



Секс в новом веке 2.0

семь шагов к новому опыту



18+

Саша Бло

**Секс в новом веке 2.0: семь
шагов к новому опыту**

«ЛитРес: Самиздат»

2018

Бло С.

Секс в новом веке 2.0: семь шагов к новому опыту / С. Бло —
«ЛитРес: Самиздат», 2018

В этой небольшой книге автор рассматривает важную и по сегодняшним меркам провокационную тему – сексуальная жизнь в браке, и возможность выхода сексуального опыта за границы брака. Прочитав эту книгу, возможно, читатель взглянет на свой брак с иной стороны или более полно раскроет свою сексуальность. Автор, опираясь на собственный опыт, дает некоторые инструкции, как преодолеть стандартные границы в браке, преодолеть те стереотипы, которые передавались из поколения в поколение. Эта книга – попытка переосмыслить то, чему нас учили о сексе и браке родители и ответить на вопрос, что из этого является важным, а что необходимо пересмотреть.

© Бло С., 2018

© ЛитРес: Самиздат, 2018

Содержание

Введение	5
Предисловие ко второму релизу	5
О чём эта книга?	6
Почему я всё это написал?	7
Мои киты и черепахи	9
Что я предлагаю?	10
Читатель: «Погоди, так ты свингом что-ли предлагаешь заниматься? Уже сто лет все знают про открытые браки! Зачем еще раз про это говорить?»	11
А зачем вообще это нужно пересматривать брачные соглашения?	12
Отказы	14
Что же мы имеем?	15
Поехали! 7 шагов к новым горизонтам	17
Вжух! Всего пара изменений, которые имеют большие последствия	18
Как такое возможно?	20
Как же это делается...	21
Шаг первый – оцениваем ситуацию	21
Конец ознакомительного фрагмента.	23

Введение

Предисловие ко второму релизу

Дорогой читатель, вероятно, вы уже обратили внимание на цифры «2.0» в названии. Это действительно вторая, расширенная и дополненная версия моей книги «Секс в новом веке: маленькая книга о больших возможностях». Перед тем, как вы перейдёте к чтению, я хотел бы рассказать об одной особенности этого текста. Я старался писать по возможности доступно и простым языком. Но когда я сам перечитывал первую версию, я понял, что мне не совсем это удалось. Мне кажется, книга получилась очень насыщенной информационно. Практически в каждом написанном абзаце я пытался донести какую-то мысль или идею. Возможно, если бы в ней было больше примеров или рассуждений, то мне бы удалось лучше расставить акценты. Но воду лить я не очень люблю, поэтому получилось то, что получилось... Пожалуйста, не стесняйтесь при чтении относиться к тексту критически. Если вы что-то не поняли или считаете, что автор где-то пошёл против науки, то смело пишите мне на почту 12dubov@bk.ru с темой «Секс в новом веке».

О чём эта книга?

Я рад, что вы интересуетесь темой секса и купили эту небольшую книжку. Здесь я хочу рассмотреть важную и по сегодняшним меркам весьма провокационную тему – о возможности выхода сексуального опыта за границы брака. Я немного порассуждаю о сексе в контексте брака и о том, как супруги могут разнообразить свою сексуальную жизнь. Главным образом я попытаюсь ответить на вопрос «Что делать, если одному из супругов интересен сексуальный опыт вне брака».

Почему я всё это написал?

Причин много, начиная от моих самых ранних эротических переживаний и заканчивая тем, что сейчас у меня в голове накопилась целая куча понимания о том, как лучше исследовать новые области своей сексуальной жизни. Куча эта очень большая и если бы я это понимание не изложил на бумаге, то, боюсь, у меня попросту взорвалась бы голова. Но всё-таки главная причина, почему я это пишу – обман.

