*Д-р Бренди Енглър*

*и*

*Дейвид Рензин*

**Мъжете на моята кушетка**

*(Истински Истории за Секс, Любов и Психотерапия)*



Dr. BRANDY ENGLER with David Rensin

Оригинално заглавие: THE MEN ON MY COUCH: True stories of sex, love and psychotherapy

© 2012 by Dr. Brandy Engler and Rensin, Inc

© ИЗДАТЕЛСКА КЪЩА „ХЕРМЕС", 2014 г.

© Ангелин Димитров Мичев, преводач, 2014 г.

© Мариана Кръстева Станкова, художествено оформление на корицата, 2014 г.

<http://4eti.me> ™

<http://ekni.ga> ™

ISBN 978-954-26-1316-9

**Съдържание**

[ПРЕДГОВОР 3](#_Toc452315191)

[ДЕЙВИД 10](#_Toc452315192)

[РАМИ 35](#_Toc452315193)

[АЛЕКС 50](#_Toc452315194)

[ПОЛ 77](#_Toc452315195)

[ЧАРЛЗ 108](#_Toc452315196)

[МЪЖКАТА ТЕРАПЕВТИЧНА ГРУПА. ЕУФОРИЯ. 129](#_Toc452315197)

[ИЗ ТЕРАПЕВТИЧНИЯ МИ БЕЛЕЖНИК 143](#_Toc452315198)

[МЪЖКАТА ТЕРАПЕВТИЧНА ГРУПА. ГНЯВ. 149](#_Toc452315199)

[КЕЙСИ 164](#_Toc452315200)

[МАРК 195](#_Toc452315201)

[БИЛ 225](#_Toc452315202)

[ЗАКЛЮЧИТЕЛНА СЕСИЯ 245](#_Toc452315203)

[ПОСЛЕПИС 255](#_Toc452315204)

[БЛАГОДАРНОСТИ 256](#_Toc452315205)

[Бренди: 256](#_Toc452315206)

[Дейвид: 258](#_Toc452315207)

*За да бъде спазено правото на поверителност на пациентите, представени тук, техните имена, както и всички факти от биографията им, по които биха могли да бъдат идентифицирани, са променени. Променила съм също имената на моите приятели и мъжете, с които съм имала романтични взаимоотношения. Диалозите и описаните събития са основани на реални разговори и преживявания.*

## **ПРЕДГОВОР**

Книгата „Мъжете на моята кушетка“ представя историята на моето неочаквано пътешествие из териториите на мъжката сексуалност. Онова, което научих, движейки се по границата между секса и любовта, не само ме удиви, но ме накара да преосмисля доста свои затвърдени убеждения по отношение на мъжете, а и на самата себе си.

Много са пътищата, по които жените търсят истините за любовта. Някои се оттеглят в медитативни центрове или се отправят на самотно пътешествие в пустошта. Други си купуват купища книги за самопомощ, уговарят си срещи с мъже от сайтове за запознанства или усилено тренират за маратон. Има и такива, които прекарват почивните дни в казината в Лас Вегас.

Аз просто отивам в кабинета си.

\*\*\*

Преди няколко години, току-що дипломирала се като клиничен психолог, аз се заех да осъществя мечтата си и да започна частна практика в Манхатън. Пред мен имаше само една малка пречка: все още нямах професионален опит. Всеки специалист от моята сфера ще потвърди, че набирането на клиенти изисква време. Няколко колеги ме посъветваха да поема по по-заобиколния и отъпкан път: да се приобщя към професионалната общност и да започна да си сътруднича с лекари, университетски преподаватели и други специалисти, които биха могли впоследствие да ми осигурят препоръки. Замислих се сериозно над този съвет, но току-що бях завършила специализираното си обучение по сексуална терапия под супервайзърството на известен терапевт и кипях от ентусиазъм. Когато съобщих за намеренията си на своя супервайзър в Бруклинската болница, където се провеждаше специализацията ми, той възкликна: „Сексуална терапия? Шегуваш ли се? Та това е отживелица. Сега всички са на виагра. Чакалните на сексуалните терапевти са празни". Предложи ми да постъпя на работа в болницата, но аз вече бях взела твърдо решение. Отворих кабинет на самия „Таймс Скуеър". Виаграта никак не ме притесняваше. Бях защитила дисертация за пониженото сексуално желание при жените и възнамерявах да се занимавам не с мъжката, а с женската сексуалност.

Въоръжих се с търпение и се подготвих да чакам, докато набера своя клиентела. От проучванията си знаех, че макар жените по-често от мъжете да се престрашаваха да се обърнат към психотерапевт в случаи на тревожност, депресия, непреодолима скръб и т.н., те рядко търсеха помощ заради понижено либидо. За жалост приемаха това за нещо нормално. Нямах нищо против кариерата ми да се развие постепенно - тъй или иначе щях да върша онова, което ми харесваше. Освен това смятах, че ако активно рекламирам услугите си, жените щяха и да започнат да влизат в кабинета ми по-често.

Но бях сгрешила.

Обажданията започнаха още в първия ми работен ден, но почти всичките бяха от мъже.

Мъже? Това не го бях очаквала. Само в рамките на няколко месеца желаещите за терапия при мен бяха повече, отколкото можех да приема. Търсеха ме за най-разнородни проблеми; хронично женкарство, пристрастеност към порното и проститутките, ревност, неизяснена полова идентичност, ревност, еректилна дисфункция, страх от интимност, загуба на сексуално желание, неспособност да се открие смисъл в любовта и много други. Вярно е, че мъжете много по-рядко от жените се обръщат към психотерапевт, за да се справят с емоционалните си проблеми, но започне ли да отказва пенисът им, нещата вече стоят по съвсем различен начин.

Въпреки че сексуалните проблеми на мъжете не бяха онова, на което бях решила да се посветя (бях, разбира се, обучена и за това), все пак реших да се впусна в предизвикателството. Подозирах, че може да ми се наложи да слушам неща, които никак не ми се нравят, но подобно на героините в наивните филми на ужасите, които отлично знаят, че убиецът може би се спотайва някъде из тъмния двор, все пак излизат навън, и аз се поддадох на любопитството. Казах си „Мечка страх, мен не“, отворих вратата на кабинета си и започнах да записвам часове, готова да се впусна в приключението, което ме очакваше.

И не сгреших.

\*\*\*

„Мъжете на моята кушетка“ ви предоставя възможност да проследите как провеждам терапевтичните сесии и да надникнете в самата същност на мъжкото сексуално поведение. Ще разберете кои са емоциите и мотивите в корена на съвременните сексуални нарушения, заради които мъжете търсят помощ. Освен това, четейки „Мъжете на моята кушетка“, вие ще ставате свидетели на моите професионални и лични реакции по време на терапевтичния процес - както на онези, които съм изразявала, така и на другите, които съм оставяла неизречени.

Скоро след началото на практиката си достигнах до една неоспорима истина: рядко сексът е просто секс. Сексуалният акт е богато преживяване. Макар в самото начало да смятах, че ще лекувам най-вече симптоми, с всеки пациент неизменно стигахме до психологическите механизми, управляващи поведението му. Налагаше ми се да изследвам смисъла, който пациентите придаваха на своите сексуални навици - различен при различните мъже. В сексуалния акт някои се опитваха да изразят потискани емоции или да уталожат бурни чувства. Други се опитваха да го преживеят отново и така да овладеят отдавнашни травматични преживявания, които не спираха да ги терзаят. Доста от пациентите ми използваха секса, за да удовлетворят фрустрираните си потребности от власт, одобрение, самоуважение, утеха, нежност. Повечето от пациентите ми почти не осъзнаваха мотивите, които движеха сексуалното им поведение. Те бяха съсредоточени единствено върху желанието си да възвърнат сексуалната си мощ, а резултатът от това често бяха нарушения в общуването с другия пол.

\*\*\*

Не претендирам, че съм способна да дам отговор на всички въпроси, засягащи мъжките сексуални проблеми, нито пък, че мога да науча жените как да променят своите партньори, за да е връзката им с тях безоблачна. Книгата ми няма за цел да покаже, че мъжете, чието поведение и нагласи не съвпадат с възприетите социални норми, са лоши хора. Аз често се вглеждам с безкомпромисно дълбоко в психиката им, предизвиквайки у тях гняв или сълзи. Но винаги правя това с уважение и чувство на отговорност, тъй като са ме удостоили с привилегията да бъда техен изповедник. Ето защо за мен беше важно, изграждайки образите на тези мъже, да не ги представя в отрицателна или неблагоприятна светлина - като негодници и непоправими мръсници, - въпреки че на моменти и такива мисли минаваха през ума ми. Не се опитвам да оправдая поведението им. Не ви призовавам да се смилите над тях или да простите на други мъже, които са ви наранили. Единственото, което желая, е да ме придружите в това изследване на психосексуалната мотивация на мъжкото поведение и да споделите откритията, до които достигнах.

\*\*\*

Вместо аз да ви разказвам какво мислят или желаят мъжете, давам ви възможност да прочетете какво те самите разказваха на мен. Предоставям ви също своите професионални психологически анализи, както и личните си реакции от позицията на жена. „Мъжете на моята кушетка“ е не просто сборник с терапевтични случаи, а и дневник, който отразява личностното ми израстване и всичките уроци, които промениха любовния ми живот.

В началото на практиката си имах бурна и дълга връзка с един мъж и също като своите клиенти желаех да обичам, без да съм наясно какво точно е любовта. Що се отнасяше до любовните отношения и секса, аз от дълго живеех във властта на прекрасната илюзия, че аз и любимият ми хванати за ръце, вечно ще бродим из слънчевите земи на любовната омая. Когато срещнах моя партньор Рами (това не е истинското му име), „любовта“ придоби съвсем различни качества. Тя внезапно стана сурова, взривоопасна и непредсказуема. Правехме бурен секс. Имахме проблеми с доверието един към друг. Обитавахме различни светове. Отношенията ни представляваха постоянна борба за надмощие, в която аз често бях губещата страна - за което безспорно сама допринасях.

Преимущество беше, че уроците, които научавах с развитието на тази връзка, бяха задълбочавани и затвърждавани от терапевтичната ми практика. Колко жени имат възможността да изследват рифовете и плитчините на любовта и секса, освен от своята, и от мъжката гледна точка? Колко жени имат редкия шанс да слушат истините за мъжете, изричани от самите мъже - истини, които едва ли някога биха чули.

Първоначално ме обзе страх, че тази взривоопасна информация може да експлодира и да ме помете. В края на някои сесии аз оставах потресена от признанията на пациентите си, породили у мен множество въпроси и съмнения, че ще влошат отношенията ми с Рами.

За щастие впоследствие се научих да се възползвам от работата си и постепенно започнах да си изграждам едно ново разбиране за любовта. За тази цел се наложи да преразгледам доста от убежденията, които и аз, подобно на повечето жени, поддържах по отношение на мъжете. Сред тях бяха: „Ако ме обича, няма да ми изневерява“ и „Ако съм слаба или красива, или съблазнителна, или съобразявам поведението си с определени правила, той никога няма да спре да ме желае“.

Веднъж една близка приятелка ми каза: „Мисля, че приятелят ми не би ми изневерил. Изглежда така хлътнал по мен. Непрекъснато ме глези - почиства колата ми, приготвя и вечеря. Сексуалният му нагон не е прекалено силен, затова не ми се струва, че е склонен към сексуални авантюри. Струва ми се, че е щастлив с мен“.

Надявам се да е била права. Но както ще се убедите от историите в тази книга, фактът, че мъжът е влюбен, не е гаранция за неговата сексуална вярност. И обратното - изневярата не означава, че любовта му към постоянната партньорка не е искрена или че не приема отношенията си с нея сериозно.

Друго разпространено убеждение е, че мъжете желаят просто секс... Е, може би и пица и бира след това. А после отново секс. Много често жени са ми се оплаквали: „Всичко, което иска от мен, е секс“. Истина е, че мъжете още с влизането в кабинета ми започват с темата за секса: „Имам нужда от повече секс“ или „Не мога да го вдигна“, или „Обичам да ми прави фелацио, но тя отказва“.

Но в крайна сметка винаги стигат до любовта.

Истината, до която достигнах, е, че мъжете наистина искат секс, но не само това. В разговорите с пациентите си установих, че в сърцевината на мъжкото сексуално поведение е острата потребност от близост, която мъжете често са неспособни да изразят с думи пред своите партньорки. Необходимо ми беше само едно, за да започна да помагам по-ефективно на пациентите си - да се опитам да разбера какво се крие в сърцата им, вместо да ги обвинявам за онова, което пенисите им бяха сторили.

\*\*\*

В „Мъжете на моята кушетка“ не са описани патологични състояния. Това не е и книга за самопомощ. В нея няма списъци, упражнения или утвърждения. Тя просто ви предлага истории, от които вие можете да вземете каквото ви е необходимо и да направите собствените си изводи. Всички знаем твърде добре, че отговорите на въпросите за любовта не са никак лесни. В този ред на мисли може да се каже, че книгата отразява едно изследователско пътешествие. Написах я с намерението да преведа читателите по своите стъпки, за да преживеят възможно най-реалистично процеса на моите открития. Надявам се книгата ми да хвърли нова светлина върху динамиката на сексуалните взаимоотношения и да е от полза за читателите - особено за жените. Когато разговарям с моите приятелки на тази тема, те неизменно ме питат какво в действителност желаят мъжете, защо е такова поведението им и как ние, жените, бихме могли да се разбираме по-добре с тях.

И накрая, бих желала да подчертая, че мъжете, представени в тази книга, не са перверзници или хора с психични отклонения - те са нормални мъже от различни американски щати и различни социални слоеве и са нечии приятели, съпрузи и братя.

Те са от онези мъже, които всеки ден срещаме и които ние, жените, искаме да опознаем по-добре.

## **ДЕЙВИД**

Дейвид беше изгряваща звезда във финансовите среди. Приятелката му беше професионален модел, а апартаментът му - в скъпия и моден квартал Трайбека. Държеше се със самоувереното спокойствие, елегантността и чара на млад джентълмен от висшето общество на Нова Англия. Когато за пръв път влезе в кабинета ми - висок и строен, облечен в скъп костюм - аз почувствах властното присъствие на човек, който винаги знае какво иска и как да го получи. Обхождайки с очи меко осветената стая, задържа одобрителен поглед на картините по стените, след което ме погледна преценяващо.

* Ама вие сте доста привлекателна - каза той. - Мисля, че ще ми допадне да разговарям с вас.

Изчервих се. Почувствах се донякъде поласкана от комплимента на този красив мъж, но същевременно смутена, тъй като се досетих какви бяха вероятните му намерения: да сексуализира отношенията ни, за да си осигури доминираща позиция. Въпреки това не изгубих самообладание - бях добре подготвена да се справям с проекциите на пациентите - и реших да опитам да проникна под лъскавата му външност и дръзкото му поведение. Първите думи на Дейвид бяха опит да прикрие своето

смущение, породено от факта, че се намира в уязвимата позиция на пациент, който, освен всичко друго, трябва да обсъжда своя сексуален живот с жена на своята възраст.

Усмихнах му се топло, но все пак професионално.

* Радвам се, че се чувствате комфортно в присъствието на привлекателни жени - отвърнах, нарочно употребявайки думата, която сам бе използвал, и с жест го поканих да се настани на кушетката. - Седнете.

