необходимые для выживания и встраивания в патриархальный социум.

Если обратиться к этимологии слова «мизогиния», то кажется, что всё просто. Это ненависть к женщинам и к женскому. Если женщину забивают до смерти, или просто мучают регулярно, унижают, оставляют без поддержки в уязвимом положении, то это проявления мизогинии. А как расценить явления, когда женщина мучает себя сама? Или унижает других женщин, позиционируя себя как «поступающую правильно»? Вот это как раз проявления внутренней мизогинии.

Источники её исторически понятны. В процессе формирования патриархального общества принимались законы, которые фактически дегуманизировали женщин. Женщина должна была согласиться со своим положением мужского

имущества, чтобы уцелеть. Поэтому ничего удивительного, что сейчас, когда юридически во многих странах ситуация уже поменялась, концепция «принадлежу – значит я в безопасности» прочно закреплена в бессознательных установках, передаваемых из поколения в поколения в процессе социализации женщинам. Потому что это очень страшно – не принадлежать. Опасно для жизни. А так есть надежда выжить и даже как-то устроиться, получая необходимые для жизни ресурсы посредством принадлежности к статусному (или уж к какому получается) мужчине.

Что же я чувствую к тем женщинам, которые отказываются принадлежать? Которые поступают так, как «не положено»? Которые имеют силы и, конечно же, наглость, заявить о своей субъектности? Если я поступаю «правильно», обязаны ли все женщины поступать как я? Пожалуй, это те вопросы, которые смогут протестировать уровень внутренней мизогинии. Попробуйте спросить себя. И честно ответить.



Женщина испытывает невыносимую потребность в поддержке и опоре

Две истории Открывающей двери (в соавторстве с Любовью Кононовой)

Зимний вечер. Камин. Чай дымится. Подруги устроились перед огнём. Сегодня необычный вечер. Сегодня мы ждём в гости одну женщину. Она всегда приходит, если позовёшь. Она – Открывающая Двери.

Она, как и Собирающая Кости, не слишком привлекательна на первый взгляд. Она седа. Она морщиниста. И она видит. Протянув свои скрюченные пальцы, она коснётся твоей закрытой двери.

Озарения не будет. Та, что за дверью, может начать колотить в неё, требуя свободы. А может забиться в угол и крепко зажмуриться. А может начать судорожно стаскивать весь нехитрый скарб к двери, чтобы подпереть её. Страх понятен. Гнев понятен. Лишь ты сама можешь сказать Открывающей: «Да, я готова». И она откроет. Кто окажется за дверью? Встреча вряд ли будет радостной, скорее даже напротив. Когда ты войдёшь в уже открытую дверь, пути назад не будет. И выйдешь назад уже одна. Ты сама. Целая.

Сегодня подруги ждут в гости Открывающую двери. Плушаем их беседу.

Нам было лет по тринадцать, мы гуляли с подружкой осенним вечером. Я нагнулась завязать шнурки. И один мужчина из проходящей мимо нас незнакомой компании шлепнул меня по задку. Это было очень обидно. А потом я испытала приступ вины. Я решила, что подставилась. Сама навлекла беду. С тех пор я никогда на людях не наклоняюсь. Только приседаю. Потому что пообещала себе не попадать в такие истории.

Уже слышны шаги Открывающей. Уже её пальцы лежат на двери. Открыть? Рыжие волосы едва качнулись в утвердительном жесте.

Они проходят узким коридором, открывается тяжелая дверь и перед ними открывается рыночная площадь средневекового города. Жар, вонь, гомон. Тринадцатилетняя девочка стоит у позорного столба. Вокруг собралась толпа: мужчины, женщины. Тычут пальцами, гогочут, кто-то визгливо, кто-то злорадно. Девочка измазана смолой. В нее кидают мусор и тот прилипает к ней. Огрызки яблок, бумажки и всякая дрянь. Лица почти не видно, растрёпанные волосы закрыли его и попали в рот. Собственные волосы во рту мешают дышать.

Две женщины проходят сквозь толпу. Открывающая Двери остаётся внизу, её спутница с комком в горле поднимается на помост. Под её руками цепи на шее и запястьях девочки рвутся как картонные. Она освобождает рот девочки

и вытирает её лицо подолом своей юбки, накидывает на неё свою кофту, поворачивается к толпе. Лица горожан уменьшились, съёжились, будто стали кукольными. Её голос прозвучал раскатами грома.

Женщины этого города, каждый раз когда вы осуждаете другую женщину, вы судите самих себя. Когда вы смеётесь над похабными и унижающими шутками о мамах, женщинах со светлыми волосами, о студентках и школьницах, вы предаёте себя. Когда вы проходите мимо упавшей, вы втаптываете в грязь себя. Если вы будете продолжать предавать себя, вас у себя не останется. Совсем.

Когда она договаривает, лица людей начинают осыпаться, декорация рушится. Они оказываются в темнице. Взрослая оборачивается к себе тринадцатилетней. У девочки на глазах слезы. Она шепчет: «Спасибо». Они обнимаются и становятся одним целым, той женщиной, что вошла в дверь.

Открывающая ласково смотрит на неё. Ставшие живыми глаза встречаются и глубоко посаженными глазами старухи. Она кивает. Всё случилось, как должно. И отправляется к следующей двери.

Женщина вспоминает, как в детском саду она очень не любила спать днём. Спальня была местом, приносящим боль, ведь во сне мы очень уязвимы. Но часть этой боли была вполне материальная и внешней природы. Мальчик, чья

кровать стояла рядом, бил её в живот. Это не был единичный случай. Он делал это регулярно и с садистским выражением лица. И приговаривал, молчи. И она молчала. Потому что она не могла рассказать никому, что ей причиняли боль. Она должна была оставить её себе. Ведь никому не было дела до её боли.

Открывающая дверь уже близко. Кто там, за дверью? Пальцы коснулись шершавых досок. Ты готова? Едва заметный кивок. Пронзительный скрип ударил в живот. Как тогда. Очень больно.

За дверью сидит малышка лет трёх. Она раздета, в одних трусиках. Лицо окаменевшее. Вошедшей страшно смотреть на такое. А самое страшное у той в руках. Это её внутренности. Боль настолько сильна, что вытолкнула их наружу. Всё, что малышка может, это держать их в руках все эти годы.

Вошедшая садится напротив и пытается поймать взгляд девочки. Нет, бесполезно. Остекленевшие глаза не могут видеть никого вокруг. Только свою боль. Тогда она берёт её на руки. Та катастрофически тяжёла. Кажется, вся скорбь мира пропитала маленькое тельце. Вошедшая прижимает маленькое холодное тельце к себе и начинает укачивать её. Ты не одна, малышка. Мне очень даже есть дело до твоей боли. Я очень люблю тебя. Я хочу, чтобы ты была живой.

Малышка слегка шевелится. Она прижимается к взрослой, надёжной себе самой, выжившей. Ей впервые за все эти годы тепло. И ещё тяжело. Ей тяжело держать свои внутрен-

ности в руках. Взрослая подхватывает её руки снизу, облегчая её груз. Наконец-то! Лицо малышки наконец-то оживает. Оно искривляется в страдающей гримаске и она начинает влипать. Но слёз нет. Взрослая сидит, укутав её и укачивая, напевая о том, как она любит её. Часы, дни или годы прошли? Неизвестно. Но здесь время не имеет значения. Только любовь.