Я очень люблю правдивых людей и сам стараюсь всегда не только говорить правду, но ещё и честно и прямо озвучивать другим собственные намерения. Исключение составляют только рассказы детям о волшебных существах, вроде зубной феи и Деда Мороза. Но это, я думаю, вы мне простите =) Так вот, меня очень расстраивает, когда люди обманывают друг друга или нарушают взаимные договоренности. И каково же было моё удивление, когда я однажды наткнулся на статистику супружеских измен! Разные источники указывают различные цифры (оно и понятно, эти данные можно взять только из опросов, да потом их ещё и корректировать нужно, ведь не каждый признается в измене). Но при этом все они колеблются где-то в районе 75 % для мужчин и 25 % для женщин. Где-то больше, где-то меньше. Это же ужас! Нет ни одного исследования, которое приводило бы цифру, например в 10 % для мужчин! Вдумайтесь только! Если женщина выходит замуж, то у неё всего один шанс из четырёх, что муж её не обманет в одной из своих главных клятв! Всего один из четырёх! Женщины, конечно, намного меньше склонны искать приключения на стороне, но даже 25 % – это всё равно очень много. Если каждая четвёртая женщина изменяет своему мужу, это можно назвать повсеместной практикой. Выходит, что супруги очень часто друг друга обманывают. Почему так происходит, мы рассмотрим чуть ниже. Главное, что я очень хочу, чтобы люди друг друга не обманывали. Я думаю, это очень хорошая цель для книги. И если благодаря этой книге хотя бы в одной семье не произойдёт обман, я буду считать свою цель достигнутой! Но чтобы это произошло, прежде всего, нужно чтобы люди не обманывали сами себя. Я надеюсь, что и в этом данная книга хоть немного сможет поспособствовать.

Если выразиться по-научному, то цель этой книги – формирование сексуально-позитивных моделей поведения в сексуально-негативном социо-культурном контексте. Тут вы меня, наверное, спросите: «Эй, погоди, что за негативный контекст? Я ничего такого вокруг себя не вижу!!». Да, действительно, поскольку каждый из нас воспитан в духе негативного отношения к телу, то нам этот «негативный контекст» в общем привычен. Но если пристально рассмотреть позицию современной культуры по вопросам телесности и секса, то негативное отношение становится очевидным. Самый простой пример – отношение к одежде. Культурное требование срывать своё тело настолько крепко сидит в нас, что большинство носителей западной культуры испытывают явный дискомфорт, смущение и неуверенность, если оказываются без одежды в присутствии посторонних людей. Что уж говорить о каких-то проявлениях телесной близости. До сих пор секс и всё, что с ним связано многими людьми воспринимается как что-то грязное и постыдное. Я не буду вас здесь грузить подробным анализом. Если вам не кажется это заявление правдоподобным, почитайте книги замечательного советского сексолога Игоря Николаевича Кона или книгу не менее замечательной американской писательницы Эмили Нагоски «Как хочет женщина». Здесь же я просто ограничусь констатацией того, что сексуально-негативный контекст имеет место быть. Так вот я очень хочу, чтобы эта книга помогла читателю найти новые, сексуально-позитивные модели поведения и интегрировать их свою жизнь.

Есть у этой книжки и глобальная цель. Если задуматься, то у каждого поколения есть свои собственные задачи. У поколений XX–XXI веков появилась одна специфическая задача. Кроме того, чтобы научиться всему тому, что нас научили старшие, нам зачастую еще и приходится признать, что они учили нас в меру своего разума и переосмыслить, актуально ли

это разумею сейчас. Эта книга – как раз одна из попыток переосмыслить то, чему нас учили наши родители о сексе и о браке. Это попытка ответить на вопрос, что из этого является важным, а что – сохраняется из-за инертности нашего поведения и должно быть пересмотрено.

Честно говоря, я всегда испытывал интерес к свободным отношениям. Но меня сильно смущало то, что открытый брак обычно ассоциируется с семьёй, где каждый из супругов просто в любой момент может заняться сексом на стороне. Свобода – это, конечно, хорошо, но такие отношения я бы не назвал ни тёплыми, ни душевными. И для меня это был своеобразный вызов – понять, возможен ли такой формат отношений, при котором сохраняется близость и теплота, но отсутствует монополия сексуальных отношений. Как мне кажется, я его нашёл. Подходит ли этот формат он лично вам, мой дорогой читатель, вы сможете понять самостоятельно по мере чтения.

При подготовке книги я проштудировал огромное количество качественной научной литературы по психологии и сексологии (список этих книг вы можете найти в конце). Я изо всех сил старался, чтобы текст, который вы читаете, полностью соответствовал современным научным взглядам и, ни в чём им не противоречил.

Мои киты и черепахи

Для того чтобы вам, дорогой читатель еще проще было понять, как содержимое этой книги соотносится с вашими ценностями, я сразу напишу основные «аксиомы», которые я для себя принял и от которых отталкиваюсь, строя всё повествование. Если они вам не близки, то, возможно, вам не стоит тратить своё время на чтение этого текста. Намного интереснее его будет читать тем, кто разделяет мои взгляды.