Дейвид седна, отпусна се назад и прокара длан по гладката черна кожа на тапицерията. Издал напред таза, разтворил бедра и разперил ръце на облегалката, той прокара поглед по краката, а после нагоре по тялото ми. Очевидно маневрите за надмощие продължаваха. Беше започнал срещата със завоалирано нападение, а у мен все повече се засилваше желанието да осъществя пробив в защитите му.

Въпреки предизвикателното държание, не го намирах за привлекателен. Погледът му беше някак вял и глуповат, което говореше за липса на автентичен чар. Поведението му сякаш следваше сценарий, а лицето му, достойно за корицата на лъскаво списание, беше дори отблъскващо поради почти съвършените си черти. Да, бляскавата външност определено привлича вниманието на жената, но в крайна сметка тя не желае мъжът да я конкурира в красотата.

Когато Дейвид посвикна още с обстановката, попитах го за какво желае да разговаряме. Очаквах да продължи да флиртува с мен, но той ме изненада, поемайки в противоположната посока.

* Не знам дали съм способен да обичам - отвърна с по-тих глас.
* Не съм сигурен дали въобще знам какво представлява любовта. Ще ми кажете ли какво е любовта? Можете ли да ми помогнете?

Въпросът на Дейвид прозвуча сериозно и откровено. Той ме гледаше с очакване. Не отговорих веднага. Този прост, но много труден въпрос ме бе сварил неподготвена - дадох си сметка, че нямам отговор. Какво наистина представляваше любовта?

\*\*\*

Понякога имам усещането, че пациентите подхождат към психолозите с убедеността, че те знаят отговорите на всички въпроси, касаещи човешкото битие; какво се случва с нас, когато умрем, съществуват ли сродни души, има ли Бог? Но това не е така. Ние, психолозите, наблюдаваме поведението на човека срещу себе си, насърчаваме го да говори, изслушваме го, отразяваме мислите и чувствата му и се опитваме да му помогнем сам да открие най-подходящото решение. Въпросите за смисъла на съществуването или - както в случая с Дейвид - за същността на любовта е най-добре да бъдат отправяни към духовните водачи, биолозите и философите, които с радост биха изложили своите теории и наставления.

Затова реших да отвърна на въпроса с въпрос. Просто попитах Дейвид защо се интересува от същността на любовта.

* Приятелката ми е невероятна красавица - обясни той. - Висока и руса, фотомодел, със съвършени гърди и плосък корем. Не знам защо, но ѝ изневерявам. Не мога да се овладея. Тя работи до късно вечер, а аз излизам с приятелите си да пия и да събирам телефонни номера.

Като млада жена и новак психотерапевт, аз почувствах мигновена реакция към думите му - свиване в стомаха, което бързо обхвана и гърдите ми. Срещу мен, с надеждата да му помогна, седеше живото въплъщение на най-ужасния женски кошмар: самодоволният коцкар, изкусният съблазнител, ненаситен в своите похождения и напълно безразличен към жената до себе си. Бързо ме обзе презрение, което се наложи да прикрия зад отрепетираното изражение на безпристрастност.

* Да събираш телефонни номера?
* Да, това си е цяло изкуство - отвърна той и по лицето му отново се разля самодоволство - и аз съм известен с това, че го владея най-добре. Първо оглеждам всички жени в бара, набелязвам най-сексапилната от тях и я заговарям. Правя ѝ комплимент относно красотата ѝ, като се старая да остана сдържан. Зная как да съм настъпателен, без да изглеждам нетърпелив. Старая се да демонстрирам искрен интерес към личността ѝ, затова задавам много въпроси, без да говоря кой знае колко за себе си - единствено от време на време споменавам по нещо за финансовото си състояние. Оставям я да говори за себе си, насърчавам я да разкрие желанията си и се старая да създам у нея впечатление, че мога да ги удовлетворя.

Не бях сигурна кое в него ме отвращаваше повече: неспособността му да почувства удовлетворение, независимо каква красавица беше партньорката му, или фактът, че подобно на другите мъже употребяваше подмолни техники, за да манипулира жените и да си играе с тях.

Дейвид се намести по-удобно на кушетката и продължи да разкрива своя съблазнителски сценарий, докато аз живо си представях всичко.

* После идва ред на „поразяването“. Обръщам ѝ гръб, сякаш съм изгубил интерес към нея, или започвам да проявявам интерес към друга жена - никога обаче към нейна приятелка, това е аматьорска грешка. Изчаквам да започне да полага усилия да привлече отново вниманието ми. Ако не го направи, пак продължавам да говоря с нея. И в двата случая поведението ми е непринудено. Това винаги има ефект.
* Колко често правиш това?
* Може би няколко пъти на вечер.
* И целта ти е...?
* Да събера телефонни номера. Колкото е възможно повече номера. Действа ми възбуждащо. Като игра е, в която печеля точки - отговори той.

Записах си да изследвам съревнователната жилка в характера му.

* После обаждаш ли им се? Правиш ли секс с тези жени? - попитах го.
* Понякога. Но никога повече от веднъж.

Дейвид се понамести, сякаш подготвяйки се да получи упрек. Вместо това обаче аз се усмихнах и кимнах, сякаш всеки ден слушах подобни неща и разказаното не ми бе направило кой знае какво впечатление. Това е тактика, която и до днес често използвам, за да предразположа пациентите си да ми се разкрият напълно. С окуражителен и дори одобрителен тон го попитах:

* И как е сексът?
* Харесва ми - отговори той и видимо се отпусна. - Но най-вече ми харесват разговорите с момчетата в бара и самото събиране на номерата. По-вълнуваш за мен е ловът, не сексът.

Дейвид ми разкри кой етап от съблазняваното бе най-важен за него. Върховата точка в този род поведение може да е различна за различните мъже. Бях убедена, че ако изследвам най-важния за Дейвид етап от сексуалния лов, ще стигна до истинските мотиви за поведението му. На някои мъже например им доставя радост само да заглеждат жените. На други им харесва да излизат на срещи с тях. Едни искат само секс, а други полагат усилия жената да се влюби в тях. Тръпката на Дейвид беше да се сдобие с телефонния ѝ номер. И макар понякога да преспиваше с жените, чийто телефонни номера взимаше, достатъчно му беше само да получи съгласие за бъдеща среща.

Разказът на Дейвид ми напомни за оплакването на една моя позната, че мъжът, с когото излизаше, никога не ѝ правел комплименти и понякога флиртувал с приятелките ѝ. Един ден тя открила в спалнята му книга със заглавие „Играта“. Разлистила я, след което, ужасена, побързала да я купи и да ми я покаже. Книгата представляваше сборник с техники за съблазнявана на жени, написана от някакъв мним експерт в тази област, а последователи на „учението“ му бяха сформирали интернет общество, за да обменят опит. Двете се чувствахме така, сякаш ненадейно бяхме попаднали в някакъв окултен и зловещ свят на мъжката поквара. В поведението си спрямо жените сексуалният партньор на моята позната и Дейвид се придържаха към един нечестив протокол: небрежно и незаинтересовано отношение, въздържане от комплименти или пък подхвърляне на комплименти и незабавното им опровергаване, например: „Красива си, но за щастие не като сладникавите фотомодели“. Тази стратегия осигурявате на мъжа контролиращата позиция в отношенията, тъй като предизвикваше в жената чувство на несигурност, което я принуждаваше да започне да го убеждава, че притежава достойнства.

Рационалната част от мен осъзнаваше, че подобни хитрости бяха ефективни само в краткосрочен план, а в дългосрочен единствено стимулираха егото на жената и предизвикваха обратен ефект. И все пак не ми даваше мира мисълта, че имаше мъже, които приемаха любовните отношения просто като игра. Моята позната впоследствие реши да „нададе ухо“ в дискусиите на интернет „обществото“, в резултат на което се почувства така оскърбена, че публикува следния коментар във форума им: „Хей, инфантили, създателите на Дънджънс енд Драгънс **(**Настолна ролева игра, създадена през 1974 г., която днес съществува и в онлайн вариант. - Б. пр.**)** се интересуват къде се изгубиха играчите им!“. Двете се смяхме много на хапливото ѝ остроумие. Но скъса ли тя със своя манипулативен партньор? Не. За жалост стратегиите на тези мъже са наистина резултатни.

Почувствах прилив на презрение към Дейвид и неговите съмишленици. Но все пак не можех да си позволя да му дам израз чрез язвителен коментар или като престана да общувам с него. Като психотерапевт от мен се очакваше да помагам. Знаех, че ефективната терапия се основаваше на емпатията, но в момента не чувствах нищо подобно.

Дадох си сметка, че трябва да овладея своя контрапренос - професионален термин за лична реакция. Терапевтът във всеки един момент трябва да осъзнава своите преживявания и да не позволява на личните си проблеми да се отразяват върху терапията. С други думи, по време на сесия аз трябваше да разграничавам моите преживявания от преживяванията на Дейвид. Неизменно пациентът предизвиква у терапевта определени реакции и аз, подобно на всички професионалисти, трябваше непрекъснато да следя и контролирам преживяванията си.

Използвах оставащото до края време, за да направя на Дейвид анкетата за сексуалния статус - стандартен оценъчен инструмент, който винаги използвах в първата сесия, за да добия представа или по-скоро за да видя като на филм тяхното последно сексуално преживяване. Целта ми беше да разбера кой е направил първата стъпка, каква е била прелюдията, какви пози са употребили, доколко са поддържали контакт с очи и какви емоции е изпитвал пациентът ми през това време. След това разпитах Дейвид за мастурбационните му практики и за конкретното съдържание на фантазиите, с които ги придружава.

Изумена открих колко много информация може да се извлече за личността и емоционалните потребности на мъжа от неговото сексуално поведение. Можех да добия представа за способността му да обича, за самоуважението му, за нивото на асертивността и дори за проблеми, коренящи се в детството. Сексуалното поведение е микрокосмос, отразяващ цялостната личност на определен човек.

В началото на практиката си донякъде се смущавах да задавам подобни въпроси. Притеснявах се дори когато ме наричаха „сексуален психотерапевт“ - название, което извикваше във въображението ми образа на възрастна жена, запленена от сексиграчките. Бях избрала да се занимавам с човешката сексуалност от чисто изследователска гледна точка и поради консервативното си възпитание все още лесно се изчервявах, слушайки пациентите си да описват откровено и образно сексуалния си живот. Дадох си сметка например, че избягвам думи като „чукам“ и „правя секс“ и вместо тях използвам израза „правя любов“. Причината не беше неудобство по отношение на собствената ми сексуалност, просто бях възпитана в духа на южняшкото благоприличие и етикет. На Юг предпочитаме да говорим с изискани евфемизми. Майка ми непрестанно ми напомняше колко важно е да се държа „подобаващо за дама“ и че жените в рода ни винаги са били пристойни и благочестиви жени, сещате се - от онези, които си слагали дългите рокли и перлените огърлици, за да измият чиниите.

\*\*\*

След като Дейвид си тръгна, аз внимателно анализирах резултатите от анкетата и установих, че под неговото перчене се криеха стеснителност, множество страхове и склонност към съперничество. Сериозна пречка в терапията на Дейвид виждах във факта, че стилът му във взаимоотношенията с жените се беше превърнал в част от неговата идентичност, а превърне ли се патологията в част от идентичността на пациента, вероятността той да осъществи значима промяна намалява чувствително. Прецених, че шансовете да му помогна да постигне прозрение по отношение на своята патология бяха малки, но съзирах един механизъм, посредством който това все пак беше възможно. Неговото женкарство, което доскоро бе представлявало източник на гордост, вече не го удовлетворяваше. Дейвид вече съвсем съзнателно желаеше да изпитва любов, но не знаеше какво представлява тя. Исках да му помогна, но за тази цел беше добре да изясня собственото си отношение към любовта.

По това време смятах, че добре познавам любовта. Любовта, разбира се, беше романтично преживяване. Впрочем в този момент преживявах една прекрасна любовна история със самата любов. Разбира се, бях обичала мъже, но истински отдадена бях на самата любов. С годините бях развила способността да поддържам една постоянна любовна еуфория. Целенасочено усъвършенствах тази своя способност и мъжете се чувстваха притеглени към мен не заради външния ми вид или интелигентността ми, а заради желанието да се опиянят от същата еуфория. Можех да създам любовна атмосфера по всяко време и с почти всекиго. Поради това бях убедена, че никой мъж не би проявил злонамереност към мен, тъй като полусъзнателно излъчвах невинност, която пробуждаше мъжкия инстинкт за закрила и грижа.

В кабинета ми сякаш не се срещахме аз и Дейвид, а Дон Жуан и Полиана. *(Героиня от едноименния роман на Елинор Портър, която успява да открие повод за радост във всяка ситуация. - Б. пр.)*

На следващата сесия аз върнах Дейвид към неговия въпрос, който беше останал без отговор.

* И така, ти се съмняваш, че не си способен да изпитваш любов?
* Да.
* А замислял ли си се върху причината за своето съмнение?
* Може би това е фактът, че саботирам всяка трайна връзка, изневерявайки с жени, с които не искам да се обвързвам, жени, в които никога не бих могъл да се влюбя. Това странно ли е?
* Ти намираш ли го за странно?
* Странно е, че макар тези жени да не означават нищо за мен, аз ги сравнявам с моята приятелка.
* В сексуален план ли?
* Не. Представям си какво би било да живея с всяка от тях.

Не очаквах този отговор, а Дейвид предвиди следващия ми въпрос.

* Много искам да се оженя, да създам семейство, финансово стабилен съм, а всичките ми приятели се изпожениха и си накупиха големи къщи в Уестчестър и Джърси... Искам да имам най-горещата мацка и най-голямата къща.

Преди следващата сесия известно време размишлявах относно съревнователната природа на Дейвид. Тъй като ми беше казал, че невинаги е сексуално привлечен от жените, които заговаря (мъжете невинаги се възбуждат от жените, които преследват), подозирах, че в основата на ритуала със събирането на телефонни номера, който практикуваха Дейвид и приятелите му, не беше толкова интересът към самите жени, колкото съревнованието. С други думи, мотивът за неговото женкарство беше социален и се коренеше в отношенията му с другите мъже.

Дейвид потвърди предположенията ми, когато ми разказа, че амбициозността му е семейна черта - родителите му и неговите братя винаги отдавали значение на високите постижения. В подобна среда децата се превръщат в тревожни перфекционисти или по-късно рухват под напрежението и се предават на депресията. Поведението на Дейвид следваше устойчив модел. В гимназиалния отбор по американски футбол бе заемал ключовата позиция на куотърбека, който организира играта на отбора. Сега ръководеше успешен хедж фонд с характерния за футбола агресивен и стратегически стил на мислене и работеше по шестнайсет часа на ден. Имах познати от инвестиционните среди. Някои освобождаваха натрупаното напрежение чрез кокаин и руски проститутки. Дейвид сякаш не беше от този тип, но трябваше да се уверя.

* Не обичам да плащам за секс - отвърна той на директния ми въпрос. - Обичам да преследвам „трудни“ жени.

Но на Дейвид му липсваше нужната емпатия, или социална интелигентност, за да го занимават чувствата на неговите „жертви“: вълнението от срещата с красив и заможен мъж, трепетът заради възможността от благоприятно развитие на връзката - сключване на брак с „добра партия“, - надеждата, че проявеният от негова страна интерес е искрен, и вероятно известна тревожност поради неравното съотношение между жените и мъжете в града. Желанието ми беше Дейвид да се замисли за чувствата на жените, които съблазняваше. Исках да се постави на тяхно място. Преместих стола си по-близо до него, за да подчертая задушевността на разговора ни.