Вдруг пронзительный крик пронзает пространство. Это кричит малышка. Она наконец-то смогла закричать о своей боли и заплакать. Через крик и плач её боль покидает страдающее тельце. Взрослая чувствует, как что-то ледяное и липкое, но невидимое, проливается на её колени. Всё нормально. Она взрослая. Она может это выдержать. Тем более здесь, в безвременьи.

Внутренности девочки втягиваются на освобожденное от боли пространство и та затихает. Она засыпает впервые за эти годы спокойным исцеляющим сном. Теперь взрослая может покинуть это место. С девочкой на руках, она шагает к двери, где её с улыбкой ждёт Открывающая. А переступает порог одна уже одна. Целая.

А Открывающая уже бредёт дальше. Куда? Куда позовут.



Закат патриархата в моей голове (Женщина обращается к женским ветвям родового древа)

Красота как социально-экономический конструкт контроля над женским

Когда я слышу, что кто-то красива и надо равняться, а кто-то безобразна, не следит за собой и вообще распустила себя, то даже не знаю, кому сочувствовать – тем, кого сравнивают, или той, кто сравнивает. А может и себе. С детства я металась между абсолютно несовместимыми требованиями к моей внешности, политыми страхом, виной и чувством собственной неполноценности. И лишь последние годы я смотрюсь в зеркало и узнаю себя. Действительно, это я. Красива ли? Не знаю. Наконец-то мне всё равно.

Под «женской красотой» в разные исторические периоды, в разных государствах и в разных социальных слоях подразумевались абсолютно разные образы, и многие из них покажутся нам странными и совсем «некрасивыми» на наш «просвещенный» взгляд. Например, чернение зубов. Красавица XVI – XVII века и на Руси, и в Западной Европе, а в некоторых странах Азии обычай сохранился до сих пор, считала своим долгом окрашивать зубы в черный цвет, так как это служило символом достатка, есть сахар могли позволить себе немногие.

Или знаменитая лotosовая ножка в Китае. Делать та-

кую красоту начинали с двух лет, приглашалась специальная женщина, которая распаривала ступни и ломала кости девочке, потом бинтовала, и так несколько раз до завершения роста. Женщина с обычными ногами могла быть лишь продана в услужение, никакой приличный муж ей не полагался. Красиво? Да, в обуви, возможно. Правда ходить такая женщин не могла, её носили. Покалеченность женщины была фетишем, который так нравился мужчинам.

А в Европе было тоже чудесная практика – корсеты. Девочек начинали шнуровать в них ещё до пубертата, чтобы привыкали. Всю жизнь эти женщины не дышали частью легких, помимо чисто физиологической гипоксии мозга есть ещё момент, «не дыши» на уровне тела означает «не живи». Причём требование «не дышать» и ходить в корсете изначально касалось женщин лишь высокого социального статуса. Они зачастую имели собственное имущество, могли наследовать, образование, связи, поэтому контролировать их было жизненно важно для поддержания общественного статус-кво. Позже этот образ «красоты» распространился и на дам полусвета.

Эти небольшие зарисовки я привожу не для того, чтобы поужасаться и порадоваться, что сейчас нам не приходится себе ноги ломать или в корсеты утягиваться. Потому что форма-то изменилась, но содержание осталось прежним. Понятие «красоты» продолжает из каждого утюга рассказывать женщинам с колыбели как нам выглядеть, думать, чувство-

вать и жить. И те, кто по разным причинам не хотят, не могут, не считают нужным соответствовать этим требованиям, должны, по мнению доброхотов, вообще исчезнуть с горизонта, сидеть и не отсвечивать, дабы не оскорблять взор.

В качестве иллюстрации я разберу то, что вываливается в поисковике на запрос «красивая женщина в полный рост». Даже если иметь в виду, что все эти фото обработаны программно, мы неосознанно сравниваем себя с этими картинками, и в сравнении, сами понимаете, не выиграем никогда. Потому что этих женщин не существует в реальности. Это образы, которые настойчиво стучатся в мозг, душу и жизнь.

Итак. Все эти картинки молоды. Нет никаких возрастных проявлений даже у тех, кто явно в годах. Для чего? А не надо напоминать о том, что мы все смертны. Культ вечной молодости, когда «красивой в гроб лечь», это золотая жила для индустрии красоты, начиная от чудо-кремов и заканчивая хирургией.

Ещё все эти картинки позируют. Они стоят, лежат, сидят, но являются объектами для созерцания. Они не деятельны, не являются субъектами, их личность никому не интересна, интересна лишь их функция – быть красивым объектом.

Все эти картинки в неудобной одежде и обуви, в белье, приподнимающем грудь, а плюс-сайз – в утяжках. Те же корсеты, только софт-вариант. И ещё на каблуках. Лotosовая ножка? Почти. Ещё женщина на каблуках физически не в состоянии убежать, тоже фактор незащитности, который муж-

ской взгляд считает бессознательно.

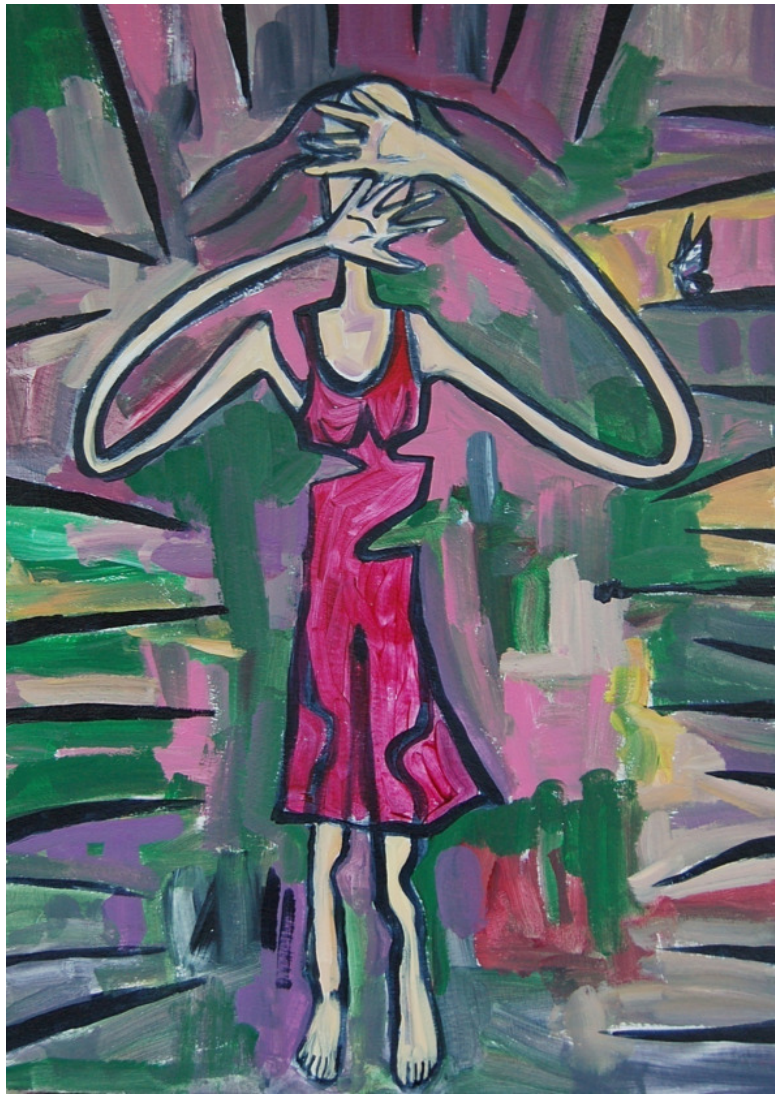
И я не стала гуглить дальше, чтобы сберечь свои нервные клетки, но наверняка эти картинки полностью эпилированы, чтобы напоминать то ли кукол, то ли несовершеннолетних девочек, а кто-то может прошла лабиопластику (хирургическое уменьшение малых половых губ), сейчас очень активно развивается и продвигается это направление хирургии. И гигиена тут не играет никакой роли, для того, чтобы было удобнее ухаживать за собой, достаточно обычной машинки для подстригания волос.

