

Посвящается А.

Naomi Wolf

 *agina*

A New
Biography



An Imprint of HarperCollinsPublishers

Наоми Вульф

Вагина

Новая история
женской сексуальности



МОСКВА
2014

УДК 159.922.1
ББК 88.576.8
В88

Переводчик Мария Рыбакова
Редактор Наталья Нарциссова

Вульф Н.
В88 Вагина: Новая история женской сексуальности / Наоми Вульф; Пер.
с англ. — М.: Альпина нон-фикшн, 2014. — 414 с.

ISBN 978-5-91671-301-5

Американская журналистка и писательница Наоми Вульф, автор культового «Мифа о красоте», посвятила свою новую книгу... вагине. Предпринятое Вульф исследование превратилось в увлекательное и полное неожиданных открытий путешествие во внутренний мир женщины. То, как относятся к вагине в разных культурах — с уважением или презрением, внимательно или пренебрежительно, — демонстрирует отношение к женщине как таковой. Для адептов тантры вагина — это путь к просветлению, для средневековых отцов церкви она была вратами ада, а для современной массовой культуры, пронизанной порнографией, это просто одно из многих средств развлечения. Но понять, что же такое вагина на самом деле, можно, только если знать, что между нею и мозгом существует тесная связь. Это доказывают научные исследования, посвященные биохимическим процессам, которые вагина запускает в мозге. Именно вагина определяет творческий потенциал женщины, степень ее уверенности в себе и даже характер. По сути, она является неотъемлемой частью женской души.

Зная об этой связи, можно, наконец, лучше понять женскую сексуальность и индивидуальность, а для женщин это значит — понять и оценить себя.

УДК 159.922.1
ББК 88.576.8

Все права защищены. Никакая часть этой книги не может быть воспроизведена в какой бы то ни было форме и какими бы то ни было средствами, включая размещение в сети Интернет и в корпоративных сетях, а также запись в память ЭВМ для частного или публичного использования, без письменного разрешения владельца авторских прав. По вопросу организации доступа к электронной библиотеке издательства обращайтесь по адресу lib@alpinabook.ru.

ISBN 978-5-91671-301-5 (рус.)
ISBN 978-0-06-198916-2 (англ.)

© Naomi Wolf, 2012
© Издание на русском языке, перевод, оформление. ООО «Альпина нон-фикшн», 2014

Содержание

Благодарности..... 9

Предисловие 11

ЧАСТЬ 1. ЕСТЬ ЛИ У ВАГИНЫ СОЗНАНИЕ?

1 Знакомьтесь, тазовый нерв 25

2 Ваша удивительная вегетативная нервная система.... 41

3 Уверенность в себе, творческий полет
и взаимосвязанность явлений..... 59

4 Допамин, опиоиды и окситоцин..... 75

5 Все, что мы «знаем» о женской сексуальности,
безнадёжно устарело 99

ЧАСТЬ 2. ИСТОРИЯ: ПОКОРЕНИЕ И КОНТРОЛЬ

6 Травмированная вагина 113

7 Священное начало вагины..... 155

8 Вагина в викторианскую эпоху: медикализация
и подчинение..... 173

9 Модернизм: «освобожденная» вагина 193

ЧАСТЬ 3. КАК ЕЕ НАЗЫВАТЬ?

10	«Самое ужасное слово на свете»	225
11	Насколько это забавно?	243
12	Порнографическая вагина.....	255

ЧАСТЬ 4. БОЖЕСТВЕННАЯ МАТРИЦА

13	«Возлюбленный — это Я»	281
14	Безграничное наслаждение и полное пробуждение: вагина как освобождающая сила	319
	Заключение. Возвращение богини.....	385
	Примечания.....	391

*Как странно и жутко казалось стоять нагой под открытым небом!
И как упоительно! Она испытывала то же чувство, что новорожден-
ные, когда открывают глаза в узнаваемом, но еще неизведанном мире.*

— Кейт Шопен. ПРОБУЖДЕНИЕ

Благодарности

Эта книга не появилась бы на свет без помощи многих людей, в частности выдающихся ученых, исследователей, консультантов и врачей, у которых я брала интервью. Все они не пожалели времени на то, чтобы поделиться своими знаниями и рассказать нам, далеким от науки людям, об особенностях женского здоровья и сексуальности. Я хочу выразить свою глубокую благодарность всем этим специалистам, которых назову в порядке их появления в книге. Это Дебора Коди и Нэнси Фиш из Нью-Йоркской клиники акушерства и гинекологии (Сохо); Рамеш Бабу из Нью-Йоркской университетской клиники; Джеффри Коул из Центра реабилитации Кесслера (Оранж, Нью-Джерси); Барк Ричмонд из Школы медицины и общественного здравоохранения Висконсинского университета; Кэтрин Кэйкалс из Нью-Йорка; Джим Пфаус из Университета Конкордия (Монреаль); Джулиус Гепп и Бэйзил Кокур из больницы Леннокс-Хилл (Нью-Йорк). Меня очень вдохновило общение с учеными и врачами и воодушевила их искренняя преданность делу, которым они занимаются. Многие из них прочли эту книгу в разных версиях, и я хочу еще раз поблагодарить их от всего сердца за время, которое они мне уделили, несмотря на занятость, и за те ценные замечания, которые они сделали. Любые неточности, если они встретятся в книге, разумеется, только на моей совести.