* Допускал ли си възможността жената, която ти дава телефонния си номер, всъщност да не проявява искрен интерес към теб? - Дейвид се подсмихна. Очевидно изключвате подобна възможност. - Да кажем, че вижда в теб просто една тлъста банкова сметка, от която може да черпи чрез манипулации, за да пазарува и да пътешества. Ако мотивите ѝ да разговаря с теб в бара са користни, ако и тя, подобно на теб, играе роля?

Дейвид се умълча, обмисляйки думите ми. Постепенно изражението му се промени и аз прочетох в него отговора на въпросите си.

Несигурност.

Той никога не се беше замислял, че жена, която демонстрира интерес към него, може всъщност да не го желае.

Той имаше потребност да бъде желан и приемаше всички знаци за желание в поведението на жената за автентични. Егото му се крепеше върху това допускане.

* За теб е важно жената да те желае истински - меко казах аз, изразявайки с думи онова, което той постепенно осъзнаваше.

Тялото на Дейвид заговори с друг език. Бузите му поруменяха, тъй като тревожността и срамът му бяха изплували на повърхността. Той вдигна длан към брадичката си, прикривайки с предмишница гърдите си, веждите му се сключиха, а кракът му нервно заудря по пода в отсечен ритъм. Наблюдавах как егото му се свива подобно на спукана гума. Нощните му завоевания, допреди малко неоспорим източник на самоуважение, вече бяха инфектирани със съмнението. Бях направила пробойна в егото му и за момент ме обзе надеждата, че вече сме способни да започнем същинската терапия.

Настаних се по-удобно в стола си и за кратко погледнах към пода, за да снижа напрежението. Когато отново погледнах Дейвид, пораженческа сянка пробягна по лицето му. Аха! Бях го матирала. И въпреки това не се чувствах победител. Атмосферата в кабинета се насити с нови емоции - както негови, така и мои. За първи път почувствах прилив на състрадание към Дейвид. Дълго време никой от двама ни не проговори.

* Какво чувстващ в момента? - попитах го внимателно. Самата аз чувствах известна уязвимост.

Нищо - отговори рязко той и се изправи. - Трябва да тръгвам. След половин час имам среща.

Стаята внезапно охладня. Изпратих го с поглед, докато излизаше от кабинета, и се укорявах, че не съм се опитала да го задържа. Но всичко се беше случило толкова бързо, а и се чувствах наранена. Бях допуснала грешка. Още докато се обучавах за психотерапевт, знаех, че желанието на клиента да приключи сесията преждевременно е класически знак, че той се опитва да избегне нещо, и че е от решаващо значение това да се изследва на момента. Може би Дейвид нямаше да се върне повече.

\*\*\*

За щастие той дойде за следващата сесия. Но със закъснение от двайсет минути, за което не ми даде обяснение - друг класически знак за съпротива. Бях радостна заради появата му, но със закъснението вероятно имаше намерение да съкрати сесията, за да не се стигне отново до по-дълбоки разкрития.

Освен това беше възвърнал самонадеяността си. Тръшвайки се на кушетката, каза:

* Изглеждаш много добре днес, докторке. Знаеш ли, намирам те за доста секси. Ако не те познавах и се срещнехме някъде другаде, бих те заговорил.

Този път не се почувствах нито поласкана, нито обидена. Причината Дейвид отново да сексуализира отношенията ни беше съвсем очевидна. Беше еротизирал тревожността си, оттегляйки се в своята зона на безопасност, където превръщаше жените в сексуални обекти и така придобиваше чувство за власт. Не бях изненадана: Дейвид очевидно се беше почувствал разголен и това обясняваше обрата в поведението му. Но пък отново бяхме в самото начало.

Не желаех на мен да се гледа като на сексуален обект. Исках пациентите да ме уважават и да ме одобряват. Да смятат интерпретациите ми за проницателни, а терапевтичните ми техники - за находчиви и благотворни. Ако трябва да съм честна, изпитвах прилив на увереност всеки път, когато някой пациент ми кажеше: „Благодаря, направи за мен точно това, от което имах нужда! Животът ми сега е по-добър“.

В същото време бях наясно, че в определени отношения външният ми вид и държанието ми могат да бъдат възприети като изкусителни. Прилепналите поли, които носех, обувките с високи токове, скръстването на краката, загриженият поглед, мекият тон. Веднъж, по време на докторантурата ми в университета, един от супервайзърите ме дръпна в кабинета си и ме посъветва да не нося високи ботуши и пола по време на сесиите, тъй като бих могла да разсейвам пациентите си. (Дали не разсейвах него?) Не го послушах. Смятах, че се обличам съвсем прилично - като всяка втора жена, която срещах в Манхатън. Не желаех да нося безформени рокли или ъгловати делови костюми. Не се опитвах да изглеждам предизвикателно, а в крак с модата.

Никой не коментираше сексуалните аспекти на външността ми, докато не прекрачех прага на кабинета си. Затова реших, че щом мъжете на моята кушетка реагираха на външността ми - и при положение че супервайзерът ми беше прав, - можех да се възползвам от това като от благоприятна възможност. По този начин сексуалните и емоционалните им проблеми щяха по-лесно да излизат на повърхността, което щеше да ни позволи да се занимаваме с тях в реално време. С други думи, щях да използвам реакциите им към моята външност, за да им помогна да обмислят и разберат стила си на взаимодействие с жените.

Поведението на пациента по време на сесия е показателно за стила му в междуличностните отношения въобще. Пренос се нарича процесът, при който пациентът проектира обичайните си поведенчески модели в междуличностните взаимоотношения върху терапевта, който на свой ред ги отразява, за да му помогне. Макар по принцип да не беше изключено по различни причини - от невротични до изцяло биологични - образът на терапевта да бъде натоварен със сексуален заряд, вниманието, което Дейвид обръщаше на тялото ми, и хладнокръвието, с което ми отправяше комплименти, говореха, че преносът при него е утвърден модел. Тук ботушите ми не играеха никаква роля.

За пациентите си често съм се превръщала в символ на значимите жени в живота им. Или може би по-точно е да се каже - във въплъщение на убежденията, които са развили по отношение на тези жени. Някои проектират върху мен студената жена, отхвърлящата жена, а други грижовната майка, критичната майка или изкусителката. Има такива, които ме идеализират, и такива, които ме омаловажават. Но ролята, която ми отреждат в своята лична драма, неизменно отразява техните най-дълбоки желания и най-тъмни мотиви. Винаги се опитвам да разбера за каква ме смятат или каква имат нужда да бъда за тях. Дали въплъщавам жените, които са ги отхвърляли? Или жените, които желаят, но не могат да имат? Дали виждат в мен някакъв идеал? Или както в случая с Дейвид, потенциално завоевание?

Обикновено започвам да разработвам еротичните преноси веднага щом ги идентифицирам, но флиртовете на Дейвид реших да пренебрегна, за да потърся онова, което подозирах, че се крие под самата повърхност на поведението му.

* Бях обезпокоена след края на предишната ни сесия - казах му. - Тръгна си така внезапно.
* Да. Бързах за среща.

Реших да не оспорвам очевидно неискреното му обяснение.

* Почувствах се неловко в края на разговора.
* Аз също - отвърна Дейвид с равен тон.
* Ще ми кажеш ли какво те накара да се почувстваш неловко?
* Просто не беше ми хрумвало, че всичко може да е илюзия.
* Защо мислиш, че ти е било трудно да го осъзнаеш?

Дейвид сякаш не чу въпроса ми.

* Мисля, че за мен е много важно да накарам жените да ме желаят - продължи той.
* Значи да бъдеш желан от жените е много важно за теб - отразих твърдението му с утвърждаващ тон.
* Да, така мисля.
* И какво смяташ, че означава това?
* По дяволите, не знам! Може би означава, че се чувствам по-добре, когато съблазнявам жени.
* Това ли е причината да се държиш съблазнително и с мен?
* Намирам те за привлекателна. Какво лошо има в това?

Сега аз на свой ред отклоних въпроса му:

* Какво чувстваш, докато разговаряш с мен?

Тонът ми беше мек, но го гледах непоколебимо право в очите.

* На моменти чувствам безпокойство. Но мога да се справя с него.
* Изглежда, действително е така. Още с влизането си в кабинета ми направи комплимент, че съм привлекателна. Това очевидно е твоят характерен стил на общуване с жените. Самоуверен си и убедителен... но все пак... - Тук приех загрижено изражение. - ... с теб се разговаря трудно. Много ми е трудно да те предразположа към откровеност. Питам се дали нещата не стоят по същия начин и във взаимоотношенията ти с жените?

Видя се, че уцелих болното му място.

* Така е - отвърна Дейвид с тих глас. - Приятелката ми Ники все се оплаква, че почти не говоря.
* Какво смяташ, че има предвид с това?
* Знам ли. Че не съм способен да я обичам ... поне според нейните представи. Но нали това дойдох да разбера?
* Разкажи ми повече за Ники.
* Мисля, че тя може да стане жената на живота ми.
* Защо мислиш така?
* Знам, че ме обича, и смятам, че ще ми бъде вярна. А освен това е изключително сексапилна. Затова изобщо не мога да проумея защо не спирам да задявам други жени.

Какво караше този мъж непрестанно да насочва разговора все в същата посока? Хора като него, погълнати от мисли колко са привлекателни, колко е секси гаджето им, какъв автомобил карат, колко голяма е къщата им, смятах за незрели и дори нещо повече - за осакатени. Улових се, че отново започвам да съдя Дейвид, но не можех да се сдържа. Неговата повърхностност наистина ме дразнеше. Представих си го как обикаля от бар на бар със своите приятелчета, шайка току-що завършили колежа лигльовци в панталони с цвят каки - празни, скучни и досадни хора. Но най-много от всичко ме подразни арогантното и грубо до вулгарност описание на неговата приятелка: „Висока и руса, фотомодел, със съвършени гърди и плосък корем“. В тези думи не се долавяше и нотка на възхищение от нейната физическа красота, бе произнесъл „съвършени гърди“ без никакво уважение.

Реакцията ми към този език не се коренеше в нравствените ми възгледи или в южняшкото благоприличие, а в дехуманизиращото отношение, на което бях свидетел. Въпреки че Дейвид ми беше описал Ники, аз не бях научила за нея нищо съществено, единствено, че е сексапилна. Исках да узная повече за това как тя и Дейвид прекарваха времето си, да разбера повече за връзката помежду им.

* Излизаме с приятели - отговори той. - Обикаляме баровете или гледаме филми у дома. Освен това правим много секс. В леглото тя е изумителна.
* Чудесно. Какво най-много ти харесва в секса с Ники?
* Нейната всеотдайност.
* Какво имаш предвид?
* Няма задръжки, обича секса колкото мен. - Това беше, бях започнала да се уверявам, най-популярното определение за добра любовница. - Готова е да направи всичко - добави Дейвид и ме изгледа продължително.

Той отново флиртуваше с мен. Тонът, с който бяха произнесени последните думи, ме подканяше да попитам какво по-точно означава „всичко“. Аз отказах да му направя това удоволствие. Въпреки това той уточни:

* Стене, извива се, получава множество оргазми.
* Това е чудесно - отвърнах.
* И мога да те уверя, че не го прави, за да ми достави удоволствие - добави той с нотка на отбранителност. Явно го бях засегнала, пораждайки у него съмнението, че някоя от жените, които заговаря, може да има користни мотиви. - Добър любовник съм, зная, че ме желае. Искаш ли да узнаеш още?

Не исках. Всъщност имах садистичното желание да пукна балона на мегаломанията му. Да уязвя егото му. Но знаех, че това не е начинът да се изграждат терапевтични отношения с пациента, особено ако той проявяваше склонност към нарцисизъм. Дейвид бе неспособен да оцени истинската стойност на една жена, а това оскърбяваше и мен - тенденцията към дехуманизиране на жената е В основата на всички сексуални престъпления. Аз исках да се боря срещу тази тенденция, но не с насилие, а помагайки на Дейвид. Възнамерявах да използвам отношенията си с него, за да го науча да преживява по нов, различен начин същността на жената.

За да предразположа Дейвид да стане по-открит към автентичните чувства, аз трябваше да се настроя на вълната на неговия нарцисизъм. Пряката и агресивна атака на защитите на нарцисиста само засилва неговия отпор. Затова реших да покажа на Дейвид, че разбирам какви качества вижда той у себе си и защо се смята за такъв фантастичен мъж. Това е начинът да накарате този тип мъже да ви уважават. Щеше обаче да ми е трудно, защото Дейвид бе направил на пух и прах моята фантазия, в която мъжете бяха галантни ухажори с обноски от викторианската епоха. Той пукна романтичния мехур, който обитавах, с дебелашките си изказвания, вулгаризиращи образа на жената. Жените бяха за него плячка. Ако имаше начин да ги окачва като трофеи по стените в дома си, вероятно щеше да го прави.

В действителност думите на Дейвид за сексапила на Ники нямаха нищо общо с похвала на самата нея. Той всъщност хвалеше себе си. Нейните физически достойнства подкрепяха образа, който той имаше за себе си. Нейните стенания и извивания по време на полов акт, множествените ѝ оргазми бяха доказателство, че той е добър любовник, че той умее да доставя наслада. Ето защо той беше желаният. Доброто самочувствие е нещо нормално, но за Дейвид Ники сякаш не притежаваше никаква значимост. Тя беше просто сексуално стимулирана и аплодираща зрителка на пиесата, главната роля в която изпълняваше Дейвид. Тази злощастна ситуация беше заслуга на егото, по мое мнение, най-безмилостният унищожител на интимната връзка между двама души.

Балансът между Аз-а и другия във всеки род човешки отношения е наистина крехък. Представете си континуум, в единия край на който третирате вашия партньор като обект, обслужващ всичките ви потребности - такава е например връзката между майката и бебето, - а в другия край сте способни да приемете партньора си като личност със собствени потребности и да му давате толкова, колкото получавате от него.

Изглежда, Дейвид прекарваше по-голямата част от времето в първия край на описания континуум, съсредоточен в усилието да получава утвърждение. Той се чувстваше радостен или тъжен, важен или незначителен, винаги в съответствие с полученото или отказано утвърждение, каквото за него беше любовта. За него актът на даване беше присъщ за жените. Майка Тереза и глупаците. Бях забелязала, че не само той, а мнозина други мъже поддържаха същото убеждение. Изречено открито, то звучи наистина Възмутително. Представете си някой, който още в началото на любовната си връзка заявява на своя избраник или избраница:

Искам да правиш каквото аз пожелая и когато го пожелая. Искам през цялото време да бъдеш онова, което желая да си. В действителност ти си продължение на моята личност. Искам да задоволяваш потребностите ми на мига и без никакви уговорки. Не трябва да те моля или да ти обяснявам как да го правиш. Освен това любовта ти трябва да е безусловна, нестихваща и непоколебима. Искам да си мой спасител, моят личен Иисус, моя майка и мой баща. Ако ми откажеш, ще полудея от ярост! Може дори да те изоставя или да ти изневеря, защото потребностите ми трябва да бъдат задоволявани незабавно и по всяко време.

П.П: И не искам да слушам за твоите потребности.

Вие бихте ли изложили подобни изисквания на първата си среща с някого?