1. Каждый человек имеет право на сексуальное самовыражение. Не существует «правильного» и «неправильного» секса. Я исхожу из того, что два (или больше) половозрелых, дееспособных, совершеннолетних индивида могут самостоятельно между собой договориться об интимных отношениях друг с другом. Если эти действия не противоречат действующим обязательствам в рамках брака, то никого кроме них это не касается. Допустимо всё, что допустимо для каждого из них и что не нарушает интересов третьих лиц. При этом каждый из них должен осознавать возможные последствия своих действий, в том числе для здоровья и возможного рождения детей.

2. Я против лжи. Мне не нравится, когда люди обманывают друг друга или нарушают ранее достигнутые договоренности. Особенно – когда это происходит в браке. Точно так же я против ханжества и лицемерия.

3. Я против насилия, если только оно не происходит по специальным правилам в специальных играх. Любые вопросы, особенно в браке лучше решать спокойно, не направляя агрессию на своих близких. В идеале так делать всегда.

4. Самое лучшее в нашей жизни – это любовь. Самая лучшая любовь – это полное принятие. Если человек искренне, альтруистично любит, то он счастлив. Можно справиться с любыми проблемами в браке, если решать их, исходя из любви к своему партнёру. Не в браке – тоже. Самое лучшее в нашей жизни – это любовь. Самая лучшая любовь – это полное принятие.

Что я предлагаю?

Современный брак – это соглашение, причём основные его положения принимаются по умолчанию. То есть, вступая в брак, супруги, конечно, обсуждают какие-то обстоятельства предстоящей жизни, но львиную долю установок они принимают от окружающего их социума. Наличие «набора правил по умолчанию» полезно тем, что люди сразу понимают, что же их ждёт после свадьбы. Это знание приходит еще в детстве и дополняется в подростковом возрасте. Каждый из нас, вырастая, видел пример супружеских отношений, начиная от наших собственных родителей и заканчивая персонажами в кино и книгах. Поэтому нам не нужно уточнять все аспекты брака каждый раз, когда на горизонте маячат романтические отношения. (Хотя иногда именно так и нужно делать, ведь многие люди «по умолчанию» имеют совсем разные установки).

Недостатком классического брака является то, что он унаследован нами от наших бабушек и дедушек. Это всего два – три поколения, то есть максимум 100 лет. Но за это время жизнь очень сильно изменилась. Исчезли паровозы, появились автомобили и самолёты. **Средства контрацепции стали настолько совершенны**, что появилось понятие «планирование семьи» и **люди действительно оказались в состоянии иметь столько детей, сколько хотят**, а не столько, сколько позволит родить здоровье женщины. Но для брачного соглашения эти два – три поколения – всего лишь миг. Мы довольно инертны и охотно воспринимаем эти поведенческие паттерны от своих родителей, преобразовывая их совсем немного. Местами это выглядит так, будто мы ездим на автомобиле, а в гараже исправно храним запас воды и **сена** для лошади. Лошадей уже 100 лет почти нигде нет, а сено мы всё равно запасем. Нет, ну боязно же... Наши деды запасали, родители запасали. Вдруг что-то случится, а мы без сена...

Так вот, я предлагаю каждому аккуратно рассмотреть современное брачное соглашение и провести ревизию на предмет наличия «сена» в сексуальных отношениях, то есть норм, которые сегодня при определённых условиях уже можно смягчить, а возможно, и вовсе упразднить.

Здесь вы найдёте один из возможных вариантов выстраивания отношений в семье: что же можно получить, устранив из них «сено». Кроме того, я опишу, как прийти к этой модели отношений мягко, без насилия и не травмируя себя и своего партнёра.

Вообще, в таком процессе главное – аккуратность и деликатность. Нет ничего хорошего, если мы возьмём бульдозер и сравняем наш гараж с землёй только за то, что на нескольких полках завалилось никому не нужное «сено». К тому же кому-то этот запас может совсем не мешать. Кому-то оно просто дорого как память. Я против шоковых изменений в отношениях, поэтому «деликатность» – это тот принцип, которого я советую придерживаться всем. Возможно, кто-то никогда не сможет расстаться со своими запасами «сена» в гараже. Возможно, у кого-то этот процесс займёт годы. Но я считаю, что семейное благополучие стоит того, чтобы все изменения делать аккуратно, последовательно и поступательно, так, чтобы все члены семьи чувствовали комфорт, собственную безопасность и любовь в отношениях между собой.

Читатель: «Погоди, так ты свингом что-ли предлагаешь заниматься? Уже сто лет все знают про открытые браки! Зачем еще раз про это говорить?»