Здесь играют два фактора. Во-первых, болезненные процедуры, которые женщина делает регулярно и «привыкает» к боли, значительно изменяют её мироощущение. Немножко потерплю, да? Мне ж не сложно? Здесь потерплю, там, ещё в паре мест и ситуаций. Удобная женщина, которая терпит.

Во-вторых, это изменяет картину тела у самой женщины. То самое, что «я запустила себя», если просто нет времени, сил и желания соответствовать, а значит «я какая-то нетаккая, второй сорт, вот муж ругается, наверное и правильно, вот как займусь собой, вот тогда...» А ничего тогда. Потому что никто не становится моложе. Потому что никто не становится здоровее. Потому что оценивать себя как картинку, а не как личность, так плотно прописывается в бессознательном женщин, что чрезвычайно сложно изменить этот взгляд.

Можно попробовать малыми шагами, опять же. Не критиковать других женщин за внешний вид. Потом не критико-

вать себя за внешний вид. Хвалить, когда получается, не ругать, когда не получается. Чувствовать то, что поднимается при этом. Рефлексировать. Принимать. Это всё я, моя личность. Мы все – продукты социума, это нормально, пытаться вписаться, занять свою нишу. Сложности начинаются тогда, когда эти попытки вызывают психические и/или физические страдания. Это лишь вопрос цены, которую женщинам предлагается оплачивать, дабы вписаться. Берегите себя, дорогие сёстры.



Ипохондрия

Уязвимость в патриархате сыновей

Когда я слышу от близких мне женщин о том, что это ж так природно и естественно, что мужчина всегда главный, ведь как же иначе, нам же рожать детей, а если его не уважать, так он же и уйдёт тогда, зачем ему это всё, когда его не уважают, то мой личный термостат душевного тепла автоматически прокручивается примерно к абсолютному нулю.

Ведь что скажешь, когда мироустройство именно такого, что не способна большая часть мужчин нести ответственность за свою репродукцию. Дети объявляются исключительно женской блажью, ее личным проектом, а мужчина, вероятно, выступает в качестве элитного осеменителя. Его такая концепция весьма устраивает.

Правда степень уважения не оговоришь заранее, всегда можно сказать, что уважает она недостаточно, пилит, жить не даёт, да и вообще, постарела и подурнела, так что любовь прошла к тебе, а вместе с ней и обязанности по отношению к детям. Или ещё можно всю жизнь рассказывать, что не дотягиваешь ты, милая моя, до высокого стандарта качества, но я тебя улучшу, и вдохновенно улучшать сей недостойный объект, подстраивая её под себя.

Однако вернёмся к репродукции как к потенциальной биологической возможности. Очевидно, что она увеличивает социальную, экономическую, эмоциональную, физиче-

скую уязвимость женщины. Это факт. Сложности возникают даже задолго до наступления беременности. Лично у меня долго и вдумчиво выясняли, почему у меня нет детей и когда я собираюсь их заводить, буквально на каждом собеседовании. То есть одно наличие у меня матки делало меня менее привлекательной работницей, по сравнению с претендентами без оной.

При наличии маленьких детей женщину совсем не ждут там, где можно заработать нормальные деньги, а вот наличие детей у мужчины делает его ответственным и благонадёжным в глазах потенциальных работодателей. Причина ясна, он-то не будет больничные брать на каждые детские сопли, это сделает жена. Получается, мужчине не нужно делать ничего, чтобы полностью распорядиться собой. Он полностью хозяин своей жизни. И, вероятно, жизни той женщины, которая родила его детей. Ей-то работу гораздо труднее найти будет, в случае описанного выше семейного разлада.

Максимум, что мужчине угрожает от неудачи в браке, это алименты (смотрим статистику по задолженности алиментов в РФ, 70% должников их просто не платят). А у женщины рисков гораздо больше, даже несравнимо. Это здоровье, которое вдруг заканчивается в самый неподходящий момент очередной беременности, это душевные травмы от контакта с медициной и социумом, это упущенные возможности заработка, это вероятность попасть в абьюзивные отношения, так как при перестройке семейной системы никто не знает,

куда кривая выведет и насколько зрелым и адекватным окажется тот самый возлюбленный, который заваливал цветами и носил на руках.

Для «противовеса» этому положению дел принимаются социальные законы, что очень раздражает многих мужчин, считающих, что давно наступил матриархат. Могу успокоить печелящихся об этом, не наступил и не наступит, просто «власть отцов» сменяется «властью сыновей», незрелых, инфантильных, нарциссических мужчин, которые и за себя-то не могут нести ответственность, не то, что за своих детей.

А женщина же в этой концепции продолжает оставаться удобным приспособлением для мужской жизни, но если в «патриархате отцов» превалировало долженствование, «женщина должна» была быть красивой, хотеть замуж, рожать детей, быть хозяйской, иначе никому она не нужна, то сейчас транслируется «женщина сама этого хочет», быть красивой для себя, заниматься сексом, вкусно готовить, хотеть рожать и растить детей, ей же самой этого хочется, а я ей ничего не должен. Потребление женщины лишь завернули в глянцевый фантик «у вас давно есть все права».

Так что никуда не делся патриархат, тут он, весь как на ладони. Потому ничего не поменялось за последние тысячелетия в парадигме общественного бессознательного, ведь секс для мужчины остаётся наградой («Оприходовал её? Красава!»), а для женщины – наказанием. Для же чего это всё? Для контроля же над женщиной, над её сексуальностью и ре-

продукцией, для демонстрации своей власти и наслаждения ею. Чего женщина хочет или не хочет, кого волнует. Главное, чтоб рожала исправно, или не рожала, это уж как хозяин распорядится. Берегите себя, дорогие сёстры. Больше никому.



Следующая! (Женщины украшают жизнь мужчины)

Серия очерков «Мифы о женской сексуальности» Часть 1. Истоки мифов и их последствия

Мифы окружают нас. И это объяснимо. На заре своего развития человечество сначала взрастило именно мифологическое представление о мире и о себе. На этом базисе постепенно шло формирование религиозных верований в виде политеизма, шаманизма, а затем монотеизма. Но лишь с развитием философской мысли научный подход смог выкристаллизоваться и положить начало тому миру, в котором мы живём сейчас. Что же касается представлений о женской сексуальности и женском теле, то им пришлось претерпеть значительные метаморфозы.