Отношението към другите като към обекти е в същината на нарцисизма - явление, което е така опустошително за междуличностните взаимоотношения, че си заслужава да отделя малко място за някои разяснения. Макар „нарцисист“ да се употребява като нарицателно за кого ли не, прието е, че понятието „нарцисизъм“ отразява патология, характерна за малцина. Аз не съм съгласна с тази тясна употреба, защото мисля, че нарцисизмът е състояние на ума, изопачен поглед към света, особен вид заболяване на възприятията, които биват пречупени през призмата на личните желания, очаквания и вярвания - никое от които не е основано на реалността. В най-разпространената си и най-вредна форма нарцисизмът сякаш поставя капаци на очите на поразените и ги лишава от способността да виждат другите като хора - за тях те са вече само средство за задоволяване на потребностите и желанията им. Тоест нарцисистът спира да вижда другите като личности, защото ги е превърнал в предмети.

В една или друга степен всички правим това. Може да се каже, че тази ни склонност е една от болестите на съвременното общество. Тя е противоположност на обичта към себе си и превръща собственото его в капан.

Дейвид не само не виждаше другите като личности, той възприемащо себе си като нещо повече от тях. Това е друга характерна за нарцисизма особеност, по силата на която идентичността на нарцисиста се изгражда около потребността да бъде специален или да превъзхожда другите. Те съществуват за него в рамките на йерархия. В стълбицата ѝ са или над него, или под него, затова умът му е зает с непрестанни сравнения. Императиви като „трябва да съм богат, красив или най-добрият в това, което правя“ обсебват изцяло съзнанието му. Дори когато са действително успешни, нарцисистите продължават да живеят в заблуда, защото желанието за одобрение, което стои в основата на тяхната амбиция, по ирония никога не може да бъде задоволено. Постигайки копняното превъзходство над другите (по собствените си критерии), те всъщност се изолират от тях.

Всички сме донякъде нарцисисти във взаимоотношенията си с другите. Дори аз в любовните си фантазии превръщах мъжете в обекти - но не в сексуални, а в обекти на своята любов.

Когато егото може да бъде раздувано с лекота, както е при успешни мъже като Дейвид, удоволствието от този процес е така завладяващо, че всяка причина за прекратяването му изглежда неубедителна. Давах си сметка, че Дейвид беше неспособен да оцени относително удовлетворяващата си връзка с Ники. Необходимо беше да го накарам да изследва корена на потребността си да „ловува“ жени всяка вечер.

Нарцисизмът беше територия, на която Дейвид се чувстваше силен и в безопасност. Трябваше да проникна там. Разбира се, много внимателно.

* Надявам се, разбираш, че ти задавам неудобни въпроси, за да ти помогна да изследваш себе си - казах му с много по-мек тон на следваща среща, когато продължихме разговора си за Ники.
* Не съм свикнал с такива въпроси - отвърна той, отпускайки рамене. - Чувствам се разголен и уязвим, а никак не обичам това. Предпочитам да владея ситуацията.
* Казваш, че обичаш Ники. Как усещащ в тялото си тази любов, когато сте заедно?
* Не знам - въздъхна той. - Просто знам, че я обичам.

Дейвид посегна в пространството пред себе си и сякаш улови с ръка нещо невидимо. За него любовта беше абстрактно понятие без физическо измерение. Любовта беше безплътна и неосезаема. И преди бях попадала на подобни пациенти и с тревога се питах: защо за много хора беше толкова трудно да почувстват любовта?

* Възможно ли е потребността да контролираш взаимоотношенията си с Ники и да избягваш уязвимостта да блокира способността ти да почувстваш любовта? - предложих.
* Какво имаш предвид? Аз обичам Ники.
* В такъв случай знаеш какво представлява любовта.
* Е, аз...

Дейвид беше способен да изпълнява ритуалите, засвидетелстващи любов, но не бе в състояние да изпита топлината, удовлетворението и щастието, съпровождащи искрената любов. У него съществуваше единствено копнежът по тях.

* Каза, че Ники те обича, но всичко, което ми разказа, ме навежда на мисълта, че изпитваш потребност не да бъдеш обичан, а да се чувстваш желан. Искаш да бъдеш непрекъснато желан, от все повече жени. Но кого желаеш ти!

Дейвид очевидно нямаше отговор. Аз не го оставих на мира.

* Да пожелаеш някого означава да дадеш нещо от себе си, да си позволиш да почувстваш любов. Струва ми се, че ти не си склонен да поемеш подобен риск. Единствено когато си готов да понесеш този риск, ще бъдеш истински силен.

Мълчание.

* Какво всъщност желаещ? Любов или утвърждаване? За да обичащ някого, са нужни... топки.
* Знаеш ли, нервираш ме - каза Дейвид намръщен и обви ръце около тялото си.
* Така ли? И с какво точно те нервирам?
* Караш ме да се срамувам от себе си, по дяволите! Да се чувствам повърхностен и... жалък!
* Чудесно! - отвърнах. - Ето че най-сетне си искрен с мен. Благодаря ти.
* Няма защо.
* Сега вече можем да се заловим за работа.

\*\*\*

Когато настъпи часът за следващата ни сесия, Дейвид влетя в кабинета ми, обзет от нехарактерно за него състояние. Обичайната самонадеяност в изражението му беше заменена от паника. Определено не беше в настроение за флиртуване.

* Мисля, че Ники ми изневерява - беше първото, което каза. - Но тя отрича.
* Как стигна до това заключение?
* Прегледах входящите съобщения в клетъчния ѝ телефон и открих едно, в което непознат мъж ѝ пишеше, че е на път към нея. Получено беше в три през нощта. Тя настоява, че ѝ е било изпратено от неин приятел по погрешка. Бях извън себе си от ярост. Прибрах се у дома и извадих списъка си с телефонните номера на жени.

Аха, колекцията от телефонни номера! Символът на неговата мъжественост, опората на егото му.

* Обадих се на една апетитна брюнетка, с която се бях запознал предната вечер в „Буда бар“, и тя ме покани в апартамента си. - На това място гласът му премина в шепот, в който се долавяше себепрезрение: - Но когато се опитах да правя секс с нея, не успях да го вдигна!

Сключих вежди съчувствено.

* Ники не ми излизаше от ума - продължи той. - Непрекъснато се разсейвах. Дори когато мацката го пое в уста, пак не успях да го задържа корав.

Себепрезрението на Дейвид беше достигнало критична точка, което означаваше, че моментът беше подходящ за крачка към промяната. Беше опитал да преодолее болката си посредством секс с друга жена, но бягството се беше оказало безуспешно. Защитите му бяха рухнали. Чувстваше се отхвърлен и съкрушен. Пред себе си сякаш виждах момченце, което плачеше, защото не са го взели в отбора по футбол.

* Яд те е на себе си, че не си бил способен да получиш ерекция, защото си бил разстроен.
* Да. - Той захапа долната си устна, но след малко даде воля на гнева си; - Шибани кучки!
* Разгневен си. Освен това ми се струва, че си наранен и изпитваш недоверие към жените.
* Всички те изневеряват - обяви той с леден глас след известно мълчание.
* Но все пак имаш нужда от жена до себе си, имаш нужда да бъдеш обичан - отвърнах топло.
* Да - потвърди той и по лицето му за миг се изписа болка.
* Страхуваш се да им се довериш - казах аз и наклоних глава, сякаш се опитвах да погледна отвъд въображаемата преграда, която бе издигнал пред мен, стискайки здраво челюсти.
* Затова, макар да съм с една, съм се постарал да си осигуря много възможности при кого да отида.

Отново се връщаше към обичайния си модел.

* Това те кара да се чувстваш сигурен.
* Да. Да! Мразя да съм сам. Повече от всичко друго. Не понасям да съм сам, обхваща ме отегчение. И започвам да звъня на жените, които познавам, докато някоя от тях се съгласи да излезе с мен.
* Тоест плаши те не само фактът, че не си обвързан - дори мисълта да прекараш една нощ сам в апартамента си е непоносима за теб.
* Като че ли не се чувствам удобно в собствената си кожа.
* Можеш ли да ми опишеш по-подробно това чувство?
* Не знам... - Дейвид очевидно не намираше думи. Дотолкова се беше отчуждил от себе си, че не осъзнаваше вътрешните си преживявания. Но не смятах да го оставя на мира. Беше от изключителна важност да успее да идентифицира онова, което управляваше поведението му така властно.
* Опитай се да ми разкажеш как се чувстваш в тялото си.
* Не знам - повтори той.

Изчаках. Можех да му помогна и да му опиша състоянието, в което се намираше, но трябваше сам да открие думите. Мълчанието ми го принуди да положи усилие.

* Мисля, че усещам... празнота... Ето тук. - Дейвид посочи гърдите си. - И някаква неспокойна енергия. В тези моменти ме обгръща някаква тъмнина... сякаш преставам да съществувам. Обзема ме паника. И трябва да се обадя на жена... незабавно... защото не мога да изтърпя това състояние.

Най-сетне, след месеци терапия, Дейвид отбелязваше напредък в изразяването на съкровените си чувства. Бяхме стигнали до болката, която движеше поведението му.

* Безпокойството, което изпитваш, сигурно е много дълбоко.
* Да, затова обикалям баровете или се обаждам на жени.
* Тоест ти се справяш със страха си от самотата, а в сегашния случай от изневярата, като караш жените да ти демонстрират, че те желаят.
* Но без да се обвързвам с тях.
* Да, не желаеш по-дълбоко обвързване с тези жени. Те са за теб своеобразно огледало - отразяват достойнствата ти. Без тях ти сякаш не съществуваш.
* Понякога дори е забавно.
* Знам. Освен това те кара да се чувстваш добре - отвърнах аз. - Търсиш жените, за да ти помогнат да се почувстваш добре. Но после те разочароват и ти се фиксираш върху мисълта колко са коварни. Оставяш на жените да определят дали си достоен за любов, или не си. Какво не е наред тук?
* Не мога да определя сам.
* Прекалено много власт предоставяш на другите, ето какво. Желаеш потвърждение, че заслужаваш да бъдеш обичан, но дори когато го получаваш, то не ти е достатъчно. Като че ли опитвайки се да придобиеш сила, всъщност се омаломощаваш.
* Никога не съм виждал нещата от тази страна.
* Какво би те убедило в истинността на това, което ти казах?

Наведох се към него, за да скъся дистанцията помежду ни.

* Може би искаш да кажеш, че трябва да обикна себе си? - Той беше на ръба да се изсмее, тъй като разговорът беше ни отвел до едно терапевтично клише.
* Именно. Това е изходът от твоя порочен модел на поведение. Ако откриеш любовта вътре в себе си, няма да има нужда непрекъснато да я преследваш във външния свят.
* Така да бъде, вярвам ти.

Дейвид имаше високо мнение за себе си, но знаеше, че лесно мога да срина самочувствието му. Нужно беше да престане да гради самоуважението си единствено на основата на външни потвърждения, като успехите в своята работа, външния си вид, финансовата си състоятелност, възхищението на своите близки и обичани хора и т.н. Тези източници бяха преходни. Красотата му щеше да повехне, финансовото му състояние можеше във всеки един момент да се промени, а кой беше защитен от разочарования в интимните взаимоотношения. За да се чувства трайно значим, Дейвид трябваше да се научи сам да открива доказателства за това. Трябваше да започне да приема и цени себе си, както и да култивира готовността си за себеизследване.

* Но откъде да започна? - попита той.
* Освободи се от грижата какво другите мислят за теб и открий себе си - казах му. - Необходимо е да уважаващ онова, което те мотивира отвътре - дори в момента още да не знаеш какво е то. Ще се наложи да се абстрахиращ от жените и да го откриеш.

Макар нарцисизмът на Дейвид да беше злокачествен, той все пак беше своеобразен опит за себеприемане. Дейвид търсеше по-безопасна, по-малко рискована алтернатива на истинската любов, но аз го тласках право към реалните му страхове и той бе неспособен повече да си затваря очите за тях. Мислех, че ако с моя помощ се изправеше лице в лице с тези страхове, щеше да е подготвен за любовта.

Беше прекрасна вечер в средата на лятото и след работа се разходих по една от улиците в квартала, от двете страни на която се редяха множество ресторанти и кафенета. След това се качих на едно от любимите си места за размисъл - покрива на моята жилищна сграда, - където често, седнала на стар фотьойл, се наслаждавах на гледката на моята „всекидневна“ - Манхатън. Успокояващо ми действаше да наблюдавам градската суматоха, издигната с няколко етажа над нея. Височината ми осигуряваше дистанцирана гледна точка и към собствените емоции и ми позволяваше да размишлявам трезво за Дейвид. Бях все по-спокойна по отношение на нашата работа, вече не изпитвах желанието да го удрям с пръчка и чувствах, че е узрял за промяната.

Беше стигнал до важното прозрение, че женкарството му носеше моментно доволство, но в крайна сметка само му вредеше. Да се научи да обича себе си не беше никак лека задача, особено като се имаше предвид мощното подкрепление, което получаваше от кариерните успехи и от одобрението на приятелите, колегите, родителите и приятелката си, която, със своята красота, беше свидетелството му за висок социален статус. Стремежът да се доказва пред другите намираше израз в натрапливото му поведение, което бе отдалечило Дейвид от неговата истинска същност и маскираше празнотата, която той чувстваше, оставайки насаме.

През следващите няколко месеца Дейвид усърдно се себеизследваше. Приобщи се към нов социален кръг с помощта на няколко свои познати с артистични наклонности, които прекарваха доста време в Бруклин. Пое риска да излезе от зоната си на комфорт. Сподели ми, че на партитата, които посещаваше, седял и наблюдавал

хората, изумен как е възможно да са „бедни и непривлекателни“ и въпреки това така щастливи и жизнени. Опитах се да сдържа възмущението си от това негово изказване, тъй като то съдържаше едно важно за него прозрение: тези хора живееха автентично и притежаваха жизненост, каквато той никога не бе изпитвал. Помнех празния му поглед в началото на терапията, безжизнеността, прозираща зад дръзкото му поведение. Те най-сетне бяха изчезнали. Дейвид бе пристъпил отвъд границите на своите илюзии и на егото си. Вече беше способен да изследва своите истински желания.

Постоянно го насърчавах да си задава въпросите: Какво желае егото ми? и Какво желая аз? Постепенно Дейвид взе ред важни решения. Отказа се да се жени и да си купува къща в Уестчестър. Остана да работи на Уолстрийт, но скъса с Ники и се премести да живее в Бруклин. В свободното си време започна да свири на китара, вместо да обикаля баровете и да събира телефонните номера на жени. Започна също да чете книги и да посещава музеи. По време на сесиите обсъждахме новите му открития, които бяха съвсем обикновени и в същото време дълбоки и съществени.

Работих с Дейвид в продължение на повече от година и бях свидетел на бавното му, но благотворно преображение. Моето лично отношение към Дейвид също еволюира - от страх и инстинктивно отвращение в дълбоко състрадание, породено от неговия стремеж към човечност.

Мъжете като Дейвид, със склонност към женкарство, бързо биват окачествявани от другите като „прасета“ или „мръсници“ - лесно е да бъдат заклеймени и намразени. Но тяхното женкарство е мотивирано от същите базисни потребности от любов, доверие и приемане, които често карат и нас да се държим неадекватно и дисфункционално.

В това отношение всички сме като Дейвид.

Не знам дали след края на терапията си Дейвид е открил любовта, но знам със сигурност, че бе поел на онова дълго пътешествие, по време на което човек се учи да обича себе си и което продължава цял живот. Има ирония във факта, че по време на сесиите ни ние така и не се опитахме да стигнем до някакво крайно определение за любовта. Всъщност положихме доста усилия да определим какво тя не е. Човек все трябва да започне отнякъде. Но в края на терапията бях уверена, че Дейвид в крайна сметка ще стане „способен да изпитва любов“, както той сам се бе изразил на първата ни сесия.