Нет, не совсем. Я предлагаю чуть более изящную систему отношений, чем простой обмен сексуальными партнёрами. Я предложу больше ограничений, чем требуется для того, чтобы однажды просто поменяться партнёрами на ночь. Я уверен, что такой подход будет допустим и интересен большему числу людей – тем, кто не настолько рискован и раскован, чтобы взять и с места объявить свой брак открытым. Главное, что я хочу здесь рассмотреть – это как современному человеку с классическими взглядами на семью найти комфортные границы допустимого в сексе поведения, основываясь на собственной телесности и сексуальности, а не на общепринятых нормах. Возможно, кто-то, пользуясь этим методом, и придёт к классическому свингу. Возможно, кто-то нарушит многие общепринятые нормы, но так никогда и не получит сексуального опыта ни с кем, кроме своего супруга. Но это уже личное дело каждого. Тем же, кто запросто может взять и попробовать свинг со своим партнёром, эта книга точно не нужна. С другой стороны, если вы однажды пробовали свинг и результат был негативным, возможно, вам стоит прочитать эту книгу, чтобы понять, в чём заключались ошибки.

А зачем вообще это нужно пересматривать брачные соглашения?

Это очень хороший вопрос. Китайская книга перемен говорит, что менять что-либо стоит только тогда, когда менять это необходимо. И признаюсь честно, работая над первой версией книги, я для себя мог назвать только одну причину, зачем стоит пересматривать общепринятое брачное соглашение, – это интерес к новому сексуальному опыту. Но уже после её публикации я прочитал замечательную книгу «Брак и его альтернативы» Карла Роджерса, одного из самых значимых ученых-психологов XX века, основоположника гуманистической психологии. Я понял, что направление развития, которое я предлагаю, не так поверхностно, как казалось мне самому.

Роджерс считал, что длительные интимные отношения, такие как брак, должны основываться на четырех базовых элементах: **постоянная включенность в отношения, выражение чувств, непринятие навязываемых ролей и способность разделить внутреннюю жизнь партнера.**

1. **Установку на причастность к отношениям** он определял так: «Партнерство – процесс, а не контракт». Отношения – это работа; она «осуществляется как ради своего, так и ради взаимного удовлетворения». Партнёры разделяют установку: «Мы оба посвящаем себя совместной работе в изменяющемся процессе наших отношений, потому что они постоянно обогащают нашу любовь, нашу жизнь, и мы хотим, чтобы они развивались».

2. Роджерс настаивал на полном и открытом общении. Общение это **выражение чувств**. Это можно выразить фразой: «Я буду рисковать, пытаюсь передать любое устойчивое, составляющее часть меня самого, чувство, позитивное или негативное, моему партнеру – в меру полноты и глубины, как я сам его понимаю. Затем я рискну попытаться понять, со всей эмпатией, на какую я способен, реакцию партнера, будь она обвиняющей и критической или открытой и поддерживающей». В общение есть две одинаково важные фазы: выражение эмоции и открытость к переживанию реакции партнера.

3. **Непринятие ролей.** Роджерс считал, что многочисленные проблемы развиваются из-за попыток партнёров в браке соответствовать чужим ожиданиям, вместо того чтобы рассмотреть свои собственные. Чтобы этого избежать, необходимо следовать принципу: «Мы будем жить по своему собственному выбору, с наибольшей органической чувствительностью, на какую мы способны, и не будем потворствовать желаниям, правилам, ролям, которые окружающие так хотят нам навязать». Роджерс говорил, что многие пары испытывают большое напряжение из-за того, что пытаются жить в соответствии с частичным и амбивалентным принятием установок, которые им навязывают родители и общество в целом. Брак, отягощенный слишком большим количеством нереалистических ожиданий и образцов, внутренне неустойчив и может не приносить удовлетворения.

4. **Становление собой.** Это процесс, когда человек пытается глубоко обнаружить и принять собственную целостную природу. Это очень трудное решение – решение снимать маски, как только они появляются. Он говорит: «Может быть, я могу подойти ближе к тому, что действительно существует глубоко внутри меня, – иногда гнев, иногда страх, иногда любовь и забота, иногда красота, иногда сила, иногда ярость, – не скрывая этих чувств от себя. Может быть, я могу научиться ценить богатство и разнообразие того, чем я являюсь. Может быть, я открыто могу быть в большей степени собой. Если так, я могу жить по своим собственным пережитым ценностям, хотя мне известны все социальные нормы. Я могу позволить себе быть всей этой сложной совокупностью чувств, смыслов и ценностей со своим партнером – быть достаточно свободным, чтобы отдаваться любви, гневу, нежности, как они во мне существуют. Тогда, возможно, я могу быть реальным партнером, потому что я на пути к становлению быть

реальным человеком. И я надеюсь, что могу помочь моему партнеру следовать своим собственным путем к своей неповторимой человечности, которую я готов с любовью принять».