Нашим далёким предкам связь между половым актом и деторождением не была очевидной. Возникли представления о женщине как сосуде самозарождения жизни, из чего выросли матриархальные культы и формы общественного устройства, в которых женщины имели значительный социальный вес. Культы богинь имели к этому прямое отношение. Матрилинейность родов, наследование имущества по женской линии, определённая социальная эгалитарность не препятствовали развитию культуры и технологии. Однако эти общества и их культура позже были поглощены и ас-

симилированы более агрессивными патриархальными сообществами.

В последних женщина фактически дегуманизировалась, приравнивалась к имуществу мужчины. Её сексуальность в виде девственности и репродукции принадлежала мужчине, сначала отцу, а позже мужу, который покупал её («выкуп невесты») и становился полноправным хозяином. Такое положение вещей находило своё отражение в принимаемых законах на протяжении столетий.

В знаменитых скрижалях «не возжелать» полагалась чужую жену, наравне с ослом и волком. А концепция женщины как «сосуда греха», перед которым мужчина не в силах устоять, прочно входит в законодательство многих государств в виде разных форм наказания изнасилованной женщины. Этот миф продолжает жить и в умах наших современников в виде обвинения жертвы.

Когда наследование имущества женщинами своим отцам в отсутствии у тех сыновей стало законодательно возможным, то они стали притягательны как источник власти и дохода. Для завладения женщиной и её имуществом достаточно было её изнасиловать, а после жениться на ней. Традиция похищения невест в средневековой Европе имела именно такую подоплёку. Так богатейшая женщина своего времени (XII в), Алевонора Аквитанская, впоследствии Королева Франции и Англии, провела юность в страхе быть изнасилованной любым своим вассалом.

Речь о женской субъектности в таких условиях не могла возникнуть априори. Миф о женщинах «чистых» и «грязных» продолжал служить интересам мужчин. «Чистых» женщин можно было с выгодой продать (даже с учётом традиции приданного торг дочерьми и другими опекаемыми родственницами представлял значительный экономический и политический ресурс знати), а с «грязными» не особо церемониться.

А что же женская сексуальность? Она была легитимна лишь как часть репродукции и в положенных законом рамках. Половой акт продолжал рассматриваться как наказание женщины как сосуда греха. «Спасёшься чадородием», значит единственным оправданием секса для женщины могло быть лишь зачатие и рождение ребёнка. Так как детская смертность была значительной, то стремление социума заставить женщин рожать как можно больше было вполне объяснимо. Избыток населения нужен, чтобы было кем управлять.

С позиций современной физиологии основным органом, ответственным за получение женщиной оргазма, является клитор, хотя теоретически возможен также оргазм от прямой стимуляции крестового сплетения, но далеко не во всех случаях такая стимуляция возможна анатомически. Интересна история «открытия» клитора в медицине. У меня есть ощущение, что знаменитые (Гиппократ, Авиценна) и не очень врачи открывали и открывали его заново, но их

современники и потомки никак не могли смириться с тем, что женщина может получать удовольствие и без проникновения полового члена во влагалище, а значит и без наказания в виде репродукции.

Так в XV в. знаменитый «Молот Ведьм» называл эрегированный клитор «соском дьявола». Любая женщина, способная испытывать половое возбуждение, могла считаться ведьмой. Как поступали с ними мы знаем из учебников истории.

В это же время во многих странах Африки, Азии и Южной Америки клитор попросту удаляли по религиозным соображениям. К слову, обычай женского обрезания не искоренён до сих пор. Европейцы тоже пришли к удалению клитора, но попозже. В XIX в. авторитетные врачи рекомендовали прижигание клитора карболовой кислотой или хирургическое удаление для профилактики истерии и мастурбации.

Параллельно с этим тема женской сексуальности звучит в трудах Зигмунда Фрейда. Он разделил женский оргазм на «инфантильный» клиторальный и «нормальный» вагинальный, что с позиций современной физиологии ошибочно, но для XIX в. представление о том, что женщина обладает собственной сексуальностью, было просто революционным.

Первой учёной, применившей научный подход к изучению женской сексуальности в Европе, стала принцесса Мари Бонапарт, страдавшая аноргазмией и обратившаяся к Фрейдом для собственного анализа. Мари стала его ученицей и пионеркой психоанализа во Франции. Она обследовала око-

ло двухсот женщин, как испытывающих оргазм при вагинальном сексе, так и не испытывающих, измеряя расстояние между клитором и влагалищем. Она обнаружила обратную зависимость между этим расстоянием и вероятностью, что женщина будет испытывать оргазм при традиционном вагинальном сексе. Чем оно было больше, тем меньше была такая вероятность.

Видимо мысль о том, что такие женщины нуждаются в дополнительной клиторальной стимуляции, не могла ещё возникнуть в её сознании, ведь мы все – продукты социума. Мари пошла на операцию по перенесению головки клитора ближе ко входу во влагалище. Операция не решила её проблемы, к сожалению.

Вплоть до середины XX века клиторальный оргазм рассматривался как патология, а женщины, предпочитающие получать оргазм таким способом, рассматривались как нуждающиеся в психиатрическом лечении. Отголоски этого мифа живы и поныне. Часто женщины, не могущие получить оргазм при проникающем сексе, но получающие его при клиторальной стимуляции, считают себя дефектными. Как правило, их партнёры не стремятся разубедить их в этом, ведь это удобно, иметь под боком женщину со сниженной самооценкой.

Однако мало-помалу ситуация менялась. В 1966 г. Вирджиния Джонсон и Уильям Мастерс опытным путём установили, что вагинальный и клиторальный оргазмы вызыва-

ют одинаковые физиологические реакции тела. Это открытие имело решающие последствия. В 1970 г. радикальная феминистка Анна Коэдт в статье «Миф о вагинальном оргазме» отметила, что клитор – единственный орган, который создан эволюционно лишь для удовольствия. Статья вызвала волну возмущения, но правда она такая, не всем нравится. Ведь в учебниках анатомии клитору по прежнему посвящалось лишь пару абзацев и считался он ни чем иным, как рудиментом.

В 1998 г. исследования урологини Хелены О’Коннел показали, что клитор, если рассматривать не только видимую головку, но и пещеристые тела и ножки, охватывающие влагалище, имеет значительный размер (от 8 до 20 см) и огромное количество нервных окончаний (8 тыс, в головке пениса – 5 тыс). Также было показано, что пещеристые тела его способны к эрекции при возбуждении.

И вот в 2009 г. получен первый 3D УЗ-снимок стимулированного клитора. Одиль Бюиссон и Пьер Фольдьё смогли предоставить визуальные доказательства того, что при сексуальном возбуждении пещеристое тело клитора, наполняясь кровью, разбухает и охватывает влагалище. Так впервые были получены объективные данные о том, что вагинальный оргазм по своей сути является внутренним клиторальным. Когда Фольдьё занялся разработкой методик восстановления женского здоровья после обрезания, то был поражён полным отсутствием медицинских наработок на эту те-

му, хотя реконструктивная хирургия в урологии развивалась очень активно.

