

УДК 613.88  
ББК 57.0  
К64

*Все права защищены. Никакая часть данной  
книги не может быть воспроизведена  
в какой бы то ни было форме без письменного  
разрешения владельцев авторских прав.*

**Конина, Муза Александровна.**

К64 Сексуальная эволюция. Любовь без секса или секс без любви? / Муза Конина. — Москва : Издательство АСТ, 2019. — 304 с. — (#Psychology#KnowHow).

ISBN 978-5-17-115101-0

Перед вами необычная книга об эволюции сексуальности — трансформациях, которые произошли в психологии любви и секса. Как менялось отношение к сексу на протяжении истории? Почему понятия любви и секса все больше отдаляются друг от друга? Какие мифы о мужской и женской сексуальности существуют? Почему мы выбираем определенный типаж партнеров, из-за чего отношения развиваются по похожим схемам? Является ли беспорядочный секс патологией? Может быть, мы очень скоро дойдем до стадии «роботолюбви» или выйдем на сверхновый уровень чувственности?

Книга, в которой Муза Конина, клинический психолог, психотерапевт, исследует чувственность во всех ее проявлениях, станет для любознательного читателя проводником в мир секса, приблизит к разгадке тайны сексуальности, поможет разобраться во внутренних механизмах собственной чувственной жизни. Автор не боится сложных тем и острых углов, емко и понятно освещает вопросы сексуальной жизни, которые являются злободневными, но неловкими для многих людей.

Макет подготовлен редакцией



Мы в социальных сетях. Присоединяйтесь!

[vk.com/prime\\_ast](https://vk.com/prime_ast)

[www.instagram.com/prime.ast](https://www.instagram.com/prime.ast)

[www.facebook.com/praim.ast](https://www.facebook.com/praim.ast)



ISBN 978-5-17-115101-0

© Конина М. А., 2019  
© Гречко А. А., иллюстрации, 2019  
© Сарапульцева Е. Б., фотографии, 2019  
© ООО «Издательство АСТ», 2019

# ОГЛАВЛЕНИЕ

<b>Введение</b> .....	11
Любовь или «ничего личного»? .....	17
Возможно, представления о хаосе в любви устарели? .....	22
<b>Глава 1. История беспорядочного секса</b> .....	27
Секс в Античности. Загадки Платона .....	29
Секс в Средние века. Жены и ведьмы .....	36
Секс в эпоху Возрождения. От Дон Жуана до пикапа .....	40
Секс в Новое и Новейшее время. Революция Фрейда .....	45
<b>Глава 2. Секс в эпоху мегапотребления</b> .....	51
Триумф соблазнения .....	52
Любовь как бизнес-проект .....	56
Социальная проституция в тренде .....	61
<b>Глава 3. Суррогаты любви.</b>	
<b>Новейшие тренды сексуальности</b> .....	67
Суррогаты любви .....	71
Одному проще .....	75

---

Секс без тела. Эволюционная утопия . . . . .	80
Технологии и суррогаты. . . . .	85
Цифросексуалы и роботозависимость. . . . .	90
ИВАН, 34	
Иногда было весело, но счастливым я себя не чувствовал . . . . .	95
МАРУСЯ, 38	
Пропадает ценность внимания, чувств, постоянства и глубины . . . . .	99
<b>Глава 4. Психология сексуальности.</b>	
<b>От Зигмунда Фрейда к Питеру Фонаги . . . . .</b>	<b>103</b>
Зигмунд Фрейд. Все дело в сексе. . . . .	108
Секс после Фрейда. . . . .	112
Питер Фонаги. Секс все еще важен . . . . .	115
Безумие любви. . . . .	120
Существует ли «нормальная» сексуальность? . . . . .	125
<b>Глава 5. Детские травмы</b>	
<b>и болезни любви . . . . .</b>	<b>133</b>
Травмы в схемах . . . . .	135
А как же любовь? . . . . .	142
ГУДРУН/ДЖЕРАЛЬД. . . . .	143
ГЕРМИОНА/РУПЕРТ . . . . .	149
УРСУЛА/РУПЕРТ . . . . .	154

Как ключик к замочку .....	158
<b>Глава 6. Быстрые сексуальные связи: культура или патология? .....</b>	<b>165</b>
ТАМЕРЛАН, 36	
Я возбуждаюсь не от женщин.....	166
Нимфомания, донжуанизм и другие имена беспорядочного секса .....	171
Нарушения привязанности и беспорядочный секс .....	181
Секс с патологией характера .....	189
Портрет мужчины, ведущего беспорядочную сексуальную жизнь .....	198
ГРИГОРИЙ, 34	
Не могу остановиться, новое заводит больше! .....	203
<b>Глава 7. Биологическое и социальное в сексе. ....</b>	<b>213</b>
Мифы о мужчинах и женщинах .....	216
Зависть к пенису .....	220
Беспорядочность в мужской природе? .....	228
Конец бинарности. Пол вырождается! .....	236
ЛЮБАВА, 47	
Хочется новизны ощущений. Я как мужик! .....	241

---

<b>Глава 8. Асексуальность и другие крайности секса без границ</b> . . . . .	247
Асексуалы — новый мейнстрим . . . . .	249
Инфантилизм или позднее взросление? . . . . .	254
Порно и модификация любви . . . . .	257
О чем говорят извращения? . . . . .	265
BDSM: особые потребности . . . . .	270
Девииации и мода . . . . .	275
ЛЕВ, 36	
Нет никакого понятия нормальности! . . . . .	280
ЭПИЛОГ . . . . .	285
РЕКОМЕНДАЦИИ . . . . .	287
ЛИТЕРАТУРА . . . . .	290
ФИЛЬМОГРАФИЯ . . . . .	295
ПРИМЕЧАНИЯ . . . . .	296
ОБ АВТОРЕ . . . . .	301