Замечательно, если вы видите, что в вашем браке присутствуют все эти четыре элемента. Я рассказал о них, чтобы вам был более понятен второй, более веский ответ на вопрос «А зачем всё это нужно?», который я для себя обнаружил. Ответ этот – сделать свой брак более счастливым и крепким. То, что я предлагаю, более всего соответствует третьему пункту – о том, что супруги будут более счастливы, если попытаются строить отношения, основываясь на собственных запросах и ожиданиях, нежели на том, что они унаследовали от родителей и общества. Даже если вам не интересен какой-либо необычный сексуальный опыт, попытки переосмыслить, насколько актуальны те нормы, по которым вы живёте и насколько они соответствуют вашим личным запросам и запросам вашего партнёра, наверняка принесут свои положительные плоды в виде большей открытости ваших отношений, большего доверия и большей личной актуализации каждого из вас.

Отказы

Я всячески выступаю за мягкость, деликатность, доброжелательность и чуткость при любых действиях, касающихся семьи и отношений между супругами. Но, к огромному сожалению, я не могу никому ничего гарантировать. Даже если водитель всегда выполняет правила дорожного движения, всё равно имеется ненулевая вероятность, что во время очередной поездки он попадёт в аварию. У водителя встречной машины может лопнуть колесо и тогда его может вынести на встречную полосу. А всё потому, что дорога – область повышенной опасности. Точно так же и здесь. Люди – очень сложные и непредсказуемые системы. Любые изменения в семейных отношениях – это зона повышенной опасности. И никто не может дать гарантию, что всё пройдет гладко, как бы тщательно мы ни соблюдали те или иные правила. В любом случае нам приходится действовать на свой страх и риск. И предпринимая очередной шаг, полезно об этом помнить и стараться очень четко осознавать свои действия, а так же то, что последствия могут быть разрушительными. Но я всё-таки отмечу, что миллионы водителей каждый день выезжают из пункта А и успешно попадают в пункт Б. Так что сопоставлять ожидаемые бонусы и возможные риски придётся только вам самим, мой дорогой читатель!

Что же мы имеем?

Прежде всего, давайте посмотрим, почему сложилась текущая ситуация? Откуда взялось «сено» в наших гаражах?

Я не буду приводить большого исторического экскурса, это не научный труд и я не хочу вас утомлять. Можете поверить мне на слово, а если не доверяете, почитайте научные книги. Если кратко, то классическая модель семьи, которая предполагает монополию сексуальных отношений для супругов – это вполне успешная и проверенная веками схема. Понятно, что она не «забетонирована на месте». Тема смягчения нравов так или иначе прослеживается на протяжении последних лет трёхсот, если не больше. Если рассмотреть нравы начала XIX века, то становится понятно, что с тех пор взгляды, например, на добрачный секс стали намного либеральнее. Например, сейчас сложно представить ситуацию, что заключение брака будет отменено из-за того, что у невесты был добрачный секс. Для нас это вполне нормальное явление. Большинство современных невест не являются девственницами. Но всего каких-то 200 лет назад просто сам факт нахождения девушки вне родительского дома с посторонним мужчиной автоматически означал позор не только для неё, но и для её семьи. Не знаю, насколько обоснованными с прагматической точки зрения были эти суровые взгляды, но совершенно очевидно, что монополия в сексуальных отношениях была вполне оправдана. Ведь никто не хотел растить чужих детей.

Мы, живя в тёплых квартирах, совсем забыли, что каких-то 80 лет назад в нашей стране был голод, от которого самым настоящим образом умирали люди. Чтобы поесть самому и накормить семью, среднестатистическому жителю требовалось тяжело работать каждый день. И даже это не гарантировало, что не случится неурожай, который заставит затянуть пояса не в метафорическом, а в самом буквальном смысле слова – иначе штаны спадут от худобы. Средств контрацепции в современном понимании не существовало в принципе, и любая сексуальная связь мужчины с женщиной могла закончиться беременностью. Можно понять, почему в таких условиях никто не хотел допускать возможность внебрачных связей. Это всего один из простых примеров, но всё же нужно понимать, что раньше жизнь во многом была организована совсем не так, как у современного жителя. Так что я ни в коей мере не хочу критиковать нравы и мораль прошлых веков. Уверен, что в основном такой уклад был оправдан и для чего-то нужен. Но возникает вопрос, а насколько он актуален в настоящее время? Я считаю, что не слишком актуален.