Я благодарна Кэролайн и Чарльзу Мьюир, а также Майку Лусаде, которые нашли время, чтобы посвятить меня в историю и практику тантры.

Также хочу высказать самые теплые слова благодарности людям, которые как под своими реальными именами, так

и под псевдонимами поделились со мной историями из своей жизни.

Я глубоко признательна моим блестящим редакторам Либби Эдельсон и Дэниелу Халперну из HarperCollins и Ленни Гудингсу из Virago. Более восприимчивых и проницательных читателей и комментаторов невозможно представить! Также большое спасибо Майклу Маккензи и Зои Худ. Моя искренняя признательность литературному редактору Лори Макги за внимательность и терпение. Рашми Шарма оказал мне огромную помощь в исследовании материалов. Джон и Катинка Мэтсон и Рассел Вайнбергер, мои литературные агенты из Brockman, прочитали множество версий рукописи и сделали весьма ценные замечания.

И, как всегда, моя глубочайшая благодарность семье – родителям, спутнику жизни и детям.

Предисловие

ЧТО ТАКОЕ ВАГИНА?

Зачем писать книгу о вагине?

Дело в том, что я всегда интересовалась женской сексуальностью и ее историей. В частности, тем, как относятся к вагине в разных культурах – с уважением или презрением, внимательно или пренебрежительно, – ведь это демонстрирует отношение к женщине как таковой. Как выяснилось, разных взглядов на вагину – студенты-историки назвали бы их «концепциями» – существует столько же, сколько и культур. Когда я только начала свое исследование, то думала, что, рассмотрев вагину под столь разными углами зрения, смогу многое узнать о женщинах – и как о сексуальных объектах, и как о членах общества – и, кроме того, это исследование, несомненно, покажет, каково положение дел на сегодняшний день. (К тому же, поскольку я женщина и люблю получать удовольствие, мне не терпелось узнать что-то новое о женской сексуальности.) Я думала, что, изучая все эти «концепции», я узнаю правду о вагине. И рассчитывала на то, что некоторые из них окажутся верными, а другие нет. Но теперь я считаю, что все они верны лишь отчасти и некоторые концепции, включая наши собственные, субъективны и полны ложной информации.

Является ли вагина путем к просветлению, как это было для индийских практиков тантры? Или «золотым лотосом», как учит философия китайского Дао? Быть может, это просто «дыра», как считали во времена королевы Елизаветы? Или же признак женской зрелости – орган, способность которого

доставлять его обладательнице удовольствие, отличает женщин от девушек, как полагал Зигмунд Фрейд? Или, напротив, это не играющий особой роли орган, второстепенный по отношению к клитору, как провозгласили американские феминистки 1970-х? А может, это то, чем ее считает современная массово производимая порнография, — «горячее», но, по сути, взаимозаменяемое «отверстие», в тысячах разных форм визуально доступное любому, у кого есть доступ к Интернету? Или то, что провозглашает современный, ориентированный на секс постфеминизм 2000-х, — средство получения удовольствия для похотливых женщин, которые требуют быстрого удовлетворения, прибегая ради этого и к смс-сообщениям случайным партнерам для секса на одну ночь, и к электронным вибраторам?

Я прочла книгу эволюционных биологов Кристофера Райана и Касильды Джета «Истоки секса» (*Sex at Dawn*) [1], перечитала «Доклад Хайт: Общенациональное исследование женской сексуальности» (*The Hite Report: A Nationwide Study of Female Sexuality*) [2] социолога Шир Хайт, ознакомилась с историческими произведениями о вагине, например такими как «История В.: Естественная история женской сексуальности» (*The Story of V: A Natural History of Female Sexuality*) [3], написанная историком культуры Кэтрин Блэкледж. Я изучила научные базы данных по новейшим исследованиям женского оргазма, такие как «Архивы сексуального поведения», и побывала в лабораториях, где проводятся самые передовые нейробиологические исследования роли женского сексуального удовольствия, в частности в лаборатории доктора Джима Пфауса из Университета Конкордия. Проводимые там эксперименты наглядно демонстрируют, что женское сексуальное удовольствие играет важную роль в выборе партнера даже среди низших млекопитающих. И в результате мне стало ясно, что все эти книги, статьи и концепции являются только частью головоломки.