---

*В книге описаны любовные отношения и сексуальные связи как вымышленных, так и реальных людей. Мужчины и женщины, с которыми я беседовала о жизни и беспорядочном сексе, согласились рассказать о себе, зная, что материалы будут опубликованы анонимно. Тексты согласованы с рассказчиками, никто из них не был моим клиентом.*



# ВВЕДЕНИЕ



Отношения бывают живые, а бывают мертвые. Мертвые — это когда он врет, что задержится на работе, чтобы погулять с друзьями, а она приносит в жертву свою работу, чтобы побыть с ним дома. Они оба друг другу скучны. И секса нет, или он случается несколько раз в год. Живые отношения — когда оба рискуют быть свободными и счастливыми, каждый для себя и ради себя. Это отношения, в которых каждый существует отдельно. И выбирать друг друга приходится снова и снова, возможно каждый день. Быть может, и не только друг друга, а кого-то еще...

В живых отношениях меньше стабильности. В любой момент можно потерять друг друга, ведь выбор — это не цепляться за него или за нее и не «умирать» в прошлом любви, которой уже нет. Выбором является сама жизнь. И секс — экстракт этой жизни. Эмоциональный, живой, фееричный.

Мертвые отношения более доступны. Удерживать их можно жертвами, манипуляциями, скандалами, побоями, деньгами — заменять живые чувства множеством самых изощренных способов. Но такие отношения не слишком интересны.

Эта книга не только для тех, кто пытается понять, почему в нашем испорченном мире все сложнее найти подходящего человека, но и для тех, кто хочет оставаться живым, в живых отношениях, с партнером, который делает такой же выбор. Она для тех, кому

хватает смелости оставаться в одиночестве, когда уходят чувства и по-настоящему ни к кому не влечет. Для тех, кому интересно разобраться, как и почему этот выбор делают мужчины и женщины. Книга написана для людей ищущих и пытливых, выбирающих живые отношения даже в наше сложное время суррогатов и механистических краткосрочных связей.

---

**Приближается то время, когда человек не пустит более стрелы тоски своей выше человека и тетива лука его разучится дрожать! Я говорю вам: нужно носить в себе еще хаос, чтобы быть в состоянии родить танцующую звезду.**

Фридрих Ницше. Так говорил Заратустра

**Мы употребляем слово «сексуальность» в том же широком смысле, в каком немецкий язык употребляет слово «любить».**

Зигмунд Фрейд. Введение в психоанализ

**Любовь – это направление, которое отрицает все другие направления. Это... свобода вдвоем.**

Дэвид Герберт Лоуренс. Женщины в любви

Давно ли вам говорили слова любви так, чтобы они отзывались теплом в сердце и сопровождались сексуальным возбуждением в теле? Давно ли вы занимались любовью, глядя партнеру в глаза и не сомневаясь в том, что любите и любимы?

Мы живем в мире, где беспорядочный секс стал нормой. Нормально познакомиться для секса, а после секса разбежаться, пока бессмысленность и опустошенность не смыли улыбку с лица. Нормально после этого больше никогда не увидеться. Вполне нормально быть в нескольких сексуальных связях сразу или подряд, проживая интимность на поверхности и оплакивая отчаяние и одиночество где-то внутри.

Исключить для себя случайный секс не удастся. Мужчины и женщины все позже взрослеют и до четвертого десятка перебирают партнеров. Или, оказавшись на «рынке любви» после развода, с удивлением обнаруживают, что «правила игры» поменялись. Супруги беспокоятся друг о друге в условиях все возрастающей конкуренции и пытаются устоять перед всевозможными соблазнами. Любовные и сексуальные отношения важны всем, а представления о них постоянно устаревают.

Любви больше нет. Есть зависимость, есть патология. Заблуждения несовершенной психики. Причудливые аффективные реакции. Набор детских травм. Окситоциновая наркомания. Химия гормонов, подающих ощущения в тело и в мозг.

Отношения? Ничего серьезного быть не может! Полегче, без выноса мозга... А зачем нам отношения? Назовем дружбой. Дружеский секс не исключен. Тренд времени: «Давай попроще!» Просто интересно,

тянет. То тянет, то не тянет. Просто секс. С ним-то уж точно все ясно. Не умеешь — есть порно. Порно — секс под контролем.

Секс — это страшно. Привязаться страшно. Испытывать сильные, сложные чувства — страшно.

Наоборот — тоже плохо. Тоскливо, когда чувства быстро проходят. Чтобы не остывать, приходится держать партнера на расстоянии. Тогда интересно. Легко и весело. Иногда...

---

**Любви больше нет. Есть зависимость, патология. Заблуждения несовершенной психики. Причудливые аффективные реакции. Набор детских травм. Окситоциновая наркомания. Химия гормонов, подающих ощущения в тело и в мозг.**

Понятия любовь, секс утратили свои смыслы. Порывы друг к другу — глубину. Я часто слышу от клиентов и знакомых, что чего-то не хватает в такой любви. О чувствах вообще не говорят. На любовь не похоже.

Сексуальные связи множатся и обрываются. А умеем ли мы еще любить, даже в те редкие мгновения, когда оказываемся близки? Каждый по-своему относится к доступности секса, к новым форматам любви. Технологии задают способы быть (или не быть) вместе. Изменения в отношениях между людьми неизбежны.