Всё-таки, нам, современным жителям развитых стран, сильно повезло. Всего за каких-то сто лет наука принципиально изменила подход к гигиене, медицине, вопросам планирования семьи, а так же мобильности. Что уж говорить, один интернет не только перевернул возможности коммуникации, но и натурально переворачивает всю парадигму современной экономики. Появилось множество явлений, которых раньше не было и это иногда вызывает коллизии.

Например, мы сейчас довольно усердно следуем правилу, что человек не должен полностью обнажаться при посторонних людях другого пола (кроме врачей). Это правило нормально работало лет 100 назад, так как один человек в принципе мог видеть другого, только если находился рядом с ним. Действительно, зачем женщине оголяться при другом мужчине, если только она не собирается заняться с ним любовью? Если женщину заставляли в таком положении (раздетой), то, естественно, она обвинялась в измене мужу и считалась обесчещенной. И большинство современных людей продолжает придерживаться этих правил. Но жизнь усложнилась, и появились явления, которые обходят это ограничение. Например, в современной семейной жизни считается нормальным, если один из супругов посмотрит на фото обнаженного человека или даже просмотрит порнографическое видео. То есть смотреть на обнаженных людей уже не зазорно. Зазорно – смотреть на обнаженных знакомых людей. Что порождает

довольно забавную ситуацию, когда средний обыватель может видеть на экране обнаженными почти всех звёзд Голливуда, но собственных друзей голышом – никогда.

В общем, жизнь поменялась сильно. И только основываясь на этих изменениях, я предлагаю пересмотр имеющихся парадигм. Если вдруг случится масштабная война, или стихийное бедствие, из-за которых будет разрушена вся мировая экономика, то наверняка люди вернутся к старым, более прагматичным моделям семьи. Но конкретно сейчас, я считаю, мы можем позволить себе некоторые вольности.

Поехали! 7 шагов к новым горизонтам

Думаю, хватит уже вступлений и прелюдий! Давайте начнём! Если вы, мой дорогой читатель, чувствуете себя как Гагарин, это нормально и даже закономерно. Поехали!

Вжух! Всего пара изменений, которые имеют большие последствия

Итак, я предлагаю внести всего пару изменений в современный кодекс семейных отношений. Много нам не нужно, иначе можно голову сломать =) Одно изменение в гласную часть кодекса, одно – в негласную.

Первое изменение касается монополизации сексуальных отношений между супругами. Сейчас предполагается, что люди, вступающие в брак, передают друг другу монополию на секс. По сути, я даже не столько предлагаю изменить это правило, сколько признаться честно, что оно очень плохо работает. Статистика говорит о том, что мужчины и женщины все равно вступают в сексуальную связь на стороне. Проблема в том, что современные поведенческие паттерны не предполагают, что супруги могут договориться в этом вопросе. В результате муж с женой формально следуют правилу «по умолчанию», но на деле нарушают его и обманывают друг друга, что весьма печально. Я считаю, что супруги должны иметь право и возможность просто договориться по любым вопросам, даже по вопросам секса. Главное – чтобы каждый из супругов имел возможность высказаться и быть услышанным.

Возможно, у вас сразу возник вопрос: «Как же без монополии? Ну **что это за брак, когда все трахаются с кем попало на право и на лево?**». Есть простой ответ: «**Так и не надо трахаться с кем попало направо и налево!**». Секс в браке – это выражение любви и привязанности супругов. Очевидно, что в гармоничном браке секс – не является единственным выражением этих чувств. Не хуже супруги выражают свои чувства при обычном общении, в заботе друг о друге и в эмоциональной привязанности. Но в современном классическом представлении брака нет монополии на общение между супругами (хотя история знает примеры и такого, например, средневековая Мальта). То есть супруги проводят свободное время и друг с другом и с другими людьми (друзьями, знакомыми, родственниками). Обычно, друг с другом – больше. Ни у кого ведь не возникает вопросов, как может существовать брак, если нет монополии в общении? Супруги сами регулируют это вопрос. Например, если муж будет проводить больше свободного времени с другом, чем с женой, то это значит, что с отношениями что-то не так. А когда всё хорошо, то обоим супругам нравится проводить вместе много свободного времени. Я считаю, что примерно так же может работать и сексуальный опыт, но с некоторыми поправками. Всё-таки секс – более интимный и личностный процесс. Но при этом я уверен, что супруги, отказавшись от монополии в сексе, могут аналогичным образом регулировать и такие отношения. Если в браке всё хорошо, то 90 % секса всё равно будет происходить только с супругом, даже если отказаться от монополии. Если же кого-то тянет на секс с посторонними больше, чем с супругом, то это не из-за отсутствия монополии в сексе, а из-за того, что между супругами что-то разладилось. Я склоняюсь к тому, что современный секс – это не причина, а выражение отношений между людьми. Если отношения крепкие, то и без сексуальной монополии им ничего не грозит.