И в настоящее время реконструктивная гинекология, если дело касается вульвы и клитора, мало что может предложить для женского здоровья. Зачастую после родов с разрывами влагалища «лишние» ткани просто ушивают так, чтобы уменьшить вход во влагалище, это делают «для мужа» (иногда причина озвучивается, иногда нет). Обнаружить же такое вмешательство женщина может не сразу, а только после многих попыток возобновления проникающего секса, вдруг ставшего болезненным. Помимо удобства мужчин, гинекология может также предложить много всего «для красоты», например лазерное омоложение влагалища или хирургическое уменьшение малых половых губ и головки клитора. Эти вмешательства могут привести к нарушению чувствительности, развитию спаечных процессов и синдрому хронической тазовой боли. Но, видимо, отказ от контроля над женской сексуальностью представляется слишком радикальной мерой, да что там, многие и представить себе не могут иное положение дел.

Этот краткий исторический экскурс рисует неприглядную картину отношения в обществе к женщине и к женскому. По сути лишь последние полвека табуированность женской сексуальности постепенно снимается. Хочется верить, что научные открытия постепенно вытеснят мифы, и женщины смогут расти, развиваться, познавать свою сексуальность без

всего наносного, что накопилось за тысячелетия, без чувства вины, стыда или страха за своё женское тело во всём его великолепии.



Вместо того, чтобы всплыть на поверхность, тонущая женщина принимает решение стать гибкой и жидкой как вода

Часть 2. Девственность

Среди многочисленных мифов, коими окружена женская сексуальность, одним из самых живучих и поддерживаемых социальными институтами, является миф о девственности. Наверное, сейчас многие читательницы удивились и возмутились. Как же миф, если это реальная реальность! И больно, и кровь, и... Всё так. Но чтобы посмотреть на феномен девственности чуть шире, чем личный опыт, необходимо взглянуться в наше общее прошлое и настоящее.

Исторически в тех обществах, где женщины фактически являлись собственностью мужчин, единственной возможностью гарантировать рождение собственных потомков для передачи имущества своему сыну был жёсткий контроль женщин. Дева, не имевшая ранее половых контактов, считалась «чистой», пригодной для брака, и её покупал за договорную цену муж. При этом единственным критерием её качества являлось наличие или отсутствие кровотечения при первом половом акте.

У многих народов до сих пор сохраняются обычаи демонстрации пятен крови на постельном белье после первой брачной ночи, а девушка, не прошедшая такую проверку, имеет значительные сложности в своей дальнейшей жизни (вплоть до смерти как опозорившая семью).

Отсутствие познаний в физиологии женщины приводит-

ло и приводит по сей день к заблуждению о наличии некой плёнки, «девственной плевы», gimen, которая обязательно разрывается при первом вагинальном проникновении (и даже может быть повреждена при езде на велосипеде или занятиям гимнастикой например, но нет, не может). С точки зрения физиологии «девственная плева» или «вагинальная корона» (это синонимы) не является плёнкой, а существует в виде складок или разрастаний слизистой оболочки влагалища на расстоянии около 1 см от входа в него. Крайне редко эти разрастания закрывают вход во влагалище целиком, при этом хирургическая помощь понадобится девочке с началом менструального цикла для освобождения выхода менструальной крови.

Причём некоторые (далеко не все) женщины, долгое время не занимающиеся проникающим сексом, могут отмечать трудности при попытках возобновить его, что объясняется как раз восстановлением вагинальной короны. От вагинальных родов эти складки постепенно сглаживаются.

Вагинальная корона имеет самую разнообразную форму, как и нос, уши или половые губы разных женщин. Встречаются формы полумесяцев, колец различной ширины, перфорированных мембран, раковин или даже многослойные образования, напоминающие бутон. Также она различается по плотности и эластичности, поэтому при достаточном количестве вагинальной смазки есть вероятность, что разрыва её при проникающем сексе вообще не произойдёт.

Болевые ощущения также совсем не обязательны, а если они есть, то не всегда обусловлены разрывами вагинальной короны или контактным кровотечением из слизистой, а могут совсем быть объяснены, например, наличием вагинизма, психологически обусловленного очень сильного тонического сокращения мышц влагалища, препятствующего свободному проникновению, а это защитная реакция тела, не контролируемая сознанием. Таким образом классическая картина «лишения девственности» со значительной болью и кровотечением является зачастую ничем иным, как картиной травматического полового акта, изнасилования, когда женщина не возбуждена и не расслаблена в должной степени. По сути, её тело чётко и ясно говорит «Нет», но этот голос редко когда будет услышан. А жаль.

Однако вернёмся к социальным корням феномена. С позиций различных религий девственность трактуется как «чистота», «непорочность», как противоположность порока, греха, отсутствие сексуального опыта. Это представление характерно для так называемых авраамических религий, где женщине отводится роль сосуда, инструмента для продолжения человека – мужчины.

В обществах, имеющих эти религии в своей структуре, разделение женщин на «чистых» и «грязных» столетиями имело экономическое и социальное значение. «Чистая» женщина выходила замуж девственной и хранила верность своему мужу, чем обеспечивался контроль над женской сексу-

альностью и тем, что она родила потомков именно от мужа. Наличие у «чистых» женщин собственной сексуальности и желаний полностью отрицалось, а концепция «супружеского долга» обеспечивала доступ мужчин к телам женщин.

Тем временем женщины низших социальных слоёв, а для высокоранговых мужчин – любые женщины, считались вполне законной «добычей», с которой можно не считаться и использовать для своего удовольствия. Во многих обществах иметь любовниц считалось допустимым и даже обязательным (и распоряжаться её жизнью по своему усмотрению, конечно). Миф о том, что «грязные» женщины нужны для того, что «чистым» жилось проще, жив до сих пор. Но это не соответствует действительности, мужчины, пользующиеся услугами проституток либо просто склонные к промискуитету, не склонны к установлению близких эмоциональных и партнёрских отношений с женщинами в целом.

Интересно, что в религиозных концепциях тех обществ, где матриархальные корни видны невооруженным глазом, например в синтоизме (Япония), тантрическом буддизме (Бутан), девственность не является ценностью. Это свидетельство ассимиляции ранних матриархальных верований. При этом японское общество – одно из самых патриархальных среди технологически развитых стран.

В настоящее время концепция девственности имеет также экономическую подоплёку, но несколько с иной позиции. Пластическая хирургия в гинекологии предлагает операцию

восстановления «девственной плевы», и эта услуга довольно востребована. Часть женщин идёт на неё из-за религиозных традиций, а часть – в качестве подарка мужу или партнёру. Как и любое оперативное вмешательство, оно может иметь осложнения в виде спаечных процессов и хронической тазовой боли. Но что такое женская боль по сравнению с мужским удовольствием? Удовольствием от доминирования и владения «чистой» женщиной.

Миф о девственности очень вредит женщинам, а иногда и мужчинам тоже. Из-за распространённости его есть вероятность того, что жертва изнасилования не найдёт внутренних сил обратиться за помощью и поддержкой именно из-за ощущения себя «грязной», испорченной, достойной лишь презрения, наказанной за своё неправильное поведение. Также возможна другая крайность. Женщины, по разным причинам не вступающие в половые отношения с мужчинами, могут ощущать социальное давление и дискомфорт от того, что не поддерживают «нормальные отношения».