Аз самата имах много да уча за любовта.

## **РАМИ**

Запознах се с Рами, докато подготвях докторската си дисертация Във Флорида. По това време няколко вечери в седмицата работех като сервитьорка в един ливански ресторант. Рами беше редовен посетител и приятел на собственика, но за мен той беше просто едно от множеството неясни лица, покрай които забързано минавах, взимайки поръчки и разнасяйки храна.

Вечерта, когато се запознахме. Рами със своята шумна компания се беше настанил на една от масите, които обслужвах. По-късно щях да науча, че бяха седнали там нарочно. Имах много работа и не бях забелязала, че Рами ме наблюдава, докато снова между масите. С приятелите си пушеха наргилета и се редуваха да танцуват с кючекчийката. След вечерята разиграха същинска източна мелодрама, пропирайки се разгорещено кой да плати сметката. В един момент, докато минавах покрай масата им. Рами ме улови за китката и поиска телефонния ми номер. Съвсем директно, без заобикалки и комплименти - тактиката му сякаш беше взета от някакъв долнопробен наръчник за свалячи. Все пак в тона му се долавяше изненадваща добронамереност и дори искреност. А очите му бяха така оживени, че въпросът му прозвуча не оскърбително, а съвсем естествено.

Ще ми се да можех да напиша, че в този момент дъхът ми секна, но не стана така. Той просто ме изненада - умът ми работеше с бесни обороти, зает със съвсем друго: на единайсета маса си бяха поръчали още напитки, а швармата им вероятно все още беше в кухнята, на трета маса очакваха сметката си. Освен това не бях разменила и дума с него, а той вече искаше телефонния ми номер. Ама че неловка ситуация!

Големите компании означаваха голям бакшиш, а те още не бяха платили, така че използвах готовия отговор, който имах за настъпателни клиенти, които не желаех да сконфузвам пред приятелите:

* Потърсете ме на номера на ресторанта - казах му и се отдалечих с усмивка.

Рами се върна на следващата сутрин, докато подреждах масите за обяд.

* Позволи ми да те изведа на закуска.

Заради непринудения му чар си помислих, че би било глупаво да откажа на толкова невинна покана. Рами стоеше срещу мен, очаквайки отговора ми с омайваща усмивка, и аз се съгласих.

* Чудесно! Ще те забера утре в единайсет - каза той и на излизане се спря да побъбри с няколко от колежките ми сервитьорки, които очевидно се зарадваха на вниманието му. Аз пък се почувствах като човек, хитро подведен да си купи продукт, който не е желал. Как бях допуснала това? Никак не ми бе присъщо да се предавам така лесно, още повече че тип като Рами определено не беше мъж, с когото иначе бих склонила да изляза. Беше по-възрастен от мен с поне десет години, ако не и с повече.

Разгледах по-внимателно Рами, докато той разговаряше с колежките ми. Изглеждаше като безобиден досадник. Висок, с груби средиземноморски черти и черни очи. Рами имаше ъгловата челюст, загоряла кожа и тъмна чуплива, тук-там прошарена коса. Изглеждаше екзотичен, изискан и донякъде подмолен. Предположих, че пие скъп скоч и пуши пури. Трябва да призная, че притежаваше класически сексапил като старите кинозвезди Кларк Гейбъл или Омар Шариф.

На следващата сутрин, по време на закуската ни. Рами ми разказа историята на живота си. Беше израснал в бежанските лагери в палестинските територии на Западния бряг на река Йордан, а понастоящем притежаваше множество недвижими имоти на различни места из южните щати. Беше емигрирал в САЩ едва двайсетгодишен, а сега на четирийсет вече се беше оттеглил от активния бизнес и прекарваше повечето от времето си в пътешестване. Имаше жилища в Мароко и Испания.

* Ходя там няколко пъти в годината - обясни ми той. - Някои от приятелите ми също притежават къщи или вили на тези места.

Никога преди не бях излизала с мъж като Рами. Предишното ми гадже беше представител на контракултурата, караше стар микробус „фолксваген" и ходеше без обувки. Беше нежен, мил и обичлив човек. Връзката ни продължи шест години, след което го напуснах, тъй като той ми беше вече по-скоро брат, отколкото любовник. Имах по-амбициозни планове за себе си, затова бях готова да се срещам с различен тип мъже: такива, които бяха предизвикателство и стимул за мен. Рами внесе в живота ми непознато вълнение и аз се впуснах в една бързоразвиваща се и интензивна връзка.

Рами ми предлагаща нещо далеч по-блазнещо от пари и привлекателна външност: приключение. Това ме привличаше неудържимо може би поради консервативното ми възпитание. Родителите ми все още живеят в малкия южняшки град, където отраснах. Сега, като възрастна жена, съм способна да съзра красотата на техния прост живот. Но във времето, преди да навърша двайсет години, съществуването им ми изглеждаше бедно и ограничено.

Тогава тръпнех от копнеж по пътешествия и приключения. Може би за това допринесе поредицата от енциклопедии, които баща ми ми купуваше като дете, с всичките снимки от Южна Америка и Далечния изток, които съдържаха. Дори сега, когато съм вече далеч от детството, моето очарование от екзотичното все още не е избледняло.

Рами и аз идвахме от различни светове, поддържахме различни религиозни убеждения и културни традиции. Обичах различията между нас, макар да не ги разбирах напълно. Всъщност вероятно фетишизирах тези различия, без да си давам сметка, че известна степен на сходство беше от фундаментално значение за всяка връзка.

Все повече се влюбвах в Рами, макар някои от приятелките ми, които, чуеха ли за Арабския свят, си представяха единствено тюрбани и терористи, бяха сериозно разтревожени от нарастващия ми интерес към арабската култура. А аз се чувствах сякаш бях пристъпила през някаква вълшебна порта и се бях озовала на древния Път на коприната. С Рами танцувахме на арабска музика, пушехме наргилета с ябълков тютюн, пиехме ароматни чайове и кръстосваме Близкия изток. Нашата любовна история буквално цъфтеше сред омайващия декор на разкошни възглавници и скъпи драперии, спускащи се около ниски канапета, където, полегнала, похапвах смокини и очаквах да бъда любена. Любовната ни игра беше пиршество за сетивата, обгърнато от благоуханията на канела, индийско орехче и бахар и съпровождано от приглушена и изпълнена с копнеж екзотична музика.

Бях опиянена от този необикновен свят, който ми предоставяше нови, неизследвани пространства. Майка ми беше разтревожена. Тя предричаше, че в крайна сметка ще осъзная, че с Рами не сме един за друг. „От различна вяра сте", казваше ми тя.

Това никак не ме притесняваше, тъй като никой от двама ни не беше религиозен... с изключение на един случай, когато гребяхме с кану по една река във Флорида и изневиделица ни връхлетя буря. Бяхме посред реката и се свивахме от страх, докато светкавиците падаха около нас. Гребяхме с всички сили, за да излезем от водата, и тогава, спомням си, аз започнах да се моля на Иисус, а той на Аллах. Щом стъпихме на брега, попитах Рами:

* Защо наричаш себе си мюсюлманин? Не ходиш на джамия, не спазваш Рамазан - тогава се храниш през целия ден, а освен това си учил в католическо училище.
* Мюсюлманин съм по рождение.
* Но децата не се раждат вярващи - възразих.
* Да, но съм се родил в религиозна култура - отвърна той.

Впоследствие ми направи впечатление, че беше възприел най-красивите идеи от исляма. Беше възпитал у себе си гостоприемство, щедрост и добронамереност към другите - особено бедните. Доста от времето си прекарваше като доброволец в една кухня за бездомници, а понякога, когато го обземеше вдъхновение, превръщаше и дома си в трапезария за бедни. Веднъж сам приготви и нареди богата трапеза у дома и събра на нея целия персонал, обслужващ дома и градините му. Работниците бяха смаяни. Той действително обичаше да дава на другите и дали това беше морално предписание на религията му, или черта на характера му, за мен нямаше значение - тази негова добродетел беше по-важна от всякакви различия.

И така, по своя си обичай, аз идеализирах любовта и я премених в предизвикателна рокля, под която не желаех да търся никакви несъвършенства. Не желаех никаква смущаваща информация да нарушава любовния ми унес. Да, вероятно между нас имаше различия, но не им отдавах никакво значение.

Докато един ден, четири месеца след началото на връзката ни, Рами не ме покани на пътешествие до Мароко заедно с неговите приятели.

Седнахме в оскъдно осветен и претъпкан с клиенти ресторант в Маракеш. Звуците на тъпани и зилове ***(****‘Музикални ударни инструменти подобни на чинелите. - Б. пр.)* изпълваха помещението, а кючекчийки се движеха съблазнително сред клиентите. Рами ме беше довел на място, където той и компанията му от арабско-американски бизнесмени - някои от които притежаваха къщи в района - често идваха да се забавляват. Поднесоха ни кускус, а сред нас, за мое изумление, се настаниха момичета на възраст между 13 и 17 години.

Почувствах се изключително неловко. Може би това беше място за сексуален туризъм? Разбрах, че всеки от мъжете щеше да отведе със себе си едно или няколко момичета и да прекара нощта с тях.

Разгледах внимателно момичетата. Бяха почти деца, а изглеждаха преждевременно състарени. Едно от тях приличаше на оскотяло улично дете, гладно и боязливо, очите му се стрелкаха във всички посоки. Приведено над чинията си, то гребеше от кускуса с ръце и час по час поглеждаше назад през рамо. До него седеше кротко момиче с добри обноски. Но изправената му поза и сключените ръце издаваха безпокойство. Друго момиче, чието облекло беше несполучлива имитация на западната мода, си позволяваше да кокетства и щеше да е изключителна красавица, ако не бяха очебийните признаци на недохранване.

Не разбираха ли мъжете около мен, че експлоатираха тези млади момичета, живеещи в отчайваща икономическа обстановка? Не ги ли беше грижа за физическите и емоционалните щети, които им нанасяха?

При едно от посещенията си в женската тоалетна заговорих кокотката. И онова, което научих от нея, ме потресе. Тези момичета не бяха жертви на трафик, не бяха сексуални робини, не работеха дори за местен сутеньор. Бяха изпратени да вършат това от своите семейства и всъщност мечтаеха да се омъжат за някой френски турист или да станат втора съпруга на саудитски бизнесмен, за да могат да подсигурят съществуването на цялото си семейство. Междувременно обаче бяха доволни в замяна на услугите си да получат малко храна, малко пари или някоя дреха. На развален английски момичето ми обясни, че при ограничените възможности за работа и липсата на закони, които да ги защитават от сексуален тормоз на работното място, жените в тази страна са изложени на постоянната опасност да бъдат изнасилени от колегите си мъже.

Тези момичета нямаха избор, бяха беззащитни и безгласни. По красивите им и наглед спокойни лица аз прочетох дълбоко примирение и безнадеждност. Те принадлежаха към чужда за мен култура, но въпреки това разбрах, че вътре в себе си полагаха огромни усилия, за да понасят реалността, която обитаваха. Налагаше се да потискат истинските си чувства, а удовлетворяването на основните социални потребности от доверие, сигурност и любов беше нещо непознато за тях. Тези млади момичета не просто предлагаха секс срещу пари - размяна, позната на човечеството от древността, - те се лишаваха от своето достойнство и от човешкия си облик.

Не бях способна да остана и миг повече на това място, затова се изправих. Рами също се изправи, недоумяващ.

* Ще се обадя в американското посолство - заявих му. - Искам да се прибера у дома.

Тъй като говорех на висок тон, приятелите му дочуха думите ми и ме погледнаха, сякаш бях някаква безнадеждна наивница. И все пак един през друг започнаха да се оправдават. „Ние помагаме на тези момичета и на семействата им", твърдеше един. Друг обвини момичетата, че са измамнички, които целят да подмамят мъжете да сключат брак с тях. Рами отчаяно се опитваше да ме убеди, че никога не е участвал в забавленията на приятелите си. Поизпоти се доста, докато ме успокои. Но на мен най-накрая ми беше станало пределно ясно, че с Рами имахме твърде различни възгледи за любовта и любовните взаимоотношения.

Когато се запознах с Рами, той живееше сам. Прекарваше по-голямата част от времето си със своите приятели - пътуваха и си устройваха забавления заедно, сякаш бяха някакво мъжко братство. В действителност те бяха развратници на средна възраст, които живееха епикурейски, отдавайки се без всякакви задръжки на лукса и удоволствията. Хедонизмът беше тяхната религия. Някои от тях обичаха да ме предизвикват на философски спорове. Поставях нашите словесни сблъсъци под общия наслов „Голямата любов срещу либертинството". Питаха ме „Какъв е смисълът на романтичната любов?" или „Защо да посвещавам цялото си свободно време на една жена?", като че ли се опитваха да проумеят някакъв шокиращо нелеп възглед. Те действително не вярваха в любовта. Приемаха я в най-добрия случай за илюзия, а в най-лошия - за окови. Единствената реалност за тези мъже беше физическата наслада. Жените бяха част от удоволствията в живота, подобно на добрата храна или доброто вино.

Първоначално се питах дали виждането им за любовта се дължеше на културата им, в която бракът често беше просто сделка. Направи ми впечатление, че от връзките си с жени не очакваха нито романтика, нито приятелство. Но също така знаех, че всичките са приятели от детинство, че като юноши са участвали в мирни протести срещу отнемането на домовете им, както и че някогашните им опити да променят света, в който живеели, винаги свършвали в затвора, затова отпътували за САЩ с намерението да успеят в бизнеса. Всичките бяха изоставили предишния си живот, посветен на високи идеали, морални принципи и справедливост, и бяха възприели убеждението, че е наивно да се опитващ да променящ света и че е най-разумно просто да се наслаждаващ на живота. Сега те изживяваха своята мечта, независимо че аз ги смятах за празни и депресирани хора. Бях поразена от възгледите и начина им на живот. Разполагаха с толкова свобода и пари, но не бяха изпълнени с жизненост и радост, както по това време бяхме ние с Рами, който имаше нещастието да се намира между чука и наковалнята.

Мисля, че ожесточението в крайна сметка взе връх в този дебат и приятелите на Рами започнаха да се отнасят с открита враждебност към мен. Не криеха негодуванието си, че техният най-жизнерадостен приятел ме води със себе си на всяко тяхно пиршество, парти и пътешествие. Изцяло провалях забавленията им. Започнаха да разговарят помежду си на арабски, за да ме изолират.

Но аз реших да ги надхитря. От книжарница на „Барнс енд Ноубъл" си купих речник на египетски арабски език. Тайно изучавах езика, за да съм способна, когато Рами и другарите му превключат на арабски, да разбирам поне отчасти разговора им. Бях наясно, че начинанието ми е твърде амбициозно, но имах добра памет. Носех речника навсякъде и учех думи винаги когато имах възможност - в метрото, на опашката за кафе, докато си миех зъбите и т.н. Също така упражнявах разговорните си умения във всеки удобен момент - например завързвах разговор с египтянина, който работеше на будката за сандвичи на едно кръстовище близо до апартамента ми, а когато се возех в такси, опитвах се да давам указания на шофьора, ако беше от Близкия изток.

Един следобед, докато с Рами и приятелите му седяхме в едно кафене, проговорих и пред тях. Не помня какво точно им казах, но си спомням много добре реакцията им; смайване, последвано от смях и възклицания; „Тя говори арабски! Египетски арабски!".