Второе изменение касается «негласной» части кодекса и является не столько правилом, сколько условием для возможности существования первого изменения. Оно заключается в том, что каждый из супругов должен иметь возможность безнаказанно высказывать свои пожелания и сексуальные фантазии. Сейчас оно гласно нигде не зафиксировано, но по умолчанию в браке обычно предполагается, что оба супруга играют в игру «кто на свете всех милее?». Сложно представить себе, чтобы муж в присутствии жены мог сказать: «А у тебя симпатичная подруга! Было бы интересно с ней заняться сексом!». Скорее всего, после такого он получит по голове первым же попавшимся под руку жены тяжелым предметом. Так же очень вероятно, что еще довольно долго она будет припоминать ему этот инцидент. Для нас такое поведение является абсолютно нормальным. Мы наблюдаем его примеры в семьях друзей, родственников

и на экране телевизоров. К сожалению, именно такие поведенческие паттерны и толкают на обман тех, кому совсем уж неймётся получить секс на стороне. Любая попытка завести в семье разговор на такую тему, скорее всего, кончится как минимум раздражением, а как максимум – скандалом. В результате получается печальная ситуация. Вместо того чтобы пытаться что-то обсуждать, люди предпочитают просто сделать то, что хочется, допуская риск разоблачения и последующего скандала и даже развода.

Собственно, это всё, что я предлагаю: допустить: что супруги имеют право не устанавливать монополию на секс, и что каждый имеет право высказаться о своих желаниях и быть услышанным. Не так уж и много. Дальше я всего лишь расскажу о том, как человек с традиционными взглядами на брак может внедрить в свою жизнь эти изменения и использовать их.

Как такое возможно?

Конечно, сразу возникает вопрос – а как вообще такое возможно? Понятие супружеской верности существовало веками. Как от неё можно отказаться? Но я и не предлагаю отказываться от верности! Я как раз выступаю за то, чтобы супруги друг друга не обманывали и не изменяли друг другу. То есть соблюдали заключенные соглашения и взятые на себя обязательства. Но традиционный брак предполагает некоторые соглашения «по умолчанию». И, вступая в брак, люди автоматически их принимают. Я даже не против этого. Но я считаю, что супруги по совместной договорённости могут эти соглашения пересмотреть. Не более того. Да, пусть существует некая форма брака «по умолчанию», которая предусматривает все классические взгляды на брак. Но почему люди должны придерживаться тех соглашений, которые им не нужны?

Еще здесь хочу отметить, что мы живём в довольно специфическое время. Наблюдается довольно значительное расхождение во взглядах на секс между людьми разных поколений и разной степени вовлеченности в современную информатизацию. Конечно, более молодые люди и так называемые «граждане интернета» придерживаются более либеральных взглядов на секс. И в то же время старшее поколение и те, кто основную часть информации получает от телевизора, могут смотреть на эти вопросы очень консервативно. Каких взглядов придерживаться, читатель может решить сам, без моей помощи. Я всего лишь хочу предложить инструмент, который позволил бы людям, имеющим запрос на что-то новое, внести это новое в свою жизнь. Я постараюсь описать те сложности, с которыми можно столкнуться на этом пути, для того, чтобы читателю было понятнее, как эти сложности преодолеть.

Опять же, секс вне брака вообще не является чем-то новым. Он существует тысячи лет. Я просто предлагаю модель, при которой это явление может быть более органично интегрировано в семейные отношения – без обмана и предательства.

Как же это делается...

Ну что же, мой дорогой читатель, если вам всё ещё интересно, и вы решили испытать какой-либо необычный опыт, то перейдём от разговоров к практике. Ниже вы найдёте пошаговую инструкцию о том, что же для этого нужно делать.