Точки зрения мужчин на женскую девственность зачастую также базируются на мифах. Для кого-то это ценный приз, которым стоит похвастаться перед друзьями («распечатал её»), для кого-то – весомый аргумент в праве собственности на женщину («я первый, значит ты моя»), для кого-то это пугающая перспектива полового акта с болью и кровью, излишнего напряжения. Из всех этих концепций лишь последняя, пожалуй, относительно безопасна для женщин, объяс-

нение физиологии может развеять часть страхов, но первые две низводят личность женщины к складке слизистой, могущей послужить мужскому самолюбию. Неужели больше нет способов укрепить свою социальную значимость, кроме как посредством крохотного кусочка слизистой женского тела? Мне это всегда было удивительно.

Мне бы хотелось перемен в этой сфере, а они не будут возможны, пока не будет доступно широкое сексуальное просвещение, соответствующее возрасту, устранение сексуальной объективации женщин, распространение культуры согласия как антитезы культуре изнасилования. Открытый диалог между людьми может стать первой ступенькой к таким переменам.



Женская чувственность. Женщина осознаёт, что может вернуть (присвоить) свою чувственность, только если перестанет смотреть на себя глазами мужчины

Часть 3. Менструация

Размышляя об отношении к женщинам и к женскому в обществе нельзя обойти вниманием такую часть женской жизни, как менструация. Как и женская сексуальность в целом, менструальная функция окружена множеством мифов. Об их корнях и будет сегодняшнее эссе.

Менструации – не исключительно человеческая привилегия. Есть высшие приматы и некоторые летучие мыши, которые также менструируют. И причина этого явления одна – уникальная гемохориальная плацента, а человеческая плацента – самая гемохориальная. Она явилась смелым и очень удачным экспериментом эволюции. Ворсины хориона (одной из оболочек плодного яйца) разрушают стенки кровеносных сосудов в эпителии матки и напрямую контактируют с кровеносной системой женщины. Эмбрион, а затем и плод, может регулировать уровень глюкозы, артериального давления женщины, даже её желания и потребности.

Человеческая беременность – очень серьезное вложение и представляется логичным, что матка производит отбор эмбрионов весьма тщательно. Вынашивать беременность со слабым, нежизнеспособным эмбрионом – значит впустую тратить ресурсы женского организма. И здесь ключевую роль играет эндометрий – внутренняя выстилка матки. Почему-то в сознании обывателей матка – это такая уют-

ная постелька, которая только и ждёт, пока эмбрион дойдёт до неё и погрузиться, чтобы начать его питать и оберегать. Однако – нет.

Эксперименты на мышах показали ясно, что самым неблагоприятным для инвазии эмбрионов местом в организме является именно эндометрий. По сути эндометрий – это полигон, где выжить может лишь самый здоровый, самый приспособленный, достаточно агрессивный эмбрион, чей хорион достигнет материнского кровотока раньше, чем перестанет работать жёлтое тело яичника, и начнёт выбрасывать в кровоток женщины хорионический гонадотропный гормон, перестраивая материнский организм под свои нужды. А менее агрессивные, либо погибшие или погибающие из-за генетических сбоев эмбрионы, будут смыты вместе со всем слоем эндометрия в очередную менструацию.

На заре истории человечества женщины, видимо, менструировали понемногу и редко. В примитивных племенах такая ситуация сохраняется и поныне. Скучное малобелковое питание способствует экономии ресурсов организма, а чередование беременностей и лактационной аменореи делает менструации редкими. Однако наблюдение за тем, что можно кровоточить, при этом оставаясь живой, внушало мистический страх соплеменникам.

Так как связь между половым актом и деторождением была поначалу совсем не очевидна, то возникло представление о самозарождения жизни путём удерживания женщиной

крови внутри тела. По сути это мифологическое представление не так уж и далеко от истины, так как мужчина в репродукции участвует одной клеткой, а остальные несколько кг сложно организованной материи нового тела строятся из крови женщины.

С перестройкой социума в направлении патриархальной модели, понижением общественного статуса женщин, менструальные выделения начинают табуироваться. Сложно сказать, какова была изначальная причина этого явления, в качестве наказания ли за отсутствие беременности или просто из животного страха перед кровотечением.

Я склоняюсь к первому варианту, так как традиция изгнания женщины на время и после родов также существует, но гораздо менее распространена, и крайние формы, когда женщина остаётся одна с новорожденным без помощи, например в лесу, достаточно редки даже в крайне примитивных сообществах. И не нужно заглядывать далеко вглубь веков, достаточно понаблюдать за тем, что происходит сейчас, в XXI веке.

Во многих странах Африки и Азии девушки и женщины вынуждены соблюдать традицию удаляться во время менструации из дома, где живёт их семья, и жить в специальных хижинах без каких либо удобств, в сараях вместе со скотом (если думаете, что это печальнее, то нет, от животных хотя бы исходит тепло), или просто под открытым небом, просяживая над ямкой, куда стекает их «нечистая» кровь. Не все

возвращались домой после этого, смерть может наступить от переохлаждения, инфекционных заболеваний, нападения шакалов или укуса змеи, изнасилования и убийства (одинокая женщина не всем мужчинам кажется однозначно «нечистой» для одноразового её использования) и даже пожаров из-за попыток согреться.

Даже законодательное регулирование (запреты, штраф) не приводит к искоренению этих практик, как видно на примере Непала, ведь люди продолжают верить, что падёж скота, неурожай и прочие несчастья будут наказанием для тех, кто откажется соблюдать этот ритуал, а прикоснувшись к мужчине во время менструаций, женщина сделает его нечистым тоже и навлечёт проклятие на себя.

Надо отметить, что традиции ограничения «нечистых» женщин существует даже в тех религиозных традициях, где матриархальные корни просматриваются очень явно, например в синтоизме, где религиозные ритуалы не могут проводиться, например Императрицей-консортом (супругой Верховного Жреца Синто) во время менструаций. В том же уже упоминаемом ранее Непале в пантеоне немало богинь, но положение обычных женщин этот факт никак не улучшает.

В православном христианстве также существует запрет на посещение храма менструирующей женщиной и в течение 40 дней после родов. Народная традиция предписывает не печь хлеб и не квасить капусту во время менструаций.

Иудаизм предписывает сложные ритуалы очищения женщины после каждой менструации. При этом далеко не все имеют возможность посетить для этого храм, например проживая в отдалённой местности, в этом случае женщине предлагается окунуться для очищения в бурную горную реку.

Хотя я родилась в техногенном обществе, где уже давно люди слетали в космос и победили чуму, когда пришла моя первая менструация (менархе) мне не преминули объяснить, что то, что со мной происходит, как минимум неприлично, полагается этого стыдиться и всячески скрывать следы кровотечений. Полагалось стыдиться даже самих слов «менструация», «месячные», заменяя их на «эти дни», а благодаря рекламе пришло ещё и «критические дни». А уж пятнышко крови на одежде приравнилось просто к смертному греху.

Пока я не поступила в институт и не начала получать стипендию, то не могла покупать одноразовые прокладки, это были необоснованно высокие расходы для родительской семьи. Вата тоже денег стоит, поэтому использовались тряпочки из старой ветоши. Сейчас это модно и экологично, но поверьте, когда пользоваться тряпочками приходится из-за нищеты, то взгляд принципиально отличается. Стирать и даже сушить их предполагалось так, чтобы никто не видел, особенно отец. Мне много раз выговаривали за недостиранные пятна на трусах и на этих тряпках. Единственное, что я могла впитать за несколько лет таких менструаций – унижение.