Руководствуясь как логикой, так и личным опытом, я начала понимать, что самое главное — но об этом редко говорится за пределами узкого круга — то, что между мозгом и вагиной существует тесная связь. И мне кажется, что в этом заклю-

чается вся суть дела. Именно это приближает нас к разгадке в гораздо большей степени, чем все остальное, что я исследовала. Эта книга задумывалась как историко-культурный обзор, но он быстро перерос в очень личный акт познания. Из-за того намека на разгадку, который внезапно промелькнул передо мной, я просто обязана была узнать правду о вагине.

Благодаря болезни я обрела дающий пищу для размышлений опыт, который позволил предположить наличие важной взаимосвязи между вагиной и самосознанием женщины. Чем больше я разбиралась в этом вопросе, тем глубже понимала, каким образом влагалище связано с мозгом женщины и, более того, почему можно утверждать, что вагина является тем, что определяет творческий потенциал женщины, степень ее уверенности в себе и даже характер.

После того как я узнала, какие неврологические и физиологические процессы стоят за тем, что я испытала, связь между женским мозгом и вагиной дала мне ключ к пониманию других актуальных вопросов, с которыми сталкиваются женщины. Получив доказательства того, что эта связь реальна, я поняла, что именно она играет главную роль в том, что происходило с женщинами на протяжении всей истории, и осознала, как важно рассказать о ней самим женщинам и всем тем, кому они небезразличны. Зная об этой связи, мы можем наконец лучше понять женскую сексуальность и индивидуальность, а значит – понять и оценить себя.

В рамках этого исследования я также хотела услышать, что могут рассказать о вагине мужчины, – не принимая ту одностороннюю версию, которую предлагает нам наша пронизанная порнографией культура. Когда я рассказывала о теме своего исследования, многие знакомые мужчины соглашались ответить на мои вопросы об их отношении к вагине, и их ответы меня порадовали. Часто, хотя и не всегда, в их описаниях этой части женского тела сквозило что-то вроде восхищения или даже любви. В их определениях не было ничего унижительного или порнографического, хотя ни респонденты, ни их слова не были результатом случайной выборки.

К моему удивлению, многие гетеросексуальные мужчины, которые оказались готовы поговорить со мной о своих истинных чувствах, выразили своего рода *благодарность* вагине, и при этом они не акцентировались на получении удовольствия, а говорили о чувстве облегчения и радости по поводу того, что они полностью *приняты* и *желанны*. Эти слова – *принятие* и *желанность* – упоминались в моих беседах с гетеросексуальными мужчинами снова и снова, и я подумала о том, что представительницы моего пола недооценивают, как важно для мужчины осознание того, что он принят женщиной.

Конечно, можно предположить, что некоторые из этих ответов были обусловлены тем, что вопросы задавала женщина, но тот факт, что так много мужчин выражали схожие чувства снова и снова, заставил меня поверить в то, что в их ответах есть доля правды. Когда я описывала обнаруженные мной связи между вагиной, творческим началом и здоровьем, некоторые мужчины ответили, что эта гипотеза подтверждается их личным опытом общения с женщинами.

Эти полученные мною знания о глубинной связи между мозгом и вагиной, а также о женских эмоциональных и сексуальных реакциях изменили к лучшему мою жизнь, мои отношения с людьми и мои взгляды. Сделав эти открытия, я почувствовала (я сейчас говорю это без тени намека на неуважение к мужчинам), как мне невероятно *повезло*, что я – женщина. И, кроме того, я смогла понять, какое это *счастье* для женщин, что им дарованы их тела!

В нашей культуре для описания женского тела, и в частности вагины, используются просто отвратительные слова, и это вызывает у женщин постоянный дискомфорт. Ведь женское сексуальное удовольствие связано не только с сексом или с наслаждением. Оно также является источником женского самопознания и оптимизма, инициативности, блаженства и чувства превосходства, средством реализации женского творческого потенциала и смелости, а также выражением

способности чувствовать, которая во многом ощущается как свобода.

Правильное понимание роли вагины заключается в том, что она не просто имеет тесную связь с мозгом, но и, по сути, является неотъемлемой частью женской души.

Когда я доросла до правильного понимания этой роли, я стала расспрашивать женщин и ученых, которые исследовали связь между вагиной и женским творческим потенциалом, уверенностью в себе, а также отношением к разным вещам и людям. Полученные ответы подтвердили, что я двигаюсь в верном направлении.

До того как я начала свое исследование, многое связанное с вагиной в контексте истории и восприятия обществом было мне непонятно, например почему у многих женщин-писателей и художниц наиболее плодотворный творческий период наступал после сексуального пробуждения, или почему женщины, как правило, впадают в зависимость от любви, или почему гетеросексуальные женщины так часто экзистенциально разрываются между двумя типами мужчин — «плохими парнями» и хорошими, положительными людьми. И еще — почему в западной истории на протяжении многих столетий вагина была объектом всевозможных злоупотреблений, насилия и контроля.