Шаг первый – оцениваем ситуацию

Да, да, да. Самое первое, с чего нужно начинать вообще любую движуху, это спокойно оглядеться по сторонам и как можно более честно и осознанно оценить ситуацию. В данном случае вам надо определиться, в каком состоянии находится ваш брак и насколько уместно вообще сейчас поднимать вопрос о пересмотре брачных соглашений. **Первый и самый главный вопрос – насколько крепкими и доверительными являются ваши отношения.** Если брак «трещит по швам», то искать близость с партнёрами извне – это первое, что тянет сделать. Естественно, это же действие – последнее, которое следует делать, если ваш брак вам дорог. Поэтому первым делом убедитесь, что у вас с супругом хороший уровень взаимопонимания, взаимодоверия и эмоциональной близости. Удостоверьтесь, что нет неразрешённых «напряжённых вопросов», затянувшихся конфликтов, что ни у кого из супругов нет кризиса в работе. Удостоверьтесь, что вам действительно нравится проводить друг с другом время и что это доставляет вам радость. Если хотя бы одно из этих условий не выполняется, это серьёзный повод задуматься о том, стоит ли сейчас что-то менять с сексуальной стороны брака. Я считаю, что такого рода изменения обязательно должны базироваться на благополучной эмоциональной атмосфере в семье. Если её нет, то следует сначала наладить такое благополучие, а затем уже пересматривать соглашения в сексуальной сфере. Ну и самое дурацкое, на мой взгляд, что можно сделать – это пытаться таким образом вытянуть отношения из кризиса. Весьма вероятно, что во многих случаях такие эксперименты могут стать последней каплей для семьи, находящейся в кризисе. Так что первое условие – здоровая эмоциональная атмосфера в семье, любовь и взаимопонимание.

Если всё же кризис связан с сексуальной стороной отношений, то начните только со второй предпосылки. То есть добейтесь такого состояния отношений, когда вы с партнёром можете обсуждать любые темы и любые фантазии. Это изменение почти наверняка укрепит ваши отношения и взаимопонимание между вами. Когда же будет достигнута некоторая стабильность, можно будет задуматься о пересмотре соглашений.

Второй, тоже важный вопрос, который следует прояснить, это как долго вы находитесь в браке. Он логически вытекает из того, что вообще подразумевает экспериментирование в области сексуальных отношений. Если жена в первый же месяц брака будет интересоваться сексом с другим мужчиной, то возникает вопрос – а зачем она вообще выходила замуж? Может ей для начала исследовать все возможности внутри брака, прежде чем стремиться наружу? То есть должен пройти этап сближения супругов и скрепления брака. Пересмотр соглашений – это в 90 % случаев стрессовый процесс, и подвергать неокрепший брак стрессу опасно. Это может породить конфликты и рост непонимания, недоверия. В общем, брак должен быть крепким, а супруги должны быть уверены, что внутри брака уже точно исчерпали все возможности для освежения своей сексуальной жизни. Если не исчерпали, то бросайте нафиг эту книгу и срочно бегите к своей второй половинке и придумайте что-то новенькое на двоих! Понятно, что момент, когда уже не получается придумать что-то новое, наступает у всех в разное время. Грубо, «на глазок», я бы посоветовал не дёргаться тем, кто в браке меньше пяти лет. Расслабьтесь, наверняка вам ещё есть куда двигаться и в рамках традиционных взглядов. В любом случае, удостоверьтесь, что отношения ваши действительно крепкие

построены на взаимном доверии, а так же в том, что оба супруга свободны от излишней ревности. Иначе всё это может плохо кончиться.

Конечно же, сильным **позитивным фактором** на этом этапе является **отсутствие** в браке прецедентов **супружеской неверности**. Если у одного из супругов уже «подмочена репутация», то второму будет намного сложнее пойти ему на встречу в таком деликатном вопросе. Поэтому я призываю всех: будьте верны своим супругам. Не нарушайте своих же обещаний. А если в браке происходит что-то неприятное, то старайтесь лучше решать проблемы в самой семье, чем искать утешение вне её.

Правда, возможен и такой вариант событий, когда один из супругов уже исправно «гуляет налево», а второй хранит верность. Конечно, это очень печальный вариант, но даже в этом случае прочтение данной книги может подтолкнуть супругов к установлению более честных и сбалансированных отношений.

Кстати, есть одно важное качество, наличие которого стоит проверить на данном этапе. Это качество – **терпеливость**. Если его не хватает, то хорошо бы им запастись впрок. Если вы, мой дорогой читатель, рассчитываете, что сможете реализовать все свои самые смелые мечты за пару дней, то вы сильно ошибаетесь. Конечно, ситуация у всех разная и чудо может произойти. Но вот рассчитывать на такой исход – значит обрекать себя на быстрое разочарование. Я думаю, если бы люди могли так быстро раздвигать свои границы, то эта книжка никому не была бы нужна. Так что запаситесь терпением и относитесь с пониманием и бережностью к своему партнёру. С одной стороны, это убережет ваш брак от потрясений, а с другой – не даст бросить всё при возникновении первых же препятствий.

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.