Тогава още не знаех, че арабският език има различни диалекти. Но въпреки това спечелих неохотното им уважение и те започнаха от време на време да разговарят с мен на арабски. Рами реши да ме научи на своя диалект и ние прекарвахме много часове в леглото, повече или по-малко разсъблечени, забавлявайки се с игри на думи. Намирах този език за много чувствен - представляваше поредица от гърлени тонове, идещи някъде дълбоко от гърдите, сякаш от самата душа. В него като че ли нямаше място за задръжки и изразявайки се на арабски, аз се чувствах по-дръзка и едновременно с това по-разголена. Интонациите му са резки, сурови и нехармонични и добавят допълнителна страст на всеки израз. Арабският език звучи изключително еротично, произнасян от дълбок и дрезгав мъжки глас. Особено обичах да чувам един звук, произнесен от Рами - издълженото и придиханно „х". То напомняше звука, който се изтръгва измежду устните на мъж във върховния момент на насладата. Дори най-тривиалните арабски изрази съдържат поезия и духовни послания. Любовниците например се наричат един друг рохи (с придиханното „х", за което ви споменах), което означава „душа моя", или насийби, което означава „съдба моя". Но две от любимите ми думи бяха хабиби, „любов моя", и я-ла, „да тръгваме". В продължение на две години ми доставяше удоволствие да се обръщам към всекиго с хабиби.

\*\*\*

На моменти се тревожех как приятелите на Рами ще повлияят върху чувствата му към мен, но за тяхно разочарование той очевидно се радваше на присъствието ми в тяхната компания.

Една нощ, смятайки, че спя, той ме погали нежно по косата и прошепна: „Ана б'Хибек" (Обичам те). А аз вече бях влюбена в него. Отворих очи и му казах:

- Да се обичаме със страст. Нека нямаме тайни един от друг и да изживеем любовта си възможно най-пълно.

Беше важно за мен да произнеса тези думи. Знаех, че голяма част от любовта между зрелите хора оставаше скрита под множество защити, и желаех ние двамата да поемем риска да сме напълно открити един към друг, да изоставим стремежа към сигурност и да изживеем възможно най-пълноценно чувствата си.

\*\*\*

Щом узнаха, че с Рами официално сме двойка, колежките ми в ресторанта започнаха да изразяват открито възхищението си от чара му, но също така да говорят с известен укор към бохемския му начин на живот. Една вечер дори повдигнаха пред мен темата за семейното му положение. За миг ме обзе съмнение, но тъй или иначе не знаех нищо със сигурност. Беше ми казвал, че е разведен, и нямах причина да не му вярвам - Рами беше винаги на мое разположение и двамата редовно прекарвахме нощта в апартамента му, който си беше типично ергенско жилище.

Но Рами също така беше невероятно общителен и ненаситен флиртаджия. Започнах все повече да забелязвам онова, към което моите колежки бяха насочили вниманието ми. Веднъж присъствахме на официална вечеря. Бях във вечерна рокля и се чувствах много добре. Но по едно време покрай нас мина някаква красавица, позната на Рами, и той мигом скочи от мястото си, целуна я по бузата и ѝ каза:

* Позволи ми да изпратя на масата ви бутилка вино.

Отдели ѝ доста време, след което си седна на мястото. Двайсет минути по-късно край масата ни мина друга негова позната и всичко се повтори. Почувствах пристъп на ревност.

По-късно, когато се прибрахме, аз ѝ дадох воля:

* Ти флиртуваш с други жени!
* Просто съм дружелюбен. Това не означава нищо.
* Познаваш доста жени. Откъде познаваш всичките тези красавици?

Той сви рамене, не знаеше какво да каже. Аз набирах скорост:

* Колежките ми в ресторанта непрекъснато те одумват.
* Но тези жени са ми просто приятелки.
* До ушите ми непрестанно достигат разни слухова

Той налапа въдицата:

* Какви слухове?
* Например, че си женен.
* Това не е истина - поклати глава той. - Разведен съм. Вече ти казах.

Продължих да го гледам настоятелно в очите.

* Разведен съм... по ислямския обичай.
* Какво... какво означава пък това?
* Че съм разделен с жена си... по мюсюлманската традиция... не правно. Но то е същото - побърза да добави.
* Значи не си разведен!

Рами ме гледаше безпомощно.

* Исках да ти кажа, но все не намирах подходящия момент. Ето каква е историята. Сключих стратегически брак. Не беше уреден, но все пак изгоден и за двете страни... Трябва да разбереш. В моята култура бракът невинаги е по любов. Със съпругата ми сме разделени от шест години и тя живее в друг щат.

Почувствах, че ми премалява. Не можех да повярвам, че беше изчакал да се влюбя в него, за да ми каже истината. Обзе ме съмнение във всичко, което Рами ми беше говорил до този момент. Щеше ми се той да върне думите си назад, да каже нещо, с което мигом да поправи нещата.

* Но защо не ми го каза досега?
* Исках, но се страхувах, че няма да ме разбереш.
* Дори не бих си помислила да се обвързвам с женен мъж.
* Виждаш ли? Просто исках първо да дам шанс на връзката ни.
* Току-що погуби този шанс.

Рами побърза да обясни, че с жена му се споразумели да живеят разделени, но да не се развеждат по финансови съображения. Ето защо до този момент не се бил обвързвал сериозно с друга жена - тя неизменно би поискала от него да се разведе. Виждал ли, че някоя от жените, с които имал връзка, започва да се влюбва в него, късал с нея.

* Но ти си различна - увери ме той. - Сега чувствам, че за първи път съм влюбен.

Трябваше да се спасявам. Прибрах се у дома и от следващия ден прекъснах всякаква връзка с него. Предстоеше съвсем скоро да замина за Ню Йорк, където да започна следдипломния си стаж.

\*\*\*

Исках да живея в Манхатън, а не можех да си позволя да плащам наема за квартира сама. Имах нужда от съквартирантка. Случайно се запознах с млада жена на име Софи, която също възнамеряваше да се мести в Ню Йорк. Заедно отпътувахме да си потърсим жилище. Дълго обикаляхме Манхатън с един брокер, но така и не открихме подходящо жилище. Върнахме се у дома разочаровани, а аз бях започнала да се поизнервям, защото наближаваше време да започне стажът ми.

Започнах да търся в интернет и в един сайт попаднах на обява за стая от апартамент за осемстотин долара на месец. Нямаше снимки, но бях достатъчно отчаяна, за да я наема без оглед. Обадих се на Софи, за да я уведомя, че съм намерила квартира, след което изпратих пари на наемодателя и той каза, че можем да се нанасяме.

Скоро след това отпътувах за Ню Йорк. Квартирата се намираше в малка тухлена сграда на кръстовището на 30-а улица и Пето Авеню. На всеки етаж имаше по един

апартамент. Качих се на петия етаж, почуках на вратата и ми отбори един мъж. Беше с костюм не по своя мярка, неподстригана чорлава коса и страховит вид. С подчертан акцент ми се представи като Нестор.

* Здравей. Ще ти покажа къде ще живееш - каза ми той и ме поведе през малката всекидневна, в която имаше мръсно старо канапе и миниатюрен телевизор, а после през тесния тъмен коридор към моята „стая". Тя беше празна. Нямаше гардероб. - Понякога аз също оставам тук... на канапето. - Очевидно допускаше, че няма да имам нищо против. Показа ми три свои костюма, които държеше в малка ниша с вратичка, пригодена за дрешник. После ми показа кухничката и пожарния изход.

Софи пристигна седмица по-късно.

* Що за дупка е това? - възкликна ужасена тя.

Освен мен и Софи, апартамента обитаваха още десет души - мъже и жени, - няколко мишки и от време на време Нестор, който нощуваше на канапето при нас. Апартаментът беше с голяма площ и Нестор бе поставил на много места евтини прегради, вследствие на което се бяха получили множество стаи - без прозорци или климатична инсталация. Беше мръсно и пренаселено. Разполагахме с една баня с душ-кабина, която беше толкова тясна, че човек не можеше дори да се преоблече вътре. Тъй като в стаята нямахме гардероб, със Софи закрепихме по стените пръчки и окачихме дрехите си по тях. Спяхме на възглавници на земята - не можехме да си позволим легло, защото всичките пари, които ни оставаха, след като платяхме наема, давахме за дрехи и забавления. Обувките и бижутата ни бяха навсякъде. Имахме обаче голям прозорец, пред който вечер се излягахме и разговаряхме, вгледани в светлините на града (разбира се, прозорецът нямаше завеси) и извисяващата се Емпайър Стейт Билдинг. Понякога един бразилец, голям симпатяга, идваше, за да полегне до нас, и тримата си бъбрехме за какво ли не и се смеехме. Скоро узнах, че всички обитатели на нашия апартамент са млади мъже и жени, дошли в Ню Йорк от различни краища на света да учат или работят, с надеждата да успеят.

Понякога ме навестяваха приятели от Флорида и ме питаха как мога да си позволя да живея в сърцето на Манхатън с доход от 12 000 долара на година - стипендията, която спечелих за стажа си. Отговарях им просто, че Манхатън е моята всекидневна. Представях си, че съм съвременната Холи Голайтли *(Героинята от романа на Труман Капоти „Закуска в Тифани". - Б. пр.).* Всъщност бях щастлива.

\* \* \*

Шест месеца по-късно ми се обади Рами. Искаше да се съберем отново. Обясни ми, че със съпругата му все още живеели в различни щати и нямало никакъв шанс някога да заживеят заедно. Били обвързани единствено документално. И двамата държали дялове от неговата фирма и по тази причина навремето преценили, че би било неразумно от финансова гледна точка да се развеждат. Били се споразумели обаче на „неофициален развод" и Рами бил напълно свободен с нейната благословия.

Вярно, беше ме излъгал, но въпреки това бях готова да поемам нови рискове в името на любовта, която така ревностно бях защитавала в споровете с приятелите на Рами.

Помирихме се и се отдадохме на любовта си. Той се опита да компенсира своята лъжа, като ме глези. Една вечер например най-неочаквано го заварих в квартирата си. Беше долетял в Ню Йорк, за да ме изненада, и докато се прибера, бе успял да омае съквартирантките ми. Беше заредил хладилника с хранителни продукти, приготви изискана вечеря и докато се хранехме, непрекъснато разсмиваше всички ни. След като свършихме, той внезапно изчезна и след известно време го открих в банята, където, застанал на колене, търкаше ваната. По-късно установих, че бе изпрал на ръка бельото ми и бе нагънал прането ми. Не се шегувам! Правеше подобни неща през цялото време. Бях убедена, че няма да открия друг като него.

Рами бързо спечели сърцата на приятелките ми със своята непринуденост. Той можеше да е изключително любвеобилен и грижовен мъж. Друга вечер, докато седяхме заедно с приятелките ми, те се оплакваха за разни неща - че са напълнели, че не харесваха косата си, че нямаха възможност да си направят пластични корекции. Изведнъж Рами, който до този момент бе слушал мълчаливо, каза:

* За мен няма значение как изглежда Бренди. Аз бих я обичал всякаква. Дори да наддаде петдесет килограма или да загуби едната си ръка, пак ще съм готов да отида и на Луната за нея.

\*\*\*

Обещах на Рами да се върна във Флорида след година. Междувременно връзката ни се развиваше, макар и с променлив успех. Отношенията ни бяха същинска театрална драма, която много ни забавляващо. Аз например му припомнях как в Мароко бях скочила в движение от колата по средата на нищото, а той ме бе изоставил там, или за случая, когато беше си тръгнал посред вечерята в един ресторант, защото му се беше сторило, че се усмихвам на друг мъж. Често се безпокоях какви ли ги върши Рами, докато е без мен, в компанията на старите си приятели развратници. Стараехме се да се срещаме през уикенд. Или той летеше на север, или аз на юг. В промеждутъците непрекъснато мислех за него и често бях на границата с обсесията. Най-добрата ми приятелка, на която вече бе дошло до гуша да слуша за Рами, с поклащане на глава предричаше: „Скоро някой от двама ви ще получи инсулт".

По това време, без съвсем ясно да си давам сметка, мислите ми често кръжаха около факта, че Рами беше скрил от мен истинското си семейно положение. С тази си постъпка той беше изкарал от релсите връзката ни. Затова бях станала свръхпредпазлива. Не бързах да сключвам брак, смятах, че с времето нещата ще улегнат, но семето на съмнението беше покълнало. И вероятно в онзи съдбовен момент се криеше обяснението за всичко, което последва.

Не спираше да ме терзае въпросът дали сме един за друг. Глождеше ме съмнението, че се вижда и с други жени. Анализирах добрите и лошите ни моменти заедно и отчаяно търсех истината. Пишех трескаво в дневника си. Търсех обяснение след обяснение всеки път, когато стомахът ми се свиеше и емоциите ми излизаха извън контрол. В началото на практиката си, докато слушах за проблемите на пациентите си, понякога за секунди губех концентрация, тъй като истините, които чувах, ме караха да се замисля за Рами и за онези неща, които биха разстроили всяка жена.

Дори когато не бях на работа, умът ми винаги работеше трескаво. Започнах да съставям списъци. На лошите качества на Рами и на добрите му. Опитвах се да навържа събитията в нашата връзка така, че емоционалните ми реакции да са най-малкото логични. Един ден бях убедена, че Рами е женкар, а на другия - че е просто дружелюбен мъж. Или пък, че е патологичен лъжец, че се опитва да ме впечатли, да ме задържи, да ме предпази. Понякога си мислех, че лъжата му не беше кой знае колко сериозна, че дори беше ласкаеща и симпатична.

Със същия успех можех да интерпретирам нещата в свой ущърб: може би прекалено се съсредоточавах върху негативното и пренебрегвах позитивното. Дали сама не си създавах главоболията? Може би той все пак беше един чудесен мъж, а аз бях ненормална? Време беше да затворя дневника си и да се наспя.

Исках да открия един прост въпрос, който щеше да сложи край на вътрешния ми смут. Златният въпрос, който щеше да реши дали да остана при Рами, или да го напусна. Един тест във вестника съдържаше следния въпрос: „Повишава ли той жизнената ви енергия, или я изсмуква?". Замислих се. Откакто бях с Рами, жизнеността ми беше ту във възход, ту в падина.

Майка ми ме попита:

* Добре ли се чувстваш в компанията му? Ако смяташ да прекараш всичките си дни с един мъж, присъствието му трябва истински да те радва.

Една приятелка пък ми зададе въпроса:

* Ще те обезпечи ли финансово?

А аз запитах сама себе си: това любов ли е, или е илюзия? На любов ли е основана връзката ни, или на егоизъм? Защо в действителност съм с него?

## **АЛЕКС**

Запознах се с Руснака в един спокоен нощен клуб в Челси. И двамата бяхме седнали в ъгъла близо до камината и стана така, че се заговорихме за една моя статия относно свободата на словото в Украйна. Каза, че бил дипломат, но ми се струваше, че може и да е шпионин.

Това ми разказа на първата си среща с мен Каша, приятелката на Алекс, мой пациент от около два месеца. Каша беше писателка на свободна практика, наскоро пристигнала в САЩ от Чешката република, с високи скули и бадемовидни очи, които подчертаваше с черен молив. Тя надълго и нашироко и с ярки детайли ми разказваше за своя скорошна среща с мъж.