Чем больше я узнавала о том, как устроена вагина и какие биохимические процессы она запускает в мозге, тем больше прояснялись эти загадки, которые прежде казались мне сугубо культурологическими. Ученые, работающие в самых современных лабораториях и клиниках по всему миру, уже подтвердили: вагина и мозг женщины неразрывно связаны, это части одной системы и вагина служит своего рода связующим звеном для передачи чувства превосходства, уверенности в себе, а также способствует раскрытию творческого начала. Как только мы это понимаем, многие вещи, которые раньше казались загадочными и нелогичными, встают на свои места.

В первой части книги я исследую, почему роль вагины так долго трактовалась в корне неверно. На основе научных зна-

ний и выводов, сделанных мною в процессе общения со многими людьми, как личного, так и по Интернету, я пришла к убеждению: все, что происходит с вагиной – на биологическом уровне, – может как повышать, так и понижать степень уверенности женщин в себе, как способствовать, так и препятствовать раскрытию их творческого потенциала. Кроме того, это может усиливать позитивное ощущение гармоничного соединения духовного и материального миров или порождать переживания по поводу утраты этой гармонии. Это может обогатить опыт женщины трансцендентным мистическим состоянием, которое повлияет на всю ее жизнь, а может оставить ее на пороге этого чувства, дав лишь намек на то, что за закрытой дверью кроется что-то «большее». Описанное в последнем случае переживание может не только стать причиной снижения ее либидо, но также привести к тому, что специалисты называют экзистенциальной депрессией или отчаянием.

Вторая часть этой книги посвящена исследованию того, как общественный контроль над вагиной и женской сексуальностью привел к контролю над умами и духовной жизнью женщин на протяжении всей истории Запада.

Третий раздел посвящен текущему положению дел и показывает, как современные отягчающие факторы, например распространение порнографии, притупляют чувственность мужчин и женщин и препятствуют полноценной жизни вагины.

Наконец, в заключительном разделе книги я рассуждаю о том, как «вернуть Богиню», – то есть как по-новому сформулировать значение вагины в наших отношениях с самими собой и с нашими любимыми в контексте ее фактической неврологической функции связующего звена и органа, отвечающего за наше счастливейшее, целостное самоощущение. Мы поговорим о том, в чем действительно нуждаются женщины, – как для счастья и удовлетворения в сексуальной жизни, так и для общего благополучия, – основываясь на последних достижениях неврологии, а также на том, что я узнала от мастеров тантры, которые проводят свои дни, исцеляя и пробуждая сексуально и эмоционально опустошенных женщин.

Большинство примеров в этой книге, в частности там, где речь идет о физиологии женского возбуждения и оргазма, будут актуальны для женщин любой сексуальной ориентации – лесбиянок, гетеросексуалок, бисексуалок и т. д. Но для меня приоритетной темой является исследование физических и эмоциональных взаимоотношений гетеросексуальных женщин с мужчинами, и некоторые из научных исследований сфокусированы на физиологии именно гетеросексуальных контактов.

Я решила уделить максимум внимания этой теме не потому, что возбуждение, оргазм, отношения или взаимосвязь между мозгом и телом лесбиянок и бисексуалок кажутся мне менее интересным предметом изучения, чем исследования гетеросексуальных пар. Просто я считаю (особенно теперь, после всего, что я узнала), что женские сексуальные реакции и связи между телом и мозгом настолько сложны и требуют настолько бережного отношения, что политкорректный подход, предполагающий объединение всего женского опыта, просто не сможет адекватно отобразить и передать все нюансы. Напротив, я уверена, что подобный анализ физиологии, чувственности, связи между мозгом и телом лесбиянок и бисексуалок, а также вопрос о роли вагины в лесбийских и бисексуальных отношениях заслуживают того, чтобы им посвятили отдельные книги.

Также хотелось бы отметить, что эти вопросы касаются не только тех женщин, которые в данный момент состоят в отношениях. Несмотря на то что, как уже отмечалось, многие примеры сконцентрированы на теме любовных ласк, эти знания применимы в первую очередь к сексуальным отношениям женщины с самой собой.

ЧТО ТАКОЕ БОГИНЯ?

В этой книге я буду ссылаться на определенное состояние души или сознания, которое для удобства, а также в качестве некоего отголоска прошлого буду называть Богиня. Я ни в коем случае не хочу создать в вашей голове кашу из образов 1970-х

с их языческим культом богини во всех женских пристанищах в государственных парках и не апеллирую к упрощенному, свойственному поп-культуре «самоуважению». Скорее я создаю риторическое пространство, которого пока не существует, когда мы говорим о вагине, но которое относится к чему-то очень реальному.