Быть женщиной само по себе унинительно. А менструирующей – вдвойне.

И вот сейчас современные средства гигиены уже доступны многим слоям женщин, казалось бы проблема решена? Но нет, даже упоминание о том, что у женщины бывают менструации, зачастую вызывают яркие эмоции у мужчин (отвращение, гнев). Часто даже обнаружение нераспечатанных прокладок и тампонов в общих санузлах вызывает отрицательные эмоции у мужчин, почему же? Видимо намёк на то, что женщина может кровоточить теми самыми органами, которые должны служить для удовлетворения мужчин (нет, не должны, но мужчины уверены в обратном), что она имеет наглость перестать быть пригодной для секса по требованию мужчины, вызывает яркий негатив.

Так что ничего не изменилось за последние тысячелетия. Нас не изгоняют в хижину за пределами деревни физически, но внутри, в своём внутреннем мире, и во внутреннем мире мужчин, менструирующая женщина продолжает оставаться «негодным» объектом, подлежащим остракизму. Что мы можем изменить?

Пожалуй, стоит начать с себя, и «эти дни» начать называть «менструацией». Требовать человеческого отношения к себе, если менструация сопровождается нарушением самочувствия, в частности сильными болями (часто это первый симптом серьёзных гинекологических заболеваний), адекватного обезболивания, обследования и лечения теми мето-

дами, которые подходят именно вам, а не: «Что ты выдумываешь, все пьют и всем помогает!» А зачастую никакого лечения не нужно, нужно (всего лишь) оставить женщину на денёк в покое, вспомнив, что она не ломовая лошадь, а человек со своими потребностями. А на ухмылочку: «Что ты такая дёрганная, у тебя ПМС, что ли?» не хихикать, а ответить что-то вроде: «О, просто у меня аллергия на мудачество, а от неё таблеток ещё не изобрели, как жаль».



Менструация. Без сил

Часть 4. Мастурбация

Тема мастурбации, а именно женской мастурбации, является одно из самых табуированных. Это имеет глубокие исторические корни и тесно спаяно с явлениями мизогинии, двойных стандартов и контролем над женской сексуальностью.

В концепция христианства мастурбация являлась грехом, причём женская более, чем мужская. А чего стоят многочисленные мифы, дошедшие до наших дней в виде народного фольклора или даже убеждений экспертов? Волосы на ладонях вырастут, ноги склеятся... Разовьются психические расстройства, рухнет возможность наладить личную жизнь, а в будущем ждёт импотенция и бесплодие... Каких только мифов нет.

Скажем больше, многие сексологи и психологи до сих пор делят женскую мастурбацию на адаптивную и дезадаптивную. Под последней подразумевается та привычная женщине поза при оргазме, когда она плотно сжимает или переkreщивает ноги. Эта концепция подразумевает фаллоцентричность, когда единственным «настоящим» сексом является проникающий секс с мужчиной, а всё остальное является лишь прелюдией к «настоящему» сексу.

Детская мастурбация сейчас считается здоровым этапом познания своего тела, своей сексуальности, и подростку

ребёнку стоит объяснить, что лучше заниматься ею, когда нет зрителей. Пожалуй единственное, на что стоит обратить внимание при детской мастурбации, это навязчивость, если ребёнок вдруг начал мастурбировать действительно постоянно, с трудом контролируя себя, пренебрегая остальной привычной деятельностью.

Но и это лишь симптом, говорящий о сложностях в жизни ребёнка, такие как чрезмерная нервно-психическая нагрузка и тревожность, или воспалительные процессы гениталий, вызывающие зуд, или даже возможное сексуальное растление. Этим причинам должно быть уделено пристальное внимание, а не факту мастурбации. Дети прибегают к ней вынужденно как к компенсации.

Статистика разнится, но есть данные о том, что около 80% женщин в мире занимаются мастурбацией, и значительная часть их не прекращает этого занятия и после наступления климакса. Женщины используют свои руки, воду, специальные приспособления, собственную мускулатуру тазового дна. Кто-то фантазирует о сексе с партнёрами, кто-то концентрируется на своих ощущениях. И всё это нормально. Нормально также фантазировать о чём-то, что совсем не возбуждает в реальности. Разграничение выдуманного и реального мира как раз характерно для зрелой психики, сформировавшей уже здоровые границы собственной личности, и выбор в пользу собственных фантазий, не подключения к ним других людей, если те не хотят участвовать в реализа-

ции чужих фантазий, достаточно здорово и экологично.

Открытия женской физиологии, совершённые буквально несколько десятилетий назад, наконец-то придали женскому оргазму вполне определённую анатомо-физиологическую форму. Клитор, который является вовсе не крохотным бугорком, а крупным образованием, способным к эрекции, наконец-то перестал считаться рудиментом, а получил статус единственного органа, созданного эволюцией для одной цели – получения женщиной оргазма, все виды которого обусловлены стимуляцией внешнего или внутреннего клитора.

Хочется верить, что женский оргазм нужен для эволюции нашего вида, и последние несколько тысяч лет жесткого контроля над женской сексуальностью смогут быть нивелированы сознательными усилиями цивилизованных обществ, а именно борьбой с женским обрезанием, сексуальным насилием в отношении девочек и женщин, ранними детскими браками, необоснованными акушерскими манипуляциями.

И для иллюстрации я собрала рассказы нескольких женщин, которые поделились своими мыслями и чувствами по поводу своего опыта мастурбации. Все рассказы анонимны.

История первая

Занималась я мастурбацией лет с пяти, руками. Я фантазировала, как занимаюсь сексом с домовым, которого представляла маленьким человечком, довольно сильным

и немного опасным. В процессе я испытывала расслабление. Родственники о моей мастурбации не знали, я с детства знала, что им показываться нельзя, был сильный страх, ощущение, что меня поругают, а может и побьют. С началом сексуального опыта я осознала, что в парном сексе сложнее получить оргазм, чем самой по себе. Сейчас я благодаря мастурбации могу снять напряжение в теле и это меня радует.

История вторая

По моим воспоминаниям я впервые сознательно занялась мастурбацией лет в пятнадцать, использовала массажёр, оргазм был сразу очень яркий. Душ был уже гораздо позже, очень редко. Руками очень долго не получалось. Чувствовала, что занимаюсь чем-то ужасно стыдным, плохим, но не могу устоять перед соблазном. Было и чувство вины. Мама вероятно увидела один раз, в самом начале, спросила, что я делаю, я что-то промычала и ушла. Мы никак не обсуждали.

С началом сексуального опыта ничего не изменилось, так и осталось моим личным делом, примерно раз-два в неделю было, иногда реже. Долгое время думала, что это причина отсутствия вагинального оргазма. Сейчас я занимаюсь мастурбацией довольно редко, так как получаю оргазм с мужем, и ещё бывает оргазм во сне. У своих детей я не замечала активной мастурбации. С дочерью, она уже подросток, мы говорили на тему пробуждения сексуальных желаний и ма-

стурбации, что это нормально и естественно, и лучше делать это наедине с собой, чтобы никто не видел.

История третья

Я занималась мастурбацией сколько себя помню, стимулировала клитор пальцами. Это приносило мне успокоение и расслабление. Родители запрещали, ругали, стыдили. Я чувствовала, что мне легче это этого, тело расслаблялось, не понимала, почему они так реагируют, потом стала считать себя ненормальной, но заниматься не перестала.