- Тъмните му, дълбоки очи ме пронизваха - продължи тя със своя мек акцент. - Сякаш се опитваше... не знам... да проникне в най-дълбоките помисли, които криех зад думите си. Не можех да повярвам, че наистина седим заедно, и се питах дали забелязва, че треперя от желание към него... Сигурно бе забелязал, защото в един момент изненадващо посегна към лицето ми, бавно прокара палец по устните ми, след което внимателно го пъхна между тях. След кратко напуснахме бара и отидохме в хотелската му стая в Сохо. Копнеех да ме... да ми се нахвърли като хищник. На мига. Но той не бързаше. Каза ми да седна на леглото и да разкопчая блузата си - гласът му беше мек.

говореше бавно и уверено. Направих каквото ми каза, а през това време той ме наблюдаваше от противоположния край на стаята. Когато видя гърдите ми разголени, кимна одобрително. Продължих да се събличам и той каза, че извивките ми са великолепни. Накрая ме приближи и когато вдигнах полата си, за да открия бедрата си, той смъкна бикините ми до коленете. Доближи устни до ухото ми и прошепна: „добро момиче". Чух го да разкопчава колана си. После свали бикините ми до долу и аз ги ритнах настрани. Без да съблече блузата, която висеше разкопчана на раменете ми, сграбчи косата на тила ми, погледна ме в очите и бавно и безмилостно проникна в мен... Сега разбираш ли защо не искам да спя с приятеля си? - попита ме Каша с тих глас.

Хм, да. Разбирах.

\*\*\*

Каша ме бе хипнотизирала със своята сексуална история. Но не можех да си позволя да се наслаждавам заедно с нея на приятната възбуда, предизвикана от спомена за това преживяване. Вместо това се отърсих от горещата тръпка и възстанових терапевтичната си дистанцираност. Тази история ме беше заинтригувала и по една друга причина. Каша се беше оказала съвсем различна от жената, която Алекс ме беше подготвил да срещна. Според него тя беше едва ли не асексуална лелка. След три години заедно той се беше обърнал към мен със съмнението, че тя е развила отвращение към секса. Желанието му бе да възкреси отмрялото ѝ либидо и да не позволи връзката им да се превърне в едно от онези спокойни, десексуализирани съжителства, за които всички сме чели в женските списания.

С Алекс бяхме провели само няколко сесии, когато той нетърпеливо ми предложи да се срещна и с Каша. Не го направи поради подозрение, че е рогоносец. Когато се срещнах с Каша, осъзнах колко неговите възприятия се различаваха от реалността. Укорих се с какво лековерие бях приела за истина неговата версия за отношенията им, но същевременно бях огорчена и от Каша - заради Алекс, - сякаш тя бе излъгала и моето доверие.

Каша недвусмислено ми напомни, че никога не биваше да допускам грешката да приемам гледната точка на пациента за самата истина.

Опитвам се да не проявявам предубеденост към пациентите си, но още преди да се срещна с Каша, аз се тревожех, че Алекс няма никакъв усет към секса. Беше научен изследовател във фармацевтична компания, приличаше на елф, с очила с тънки рамки, носеше панталони в цвят каки и ризи. Подозирах, че чувството му за сигурност се крепеше най-вече на конкретни неща - резултати от измервания, цифрови стойности, списъци, организационни процедури.

Когато говореше за Каша, Алекс беше напрегнат и без успех се опитваше да прикрие тревожността си. Непрекъснато наместваше очилата си и прокарваше пръсти по ръба на панталона си. Единият му крак трепереше и той го премяташе връз другия, за да го усмири. Същевременно, с бележник и химикалка в ръка, очакваше всяка моя дума като нетърпелив студент.

Винаги съм чувствала импулса да окуражавам и закрилям пациенти като Алекс. Той беше свръхинтелектуален, педантичен мъж, уверен в своите почти езотерични познания, класически пример за човек, какъвто съвременните младежи наричат „нърд". Но вместо да се държи надменно и резервирано, той беше мил и се стараеше да се хареса. Може да имаше широки познания в областта си, но в сферата на интимните взаимоотношения беше неопитен като дете.

На първата ни сесия Алекс ми разказа, че потърсил именно мен, тъй като направил проучване и узнал, че съм се специализирала в терапията на жени с понижено сексуално желание. Потвърдих, че това е вярно, и му обясних, че това е най-често срещаният проблем при жените, но те, за жалост, рядко търсеха професионална помощ. Макар жените да бяха много по-склонни от мъжете да се обръщат към терапевт заради депресия, тревожност, непреодолима скръб или брачни конфликти, когато ставаше въпрос за понижено либидо, те приемаха това за нещо нормално.

След като се срещнах с Каша, у мен се зароди дълбокото съмнение, че двамата въобще не се познаваха, а още по-малко бяха един за друг - толкова бяха различни. Но връзката им все пак бе просъществувала цели три години. Каша обичаше да пише за политика, желаеше да се утвърди като журналист в тази сфера. Каза ми, че Алекс я привлякъл с уравновесеността си и я респектирал с интелекта си. Богатите му познания я вдъхновявали. Тя беше амбициозна, а той - земен и практичен. Той предпочиташе реда и рутината, тя пък имаше неспокоен нрав.

Алекс и Каша деляха апартамент с една спалня в Горен Уест Сайд ***(****Квартал на Манхатън. - Б. пр.****).*** Преди това тя бе живяла в "Куинс" ***(****Един от петте административни района на Ню Йорк****)*** с други източноевропейски емигранти.

Това било за нея несигурно време, изпълнено със съмнение в собствените сили и същевременно с надежда. Себе си и Алекс Каша виждаше като млада двойка интелектуалци, официално интегрирани в нюйоркската култура. Те имаха интересни приятели, обичаха художествената литература, поезията и политиката и всяка сутрин четяха „Ню ЙоркТаймс", докато закусваха с бейгъли ***(****Вид гевречета. - Б. пр.****)*** и пиеха кафе.

Питах се до каква степен потребностите на Каша я бяха тласнали към Алекс по времето, когато се бяха запознали. Макар да бях убедена, че тя беше пристигнала в Ню Йорк, водена от своята склонност към приключенство и желанието за нови преживявания, също така бях сигурна, че още в момента на пристигането си бе почувствала потребността от сигурност и безопасност - необходимо условие, за да се разгърне авантюризмът ѝ. Алекс беше удовлетворил тази ѝ потребност, но след като се бе приспособила към новата среда. Каша се беше отегчила от него и у нея беше възникнала нуждата от по-интензивна стимулация. Алекс беше задоволил временните ѝ потребности, но една връзка не можеше да се крепи на подобни преходни мотиви, освен ако двамата партньори не развиваха връзката си и не откриваха все нови пресечни точки помежду си.

Когато Алекс предложи да се срещна с Каша, той всъщност имаше предвид съвместна сесия. Но аз пожелах първо да се срещна насаме с нея, каквато често е практиката ми в подобни случаи. Това беше най-добрият начин да ѝ осигуря условия, за да ми разкрие изцяло своята роля в ситуацията. И тя действително го направи. В най-ярки подробности. Но после пък, заради професионалната етика, трябваше да пазя истината за тайния ѝ живот под секрет - както тя го бе правила до този момент. Гледайки Алекс в очите, се чувствах като съучастник в предателство.

Срещнах се с Каша още веднъж, за да преценя какво е значението на тази връзка за нея, преди да ѝ подхвърля възможността да признае за сексаферата си на Алекс.

- Искам да остана с него - каза ми тя. - Но ако трябва да съм честна, той не ме привлича чак толкова. Желая да съхраня тази връзка, защото в негово лице най-сетне открих свестен мъж. Мога да му имам доверие, а той се отнася с мен много добре. Но понякога го чувствам повече като брат или близък приятел. Предполагам, че това се случва при всички връзки - допълни тя с хладна увереност и примирение, които бяха всъщност израз на един дълбок цинизъм.

Интересно е да наблюдаваш хората, когато се подготвят за нещо, което смятат за една от тъжните неизбежности в живота. Как жестоко ограничават душите си по този начин.

* Ами ако наистина се е случило така? - провокирах я. Исках да я подтикна да ми разкрие повече от своя песимизъм, да разпаля още чувствата ѝ. - Ако отмирането на желанието действително е естествено за дълготрайните връзки?
* Боже, ама че скука! - възкликна Каша и отметна коси. - Да, чувствам се доволна и сигурна, но го няма огъня. Трябва ми огън. Не мога да живея така вечно!

Това беше голямата дилема при моногамията. Каша не желаеше да избира между сигурността и страстта. Този екзистенциален казус повечето хора разрешават с компромис, тъй като мисълта да се живее и без двете буди парализиращ страх. Мнозина избират да се откажат от страстта или пък, в опит да удовлетворят бликащата си жизненост, я търсят някъде извън връзката си. Аз обаче не бях убедена, че дилемата на Каша беше реална. Може би тя просто бе направила погрешен избор.

Само няколко години преди това бях защитила дисертацията си. Докато правех проучванията си, научих, че отслабващото сексуално желание беше с мащабите на същинска епидемия сред жените. Но повече ме изненада фактът, че то бе едно от сексуалните разстройства, за което все още не беше открито ефективно лечение. За мен това беше проблем, с който не се бях сблъсквала лично по това време и, честно казано, не чувствах близка темата, която разработвах. Бликах от жизненост и живеех в постоянна еуфория, тъй като любовният ми роман с Рами беше в самото начало. Неизбежното отмиране на сексуалното желание, за което слушах да се говори и четях, ми се струваше едва ли не като смърт на женската душа. Не можех да приема, че страстната любов е обречена на постепенно угасване и че ако желаех дълготрайна връзка, трябваше да се откажа от страстта за сметка на сигурността. И как така нямаше ефективно лечение? Нима бях се заела с предварително изгубена кауза? Нима отмирането на страстта беше действително естествен процес? Тези въпроси разпалиха любопитството ми. А може би беше възможно да науча нещичко по тази тема от нивото на собственото си сексуално желание.

Реших да изходя от идеята, че съм в състояние да поддържам желанието си към своя партньор и да не позволя да се превърна в поредната злощастна жертва на дилемата „сигурност или страст". Щях да взема нещата в свои ръце и да поддържам огъня във връзката си.

На едно от пътуванията ми с Рами до Мароко взех със себе си цял куп ксерокопирани статии, посветени на женското либидо - автори, на които, както ми направи впечатление, бяха все мъже, - и ги прочетох почти всичките на глас по пътя от фес до Маракеш.

С Рами бяхме в разгара на любовта си, която беше възхитително ирационална. Аз го обичах с плам и благоговение. Не исках това време никога да свършва. Спомням си как седях в автомобила до него, докато ми говореше, наблюдавах формата на устните му и малката пролука между предните му два зъба и бях изцяло погълната от неговата красота. Не можех да се наситя да докосвам маслинената му кожа, тъмната му гъста коса. Галех го и притисках длани в плътта му, сякаш исках да усетя онова, което се криеше под нея, и все пак не го чувствах достатъчно близък. Исках да вляза в ума му, да опозная и превзема всяко кътче от него. Исках да заживея във всичките му спомени - да ги открадна, да наместя себе си в тях. Щеше ми се да се върна назад във времето и докато е малко момче, да живея с него в родното му село, да гладувам с него, да спя до него в бежанския лагер, който е бил негов дом.

По това време с Рами се виждахме от пет месеца и аз завършвах последната си година в университета. Макар обикновено да бях концентрирана по време на занятия, в последно време ми беше почти невъзможно да се съсредоточа, защото съзнанието ми беше изцяло завладяно от Рами. Припомнях си как ме беше любил предната вечер или фантазирах как щяхме да се любим по-късно същия ден. Когато сексът с партньора ти е толкова добър, мислите за него имат властта да те отвлекат от всичко друго, независимо колко важно е то.

Честотата, с която се отдавах на фантазиите си за Рами, усилваше желанието ми и аз си дадох сметка, че по този начин мога да го контролирам, тоест да го поддържам повишено. Разбира се, сексуалните мисли спохождат от само себе си онзи, чиято любов е млада, но ме интересуваше възможно ли е човек да ги предизвиква преднамерено по кое да е време. Възможно ли беше съзнателно да продължа да гледам на света през призмата на своята страст? Когато казвах на Рами „Толкова си красив!", той ми отвръщаше: „Не съм красив, твоите очи ме виждат такъв". И вероятно имаше право. Възприятията могат да бъдат манипулирани. Възможно ли беше самата аз да стана извор на своето сексуално въодушевление, а не просто да реагирам на стимулите, които ми предлагаше Рами? Мъжете са способни на това, казвах си, защо и жените да не го могат?

Реших да експериментирам, превръщайки връзката си в своеобразна лаборатория. И се получи! Но открих и някои пречки - емоционалните „отпадъци" и различните негативни мисли и образи препятстваха способността ми да поддържам сексуализираната нагласа във връзката си.

Докато пътувахме с автомобила към Маракеш, си спомних, че бях прочела статия за един феномен, който изследователите бяха назовали „парадокс на сексуалната близост". Те бяха установили, че в резултат на стратегиите, използвани в брачната терапия за стимулиране на емоционалната близост, настъпвал спад в сексуалното желание на двойката. В статията бяха цитирани и други изследвания, според които с терапевтичното подобряване на комуникативните способности на партньорите и качеството на връзката се увеличавали проблемите от сексуално естество. Не беше за вярване! На практика учените бяха установили, че двойките, които се отнасяха добре един към друг, общуваха и се чувстваха комфортно, бяха почти лишени от страст. А факторите, които повишаваха либидото, бяха дистанцията, новостта, опасността и неравнопоставеността.

Това не беше никак добра новина, що се отнасяше до дълготрайните връзки.

Никога не приемах твърде сериозно кое да е изследване, защото, когато непрекъснато четеш научни статии, установяваш, че всичките достигат до противоположни, взаимно изключващи се резултати. Но се замислих дали парадоксът, представен в тази статия, важеше и за Алекс и Каша. Те бяха изградили точно описания в нея тип комфортна и равноправна връзка, в която всичко би трябвало да тече като по вода. Но на Каша нещо очевидно не ѝ достигаше. Може би възродилото се у нея желание за приключения я беше тласнало да се впусне в сексуалната авантюра с Руснака? Исках да узная какво всъщност търсеше. Интересуваше ме кои бяха всичките съставки на еликсира, който наричаме сексуално желание.

* Разкажи ми за секса с Алекс - помолих Каша.
* В началото между нас имаше химия, но сега от нея не е останало почти нищо - обясни Каша и сближавайки показалец и палец, илюстрира думите си. Определи Алекс като „нежен и внимателен" по време на любовния акт и каза, че използвали основно „мисионерската поза", но дълго време нямала нищо против това, тъй като се чувствала обичана. - Целуваше ме чувствено, гледаше ме в очите, държеше ме в обятията си. Топлотата на Алекс ме караше да се чувствам сигурна и доволна.

Каша сключи вежди и замълча.

* Но? - подканих я аз.
* Но с времето постепенно осъзнах, че той желаеше да правим секс по-често, отколкото аз. На мен ми стигаше веднъж седмично, а той искаше да го правим всяка вечер. Връщах се уморена от работа и исках да си легна рано, за да се наспя, а той искаше секс.
* Какви чувства пораждаше това в теб?
* Раздразнение, ако трябва да съм честна. Първоначално удовлетворявах желанието му, за да има спокойствие - не ми струваше кой знае какво, - но впоследствие започнах да му отказвам. Той обаче настояваше и така дори малкото желание, което имах, се изпаряваше. Сега вече съм изгубила напълно интерес.
* Тоест съгласието да правиш секс, без да го желаеш, е превърнало любовния акт в задължение.
* Но не трябва ли мъжът да е щастлив, за да не изневерява? - отвърна рязко тя.
* Наистина ли си убедена, че Алекс е щастлив, когато се съгласяващ да правиш с него секс, без самата да изпитваш желание?
* Разбира се. Той не подозира нищо. Аз започвам да си фантазирам. Изигравам цял театър. От време на време стена, извивам се и ако е необходимо, симулирам оргазъм. И всичко върви гладко.