Психолог Уильям Джемс, автор идеи «биологического сознания», изучал, как физическое тело влияет на ход мыслей. В 1902 г. он опубликовал свою знаменитую книгу «Многообразие религиозного опыта» (*The Varieties of Religious Experience*)¹ [4]. В этой книге, на которой основана часть моей доказательной базы, он исследует роль трансцендентного опыта, о котором большинство людей имеют лишь отрывочные представления, однако современные исследования показывают, что большинству из нас все же довелось в какой-то степени его испытать – в процессе исцеления от душевных травм и депрессий [5]. Не настаивая на божественной природе такого опыта, Джемс обратился к вопросам неврологии как к субстрату этих общих мистических переживаний. Он пришел к заключению, что, когда мозг находится в состоянии, соответствующем описанной концепции, даже если это состояние основано только на физиологии, преобразование личности возможно: «Психологами доказано, что эти мистические состояния четко выражены и обычно сильно влияют на тех, кто их испытывает» [6].

Джемс считал, что эти состояния сознания, которые он (и мы вслед за ним) называет мистическими и которые поэт Уильям Вордсворт описал как чувство, которое охватывает нас в моменты «экстаза», действительно можно испытать, проникнув в подсознание [7]. «Мистические состояния в действительности не имеют никакой силы именно потому, что они являются мистическими состояниями... они указывают на превосходство идеала, простора, согласия, безопасности и покоя. Они дают нам *гипотезы*, которые мы можем добровольно игнорировать, но которые, будучи философами, мы не можем

¹ Джемс В. Многообразие религиозного опыта. – М.: КомКнига, 2012.

опровергнуть» [8]. Эти состояния сознания кратковременны и инертны, но Джемс отметил, что после того, как человек их испытывает, его жизнь наполняют живительные силы, творчество и счастье. Действительно ли многие люди стали более счастливыми, любящими и творческими в результате мимолетно испытанного «божественного» состояния, даже если оно вызвано «простыми» биохимическими процессами? Джемс пришел к выводу, что это именно так.

Новейшие исследования в области неврологии доказали, что во время оргазма женский мозг проявляет активность, которая приводит к ощущению своего рода исчезновения границ личности. Этот мистический опыт, подобный состоянию транса, может быть и не идентичен тому, который исследовал Джемс, но по своему воздействию не сильно от него отличается. Но еще раньше ученые знали, что существует давняя связь между оргазмом и процессом высвобождения опиоидов в мозге. Опиоидные пептиды – группа нейропептидов – вызывают ощущение экстаза, блаженства. В 1930 г. Зигмунд Фрейд в своем трактате «Недовольство культурой» ссылаясь на то, что Ромен Роллан назвал океаническим чувством. Роллан использовал эти слова для обозначения мистических эмоций религиозного чувства, которые безграничны, как океан. Фрейд называл это стремление инфантильным [9].

Но Фрейд был мужчиной, а современная наука доказала, что, по крайней мере во время оргазма, женское ощущение этого «океанического» чувства совершенно уникально.

Последние исследования, проведенные при помощи метода магнитно-резонансной томографии Яннико Георгиадисом и его командой в 2006 г., показали, что область мозга женщины, отвечающая за подавление и поведенческий контроль, во время оргазма на несколько мгновений перестает работать [10]. Это может ощущаться женщинами как исчезновение границ личности, растворение и опьяняющее и одновременно пугающее чувство потери контроля.

За последние 30 лет многие нейробиологи подтвердили, что в целом с точки зрения биохимии Джемс был прав: изме-

нения в головном мозге во время пребывания в состоянии «божественности» действительно происходят. Огромная польза от подобного состояния, выражающаяся во всеобъемлющем чувстве любви, сострадания, принятия себя и вовлеченности, описана в работах людей, которые культивировали такие состояния сознания; это, например, психолог Дэниел Гоулман, автор книги «Эмоциональный интеллект»¹ (Emotional Intelligence), вышедшей в 1995 г., и далай-лама с его работой, посвященной медитации. Западные исследователи также установили, что медитативные состояния блаженства влекут за собой выброс опиоидов. Как мы с вами убедимся дальше, все женщины по природе своей обладают способностью испытывать множественный оргазм, и мистический безграничный потенциал женской сексуальности, описанный выше, позволяет им часто и совершенно уникальным способом соприкоснуться, пусть и всего на несколько мгновений, с «божественной» стороной своей личности (или «не-Я», как сказали бы буддисты), а также испытывать чувство всеобщей взаимосвязи явлений. Обеспечение стимуляции, необходимой для достижения этих состояний, – часть эволюционной функции вагины.