С началом сексуального опыта я долго не могла соединить свои знания о собственном теле и ощущениях с парными практиками. Движения оставались механическими, не было той волны оргазма по всему телу, которая была мне привычна. Ощущение было, что партнёр или что-то делает механически и ждёт от меня какой-то реакции, или зациклен на себе, а до меня дела нет вообще. Генитальный оргазм с партнёром я стала получать довольно быстро, я не стеснялась объяснять, что мне требуется, но до общего оргазма было далеко. В каком-то смысле я была разочарована. Со временем эта проблема решилась, но даже не за один год.

Сейчас я занимаюсь мастурбацией довольно редко, чтобы расслабиться, например, я чувствую, что это часть моей сексуальности. У сына навязчивой мастурбации не замечала, но с его взрослением планирую обсуждать развивающуюся сексуальность и приемлемые способы сброса напряжения.

История четвёртая

Я занималась мастурбацией с десяти лет, использовала душ. Ощущения были в области нижней части тела, в частности, половых органов, очень приятные, поглощающие, нерезкие, постепенно нарастающие. Чувства стыда не было, так как никто об этом не знал. Понимала, что это что-то моё, личное, глубоко интимное, поэтому ни с кем никогда не обсуждала, даже с подругами (только во взрослом возрасте впервые затронула эту тему с настоящим мужем).

С началом сексуального опыта сначала потребность в мастурбации пропала, а вновь появилась, когда уже была первый раз замужем, в ситуации, когда я хотела, а муж по какой-то причине – нет. Изменилась техника, чаще стала пробовать рукой, основной эрогенной зоной остался клитор. Когда вышла замуж второй раз, вместе с мужем стала применять для мастурбации секс-игрушки.

Сейчас я отношусь к мастурбации спокойно, иногда люблю применять, но никого в это не посвящаю. С беременностью наиболее чувствительной эрогенной зоной стал вход во влагалище. Со взрослой дочерью эту тему я не обсуждала, но я считаю, что она имеет право на свободу в этом вопросе.

История пятая

Мои первые воспоминания о мастурбации приходятся на возраст средних классов школы, около десяти лет. Я ис-

пользовала способ лёжа на боку, сдавливая бёдрами промежность, почти без рук. Испытывала очень сильные ощущения, спазмы, прилив жара, расслабление, размякшее состояние из которого легко засыпаю. Моя мама меня пугала, что это нездоровые действия, кажется, она застучала меня один раз, ушла с недовольным видом, потом прочла нотацию. В дальнейшем от родителей я всё скрывала. Испытывала вину за то, что не могу и не хочу от этого отказаться.

Первые сексуальные опыты выявили аноргазмию. Тело отключалось, я отдельно, тело – отдельно. Горевала по этому поводу. Рассказывала подругам. У них такого не было, удивлялись. Советовали мне тренировать интимные мышцы. Не помогало. Мастурбация меж тем показывала, что с телом все в порядке. Наедине с собой оно всё чувствует. Партнёров у меня было не очень много. С двумя из них секс задался, я испытывала оргазмы, но не такой мощи, как во время мастурбации. Чувство вины перестала испытывать ещё в подростковом возрасте, спасибо гласности и газетам типа Спид-инфо, журналам типа Космополитен. Сейчас отношусь к мастурбации нормально, это естественная потребность моего организма, даёт мне разрядку и расслабление.

В заключении этого эссе хочу пожелать всем женщинам подружиться со своей сексуальностью и найти наиболее подходящие способы её реализации!



Полет (Женщина отдаётся чувствам, игнорируя внутреннего цензора)

Часть 5. Женская грудь

Когда я была совсем маленькой, года в три-четыре, я считала свою бабушку очень красивой женщиной. Всю, целиком. И грудь у неё была прекрасная, большая и висящая до живота. Ведь она кормила грудью своих детей, для меня это было обычное положение дел. Бабушка всегда подчёркивала важность кормления грудью, рассказывала, как носила меня ночью к маме и заставляла её кормить меня (я спала в отдельной кроватке в комнате с бабушкой первый год жизни), ведь никакие заменители груди я не сосала, плевалась и продолжала орать. Мне казалось, что вот такой грудь и будет у взрослой меня, когда я вырасту, и это нормально, это жизнь. Эти мысли приносили удовлетворение и успокоение, что всё идёт своим чередом.

Удивительно, как всё поменялось в моём восприятии буквально за несколько лет и тому были веские причины, ведь в мой мирок постепенно проникало то, что формирует нас безотчётно, а именно социальные, культурные и психологические паттерны. Я перестала считать свою бабушку красивой, как и себя. Я погрузилась в мир, где женское тело не принадлежит самой женщине. Чтобы переварить эту гендерную травму, мне потребовалось около тридцати лет. Миф о красоте, настойчиво продаваемый нам как необходимый компонент счастья, не обошёл стороной и женскую грудь.

Пожалуй, её история служит весьма наглядным примером мизогинии и объективации женщины.

Обычно я помещаю личные истории в конце статьи как наглядные иллюстрации. Но, прочитав ответы женщин на мои вопросы, я почувствовала, что эти истории самодостаточны и говорят сами за себя. Поэтому стоит познакомиться с ними сначала, а затем углубиться в корни явлений, приведших к текущему положению дел. Рассказы анонимны.

История первая

В детстве, когда я видела грудь мамы и бабушки, потом подруг, я испытывала смущение. От ближайшего окружения я слышала оскорбительные высказывания, типа такого: «Ходишь без лифчика, соски видно, как проститутка!» При этом я испытывала стыд. Своё растущее и изменяющееся тело вызывало огорчение, оно было непропорционально, а грудь еле заметна. Я злилась на то, у меня маленькая грудь.

С началом сексуального опыта было стыдно за свою грудь, как будто маленькая грудь – недостаточно сексуальности. При беременности почти не изменилась, здесь надежды не оправдались, а время грудного вскармливания я чувствовала злость, как будто моя грудь мне не принадлежит, хотелось отрезать. Сейчас удлинились соски, это меня огорчает, грудь такая же маленькая. Чувствую себя неполноценной, грудь пока что до конца мне пока не принадлежит. Это бесит.

История вторая

Мои первые воспоминания о женской груди такие. Мне года четыре, сестра двоюродная на год младше. У бабушки в гостях нашли банты какие-то от халатов, сделали из них по лифчику. Увидела бабушка, отругала. Её посыл был такой – рано ещё вам, придёт время, ещё надоест. Мне казалось, что так долго ждать этого времени, и хотелось настоящую взрослую грудь.

В детстве видела мамину грудь, бабушкину. Мамина вызвала чувство жалости. Она у неё была большая и обвисшая. Не знаю почему, но я думала, что это некрасиво, может быть её отношение транслировала. Она не любила свою грудь, хотела пластику сделать, отец был против, она ему нравилась такой, как есть. Бабушкина грудь воспринималась гармонично, усталая, но это естественно, она в возрасте. В подростковом возрасте я очень ждала, когда начнет расти моя грудь, радовалась, когда появилась. До первой беременности у меня была очень красивая грудь, упругая и торчащая. Пожалуй, это единственная часть тела, которая претензий у меня не вызвала. Но вот ласки груди редко возбуждали.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.