На протяжении многих веков философы говорили о страстном желании человека соединиться с чем-то большим, чем он сам, стимулирующим религиозные и духовные искания. Философ XVII в. Блез Паскаль так охарактеризовал это: «Человек скупает от всего и ищет такого множества занятий потому только, что имеет представление о потерянном им счастье; но, не находя в себе этого счастья, он тщетно ищет его в вещах внешних, ибо счастье это не в нас, не в тварях, а только в одном Боге» [11].

Ученые обнаружили, что эта тяга, стремление заполнить «бездну», вызывается врожденной способностью наших нейронов испытывать и ощущать связь с чем-то, что, по моим субъективным ощущениям, похоже на безграничность. Медитативный опыт далай-ламы, а также исследования Дэниела Гоулмана, Ламы Осера и специалистов Лаборатории

¹ Гоулман Д. Эмоциональный интеллект. – М.: АСТ, 2008.

им. У.М. Кека заставляют предположить, что, когда человек находится в состоянии медитации, в его мозге активизируются определенные участки. Ученые-нейробиологи из Стэнфорда также обнаружили, что счастье имеет нейробиологическую природу [12]. Как правило, в таком состоянии человек ощущает, помимо прочего, гармонию с самим собой и с Вселенной, и личность словно освобождается от раздражения и сковывавших ее ограничений. Лучшие произведения искусства появлялись на свет после того, как их авторы – музыканты, художники и поэты – пережили такой опыт.

В этой книге я докажу, что существует разновидность этой связи с «Всевышним» и, даже если она, так же как и «океаническое чувство» Роллана, всего лишь неврологическая уловка нашего хитроумного мозга, женщины могут ощущать ее, находясь на пике сексуального удовольствия, а также после этого. Я утверждаю, что это чувство зиждется на любви к себе, самоуважении, внутренней свободе и драйве. Вот почему так важен вопрос, относятся ли к женской сексуальности с любовью и уважением или нет. В такие моменты повышенной сексуальной восприимчивости женщина осознает, что она находится в состоянии совершенства и гармонии с окружающим миром. В этом состоянии сознания внутренний голос женщины, который обычно говорит ей, что она недостаточно хороша, недостаточно красива или недостаточно привлекательна для окружающих, молчит, и она может испытать потрясающее чувство, которое я буду называть, за неимением лучшего термина, универсальной или Божественной женственностью.

Большинство творческих озарений и наиболее значимые произведения искусства возникают после того, как женщина испытала это состояние безграничности. И я уверена в том, что, когда мы научимся идентифицировать и культивировать это самоощущение «Богини», наше отношение к себе и жизнь изменятся к лучшему, потому что саморазрушение, стыд и терпимость к плохому обращению не могут гармонично сочетаться с описанным выше набором позитивных чувств.

Выражаясь менее буквально, внутренняя «Богиня» — это гендерное чувство индивидуальности, которое проявляется, не причиняя вреда, не вызывая тревоги и страха. Это чувство присуще каждой из нас, и женщины обычно интуитивно понимают, когда они его видят или чувствуют. Когда женщина ощущает в себе искру «Богини», ее сексуальное поведение становится более здоровым и полным самоуважения. С точки зрения физиологии вагина служит для активации этой матрицы химических веществ, которые идентифицируются мозгом женщины как «Богиня», то есть как чувство собственного достоинства, любви к себе как к женщине, излучающей универсальную женственность.

Так что если вагина и является «отверстием», то это отверстие для связи с Богом.



*Есть ли у вагины
сознание?*



Знакомьтесь, тазовый нерв!

Поэзия, наука, эротика — зачем воображению задумываться о том, какому хозяину оно служит?

— ИАН МАКБЮЭН. СОЛНЕЧНАЯ

*В*есна 2009 года была прекрасна. В эмоциональном и сексуальном плане я была абсолютно счастлива, интеллектуально активна и влюблена. Но этой весной я также постепенно начала понимать, что со мной происходит что-то не то.

Мне было 46. У меня был роман с человеком, который идеально подходил мне по всем статьям. На протяжении двух лет он дарил мне огромное эмоциональное и физическое счастье. У меня никогда не было проблем в сексуальном плане, и в этом отношении все было хорошо. Но понемногу я начала замечать перемены.

Мне всегда удавалось достигать клиторального оргазма, а в 30 лет я также научилась испытывать то, что, вероятно, можно назвать «смешанным», или клиторально-вагинальным, оргазмом, который вывел мои ощущения на новый уровень. После секса я всегда испытывала прилив сил и хорошего настроения. А с годами после занятий любовью и оргазма я начала острее воспринимать красоту окружающего мира, и цвета стали казаться мне ярче. В течение нескольких часов после оргазма я отчетливо ощущала, что все в мире взаимосвязано. У меня поднималось настроение, и я становилась более раскованной и энергичной.

Но со временем я стала чувствовать, что мои ощущения меняются. Я медленно, но неумолимо теряла это волшебное чувство *внутри* меня. Но не это было самым страшным. К моему удивлению и ужасу, в то время как мой клиторальный оргазм был, как всегда, сильным и ярким, после секса со мной начало происходить нечто необычное.

В один прекрасный день, когда я смотрела на верхушки деревьев за окнами спальни нашего маленького коттеджа в северной части штата, я поняла, что после физического удовлетворения, которое я совершенно точно испытала, я больше не ощущаю привычного прилива энергии, чувства упоения собой и окружающим миром, не испытываю творческого подъема, как это всегда бывало прежде после секса. Я стала замечать, что секс начал все больше смещаться в сторону сугубо физического удовольствия. Он по-прежнему был очень хорош, но я больше не ощущала его эмоциональной насыщенности. Я испытывала физическое желание (как голод и насыщение), но уже не воспринимала его в поэтической плоскости, не ощущала его жизненно важной связи с другими сторонами моей жизни. Я потеряла чувство всеобщей гармонии и взаимосвязанности. Вместо этого мир казался мне разобленным и не имеющим ко мне отношения, что для меня было совершенно нетипично. Цвета были просто цветами, они уже не становились ярче после занятия любовью. И я задала себе вопрос: *что со мной происходит?*

Ничего плохого в моей жизни не случилось, мои романтические отношения продолжали оставаться замечательными, но я начала впадать в депрессию, пока в конце концов не оказалась на самом дне отчаяния. Это было похоже на фильм ужасов. Мир все больше и больше терял свои краски, причем не только после занятий любовью, нет. Это происходило каждый день. Внутреннее онемение усиливалось. Я не могла даже представить себе такого! Эмоциональное оцепенение неуклонно прогрессировало. Я чувствовала, что теряю самую суть, то, что делает меня женщиной. И я не могла без страха думать о том, что мне придется пребывать в этом состоянии до конца жизни.

Я перебрала все причины и так и не сумела понять, что могло послужить причиной этой невероятной, болезненной утраты. Однажды глубокой ночью, сидя в одиночестве у холодной железной дровяной печи, обуреваемая этими вопросами и изнемогающая от безнадежности, я решила буквально заключить сделку со Вселенной, как люди делают в моменты глубочайшего кризиса. Собственно говоря, я молилась, предлагая сделку: если Бог (или тот, кто меня слушал, — я была готова пойти за любым, кто ответил бы на мой зов) каким-то чудом исцелит меня, восстановит то, что я утратила, и если я вынесу какой-то урок из этого, то я обязательно напишу об этом, даже если шансы на то, что мой опыт поможет кому-то еще, будут невелики.

С тяжелым сердцем, боясь услышать, что мне ничем нельзя помочь, я отправилась на прием к своему гинекологу, доктору Дебре Коди. Мне очень повезло, поскольку она оказалась одним из немногих врачей, которые специализируются на сигналах женского тела, и, как выяснилось, у меня были проблемы с тазовым нервом.

Доктор Коди — милейшая женщина 40 лет, с мягкими каштановыми волосами, спадающими на плечи. Ее лицо выражает усталость и сострадание. Она специализируется на женских нервных расстройствах тазовой области, и в частности на одном из самых болезненных вариантов (к счастью, это был не мой случай), который называется вульводиния. В силу своей специализации она часто видит женщин, испытывающих глубокие страдания. Это научило ее быть деликатной и сочувствовать чужой боли.

Доктор Коди осмотрела меня, тихим голосом расспросила о симптомах и наконец сообщила мне, что, по ее мнению, я страдаю от онемения из-за ущемления нерва. В тот момент я была чрезвычайно напугана тем, что столько теряю с точки зрения эмоциональной части моей жизни и сексуальности, и очень боялась, что потерю еще больше. Поэтому доктор пригласила меня в свой личный кабинет.

Там, для того чтобы успокоить меня, она показала мне два «рисунка Неттера» — две прекрасные полноцветные анатомии-

ческие иллюстрации. Фрэнк Неттер был одаренным художником-иллюстратором, и его рисунки различных частей и органов человеческого тела, ставшие классикой, собирают многие невропатологи, гинекологи и другие специалисты, чтобы в доступной форме объяснять своим пациентам сложные медицинские проблемы.

Первый рисунок изображал, как нервы тазовой области у женщин разветвляются до основания спинного мозга [1]. Другой показывал, как нервные ответвления, которые берут свое начало у клитора и позвоночного нервного узла, элегантно прогибаются дугой к спинному мозгу, в то время как другие, извилисто выгибаясь, берут свое начало у вагины, а также в шейке матки. Ответвления нервов от клитора и вагины переходят в срамной нерв, а нервы, которые начинаются у шейки матки, переходят в тазовый нерв [2]. Как я узнала позже, благодаря этой сложной системе у женщин есть несколько разных зон в области таза, которые могут порождать оргазм, и все они связаны со спинным, а через него и с головным мозгом.

Доктор Коди подозревала, что моя проблема заключалась в ущемлении одной из последних ветвей. Однако она стала уверять меня в том, что благодаря физиологическим особенностям устройства женского организма я никогда не потеряю способности испытывать клиторальный оргазм, как бы плохо ни обстояло дело с ущемлением нерва, которое она у меня подозревала. Немного успокоенная, я вышла из ее кабинета с направлениями на МРТ и на прием к доктору Джеффри Коулу, главному нью-йоркскому специалисту по тазовому нерву.

Я встретила с доктором Коулом в Институте реабилитации Кесслера, одним из руководителей которого он является, в городе Оранж, штат Нью-Джерси. Этот спокойный, немного забавный человек со старомодными ободряющими манерами изучил мой первичный рентгеновский снимок, осмотрел меня, а затем выписал мне рецепт на отвратительный черный корсет для позвоночника.

Две недели спустя я снова пришла к доктору Коулу на осмотр. Вокруг цвели азалии – по-прежнему стояла весна, – но я была в почти полуобморочном состоянии, как если бы мчалась в пригород на заднем сиденье раздолбанного такси. Я чувствовала страшный дискомфорт, поскольку на протяжении последних двух недель честно носила выписанный мне корсет. Он стягивал мое тело от бедер до начала грудной клетки, и это заставляло меня сидеть совершенно прямо.

Я очень боялась услышать вердикт доктора Коула, так как знала, что у него уже есть результат моей МРТ. Доктор Коул сообщил мне, что МРТ-исследование выявило у меня дегенеративное заболевание позвоночника в нижней части спины: мои позвонки разрушались. Я очень удивилась, поскольку никогда не испытывала никаких болей или каких-либо проблем со спиной.

Я была просто поражена, когда увидела новый рентгеновский снимок, сделанный во время последнего визита. Ошибиться было невозможно: в поясничном отделе мой позвоночник выглядел как криво сложенная башня из детских кубиков – вдоль центральной оси позвонки частично соприкасались друг с другом, но при этом половина каждого из них висела в воздухе.

После осмотра я оделась и села в кабинете доктора Коула. Вдруг он довольно резко спросил меня: «У вас были ушибы в нижней части спины? Что-нибудь когда-либо могло травмировать вас в этой области»? По его словам, у меня была серьезная травма и я должна была помнить, при каких обстоятельствах она была получена. Я повторила, что на моей памяти никаких травм спины у меня никогда не было. А когда догадалась, что именно он пытается выяснить, то подтвердила, что никто никогда не бил меня.

Однако минут через пять нашего разговора я вспомнила, что однажды действительно получила ушиб. Мне было лет 20 с небольшим, когда в универмаге я случайно оступилась на лестнице и упала на спину. Я чувствовала потрясение, но никаких болевых ощущений не испытывала. Прибывшая

скорая отвезла меня в больницу Сент-Винсента, где мне сделали рентген. Никаких повреждений он не показал, и меня отпустили домой.

Доктор Коул записал эту информацию и заказал еще серию снимков, на этот раз — более подробный рентген. Он также провел неприятное исследование, в ходе которого через иглы посылал электрические импульсы в мою нервную систему, чтобы посмотреть, что «оживляется», а что угасло.

Во время третьего осмотра, который также происходил за городом, я вновь оказалась на смотровом столе. Доктор Коул пояснил, что новые рентгеновские снимки показали, в чем заключается моя проблема. По его словам, я родилась с легкой формой расщелины позвоночника, состояния, при котором позвонки никогда не развиваются до конца. Ушиб, который я получила в 20 лет, повредил и без того хрупкие и не до конца сформированные позвонки. Со временем мой позвоночник отошел далеко от эпицентра травмы, которая затем послужила причиной ущемления одного из ответвлений тазового нерва — одной из ветвей, которую доктор Коди показывала мне на рисунке Неттера. Той самой ветви, которая заканчивается в вагинальном канале.

По словам врача, мне невероятно повезло, что до сих пор я не чувствовала никаких симптомов. Учитывая серьезность моей травмы, то, что, несмотря на усиливавшееся чувство онемения, я не испытывала боли, — настоящее счастье. Я не люблю физические упражнения, но со временем, видимо, мои мышцы спины и живота окрепли достаточно для того, чтобы препятствовать проявлению неприятных симптомов. И вот возраст взял свое: тазовый нерв оказался зажат, и передача сигналов от спинного мозга к головному от одного из нескольких ответвлений тазового нерва оказалась заблокирована. Нервные импульсы от этого участка моего тела «угасли». Я задумалась о том, имеет ли это какую-то связь с тем, что я чувствовала — или не чувствовала — после секса, но постеснялась спросить. Между тем врач объяснил, что я должна подумать о возможности прибегнуть к хирургическому вмешательству, для того