За Каша това беше напълно логично поведение, но в него аз съзирах първата фаза от един модел, който водеше до пълно унищожение на радостта от секса. Този модел превръщате секса в задължение, в задача от дневния списък, която, щеш не щеш, трябва да изпълниш. Тогава в най-добрия случай те обзема безразличие, а в най-лошия - негодувание. А нима не трябва сексът да доставя радост?

Тонът на Каша беше донякъде снизходителен. Говореше, сякаш ми поверяваше някакво древно източноевропейско знание за мъжката природа. Но това, за което тя не си даваше сметка, беше, че мъжете много често разбираха кога жените се преструват и това им причиняваше болка. Пред мен Алекс беше определил секса с Каша през изминалата година като „бездушен". Целувките ѝ били повърхностни и нетърпеливи, докосванията ѝ - хладни и механични, погледът ѝ бил празен. Освен това у дома носела развлечени дрехи, но за работа винаги се обличала секси. Алекс беше забелязал емоционалната безучастност на Каша, въпреки нейния „театър", и беше започнал да полага повече усилия да я задоволи. Но колкото повече се стараел, толкова повече губела интерес тя, а той на свой ред се чувствал все по-отхвърлен. Отчаяно копнеел за всеки неин израз на топлота, а тя пък възприемала това като сексуална ненаситност. Усещайки хладната ѝ отстъпчивост, той започнал да съкращава любовната игра, защото смятал, че с това я обременява, в резултат на което тя започнала да се чувства още по-неудовлетворена.

„Сякаш правя секс с механична кукла - беше ми споделил Алекс. - Изглежда съвършено, изпълнява нужните движения, но в нея няма живот."

Алекс изпитвал все по-нарастващ гняв заради изгубената емоционална връзка с Каша, но се стараел с нищо да не го издава. Според него това само щяло да влоши нещата. Но когато несигурността му станала непоносима, Алекс потърсил мен.

* Всичко върви гладко значи? - попитах Каша, използвайки нейните думи. Щеше ми се да ѝ кажа, че Алекс съвсем ясно осъзнаваше притворството ѝ, но вместо това насочих разговора към самата нея. - А какво ще ми кажеш за себе си? Не вреди ли този театър на теб?

Каша се усмихна и като че ли засрамена, извърна очи, без да ми отговори. Тогава ме порази фактът, че независимо от изкусността в леглото с Алекс и естествената си красота. Каша страдаше от липсата на автентична увереност в сексуално отношение. Тя просто изпълняваше роля.

* Не те ли отегчават преструвките с Алекс? - попитах я.
* Не се отегчавам с Руснака - бързо отвърна тя.

Не я попитах какво най-много ѝ харесва в секса с Руснака. Много добре знаех с какво този мъж я владее.

* С кого се чувстваш по-сексапилна, с Алекс или с Руснака?
* Категорично с Руснака.
* Питам се защо е така? Защо смяната на сексуалния партньор е предизвикала у теб подобна промяна?

Каша не успя да ми отговори. Уверявам ви, отговорът на този въпрос въобще не е така лесен, както може би изглежда на пръв поглед. Разказът на Каша за сексуалното преживяване с Руснака потвърди моята преценка, че тя не е асертивна (уверена - Бел. ред.) личност.

* Даваш ли си сметка, че ролята ти по време на срещата в хотелската стая, която ми описа, е била подчинена? С Алекс пък си пасивна. Къде е твоята власт в двете връзки?

Накратко, питах я: „Какви са твоите желания? Изразяваш ли ги по някакъв начин?".

* Аз имам власт! - възкликна Каша, поизнервена. - Властта да накарам Руснака да ме желае, властта да поддържам желанието на Алекс.
* Да, така утвърждаваш себе си - казах аз. - Но знаеш ли какво самата ти искаш? От какво самата ти имаш потребност? Какви са твоите желания? От какво се възбуждаш ти?

Каша се замисли. Зачаках мълчаливо. Надявах се да се разкрие пред мен, а да не заеме отбранителна позиция или да се затвори в себе си.

* Не знам - отговори накрая тя.

Именно това исках да осъзнае Каша. Че не знаеше. Да, тя беше веща в изкуството на съблазняваното, знаеше (донякъде) какво желаят мъжете, но не знаеше какво желае самата тя. Е, знаеше, че желае да бъде желана, без да полага много усилия, но нищо повече. Това беше по-скоро емоционална потребност и сигурен признак, че скоро ще попадне в клопката на хронично пониженото сексуално желание. Сексът, който служи единствено за утвърждаване на егото, носи удовлетворение - но само временно. Исках да подтикна Каша да помисли какво освен утвърждаването на егото можеше да мотивира сексуалното ѝ поведение. Но за тази цел тя първо трябваше да си даде сметка, че познава желанията си.

* Опознаването на собствените желания ще те изпълни с енергия. Каша - казах ѝ в края на сесията ни. - А да осъзнаеш, че не познаваш желанията си, е много добро начало. Следващия път ще продължим разговора си именно оттук.

Каша изглеждаше раздразнена и объркана. А вероятно беше и разочарована. Тя нямаше представа какво е съдържанието на абстрактното понятие „сексуална мотивация". Но знаех, че ще размишлява върху разговора ни. Беше аналитична. Притеснявах се обаче, че ще остане заслепена от сексапила на Руснака и в плен на възбудата, която той предизвикваше у нея.

Не исках да карам Каша да се чувства зле, защото се наслаждаваше на своята красота и сексуална дързост - това беше нещо съвсем естествено. А и безспорен факт е, че жените, които се чувстват сексапилни и желани, желаят да правят секс по-често. Но тайната връзка на Каша поощряваше нарцисизма и потребността ѝ от възхищение, а това ѝ пречеше да открие други източници на сексуална мотивация. Каша знаеше какво желаят мъжете, поведението ѝ бе насочено към задоволяването на техните желания и тя се радваше на вниманието, което получаваше в замяна. Но сексапилът ѝ беше подправен и начинът, по който се представяше пред мъжете, беше неавтентичен. Представете си една жена, която изглежда секси, държи се изкусително, но щом вкара набелязания мъж в леглото си и приключи с него, поставя отново зъбните си шини и очилата и се надява никой да не я притеснява, докато гледа повторението на „Закон и ред". Защо ли? Защото изпълнението на роля е изтощително, след това ти се иска да си отпочинеш и за известно време да бъдеш себе си.

Алекс долавяше фалша у Каша, знаеше, че нещо не е наред, и обвиняваща себе си. (Но Каша не беше автентична дори с Руснака.) Всеки човек по рождение е достатъчно интелигентен, за да разпознава неавтентичността. Бебетата разпознават, когато майките им не изразяват любов. Пациентите ми са наясно кога не съм трогната от историите им. Мъжете невинаги се възбуждат в стриптийз клубовете. (Да, наистина. Те са наясно, че стриптийзът е просто шоу, и биха се разгорещили много повече, ако знаеха, че жената, която танцува в скута им, наистина ги желае.)

Не спирам да задавам на пациентите си един прост въпрос, който много ги затруднява: „Какво наистина искаш?".

Повечето от тях не знаят отговора, което означава, че се налага да полагат сериозни усилия, за да възстановят изгубената връзка със собствената си същност. Но желанието ми е най-вече да им помогна да се научат да изразяват автентично любовта и страстта си, а не да изнасят шоупрограми или театрални представления. Удивително е колко много хора се държат сексуално и въпреки това потискат или въобще не познават собствените си сексуални импулси. Каша нямаше представа за своята естествена чувственост, тъй като беше подвластна на повелята на своето его да набавя доказателства, че е желана. Сексът задоволява емоционални потребности. Но това не е единствената му функция - той има и физическа страна. Исках да помогна на Каша да открие страстта в себе си, защото страстта е съществена жизнена сила.

Каша не беше уверена, че има правото да получава физическо удоволствие и да очаква от партньора си да ѝ го доставя. В това отношение ние, жените, можем да се поучим от мъжете, които открай време без колебание отстояват това свое право. Много често мъжете, с които съм разговаряла, са ми споделяли, че се радват, когато жените излизат от утвърдената си пасивна роля в секса. Те харесват жени, които знаят какво желаят и си го искат. Мъжът желае да усеща, че партньорката му е наясно със своята сексуалност и ѝ се наслаждава по време на сексуалния акт. За тази цел жената просто трябва да познава истинската си същност и желанията си и да не разчита на мъжа да върши цялата работа, поемайки отговорността за задоволяването ѝ.

\*\*\*

Макар да се бях срещала с Каша вече два пъти, тя не беше мой пациент. Такъв беше Алекс, който се намираше в наистина непоносима ситуация. Сексът с Каша първо се беше превърнал в рутина, а после почти бяха престанали да го правят. Чия беше вината за това? Дойде ми наум как ми отвръщаше майка ми, когато ѝ се оплаквах, че ми е скучно: „Скъпа, щом скучаеш, това означава, че си скучен човек".

За да не скучае, човек трябва да поеме отговорността за своето развлечение. Същият принцип важи и в секса. Всеки от партньорите трябва да полага старание. Но докато Алекс не знаеше какво точно да прави. Каша беше убедена, че отговорността за нейната възбуда имаха мъжете, с които спеше. А предвид това обстоятелство клетият Алекс нямаше никакъв шанс срещу Руснака.

- Мисля, че Каша вече не ме обича - каза ми Алекс един ден. Нещо се беше променило от началото на терапията, когато той се чувстваше достатъчно сигурен по отношение на връзката си с Каша и затова ми предложи да се срещна с нея. Сега той беше на ръба на пропаст, която внезапно беше зейнала помежду им, чувстваше се сломен и ужасен от възможността да изгуби жената на живота си. Сърцето ми се сви от болка заради него. - Все още сме добри приятели и се държим нежно един към друг, но я няма страстта. Преди си лягаше по бельо, а сега облича тениска и боксери. Не проявява никакъв интерес към мен, никога не се държи изкусително. Тя...

* А ти какво правиш, за да я изкусиш? - прекъснах го.
* Ами... опитвам се да ѝ доставя оргазъм. Питам я какво иска да направя, но тя не откликва. Правим го по един и същи начин всеки път. Целувам я, галя гърдите и клитора ѝ, докато получи оргазъм, и след това правим секс.

Алекс призна, че си е накупил множество книги за сексуалното задоволяване на жената, но не можел да разбере защо колкото повече прилагал техниките, толкова повече Каша губела интерес към секса с него. Това беше наистина злополучен подход. Без съмнение повечето жени в един или друг момент са изпитвали бавното изтезание на монотонния секс.

* Значи ти наистина желаеш да я задоволяваш?
* Да, отчаяно.
* И вярваш, че да я задоволиш означава да ѝ доставиш оргазъм! - Надявах се да е доловил лекия ми сарказъм.
* Тя би трябвало да е щастлива, че съм загрижен за нейното удоволствие. Не е ли така?
* Добрият секс не се изчерпва с оргазмите.

В погледа на Алекс проблесна искрица на разбиране, но въпреки това личеше, че не е схванал напълно мисълта ми.

* В секса ти си ориентиран към целите - продължих аз. - Искам да забравиш всичките си познания за анатомията на женското тяло и сексуалните техники. Добрият секс не е математически алгоритъм!

Алекс се усмихна смутено.

* Важен е самият процес. Танцът около сексуалния акт, ритуалът, динамиката между двама ви са нещата, които правят секса вълнуващ. - Отидох до библиотеката си и взех оттам тънко томче с поезия.
* Имам за теб друг наръчник с инструкции - казах и му подадох томчето. - Знам, че обичаш поезия, затова мисля, че е точно за теб. Пабло Неруда, „Стиховете на капитана".

Това беше една от най-еротичните книги, които бях чела. Не казах това на Алекс, защото исках сам да го усети. И да усвои примера на Неруда.

Чилийският поет и политически деец Пабло Неруда обичал с авторитет, но освен това носел своята уязвимост на ревера си, подобно на орден за храброст, и говорел за своите сексуални желания без никакво стеснение. Той избягал от Чили, когато там започнали да избиват комунистите, и написал тази стихосбирка, докато живеел в изгнание на остров Капри. Стихотворенията в нея били вдъхновени от съпругата му Матилда. Да, точно така, тези изпълнени с почти животинско сексуално желание стихове не са посветени на някоя любовница или тайнствена непозната, а на съпругата му. Бях убедена, че този мъж е знаел тайната на страстната любов.

Алекс взе книгата от ръката ми, погледна за кратко корицата и я пъхна в чантата си.

* Да видим как стоят нещата сега - продължих. - Питам се дали опитите да задоволиш Каша не изглеждат отстрани като проява на раболепие и самоунижение.

В хода на терапията със своите пациенти мъже постоянно ставах свидетел на следното: те научаваха някакви техники, но нямаха дързостта - тоест самообладанието и куража - да ги приложат.

* Да - отвърна след малко Алекс. - Вероятно това не са най-възбуждащите качества у един мъж.
* А как я съблазняваш извън спалнята?
* Не подозирах, че трябва да полагам съзнателни усилия да я съблазнявам. Това ми звучи като престараване.
* Престараване?
* Ако ме обича, сексуалното желание би трябвало да идва от само себе си.
* Не е точно така, Алекс. Нали полагаш усилие да ѝ осигуриш стабилност, приятелство и любов. Затова тя е твоят най-добър другар в живота, но пропускаш нещо. Освен това трябва да си и сексуален обект за нея.
* Обект?
* В това няма нищо нередно, Алекс. Та ти действително си сексуален обект! - уверих го.

Знам, че тази дума ще предизвика неприятни асоциации и у мнозина от читателите, тъй като бива употребявана най-вече когато става дума за експлоатиране или подчинение на човешката личност. Но що се отнася до спалнята, тя има съвсем друго значение. Исках Алекс да поразбуди сексуалността си още. Все още бях убедена, че може да стане завършен любовник, без да осъществява кой знае какви промени у себе си - необходимо беше просто да поеме отговорност.

* А и Каша е нещо повече от приятел за теб - казах, - тя е твоя любовница.
* И искам да ме обича такъв, какъвто съм - отвърна той.
* Не за това става дума. Тя е твоя любовница.

Дойде ми наум за идеята на Фройд за табуто върху инцеста (кръвосмещението). Влюбените в един момент стават толкова близки, че започват да се възприемат като роднини, вместо като сексуални обекти. В резултат на което постепенно се десексуализират един друг.

Исках да дам на Алекс нова отправна система. Исках да поеме в противоположната посока и да ресексуализира връзката си. Това именно беше направил Неруда, и то с безспорен успех. Беше превърнал жена си в безумно желан сексуален обект и я бе обичал с пламенна любов. По всичко личи, че Неруда е знаел как да поддържа едновременно сигурността и страстта в своя брак.

Предположих, че някои визуализационни упражнения щяха да се отразят добре на Алекс и да обърнат знака на неговото невротично отчаяние.

* Да поработим с онова, което чувстваш сега. Страхуваш се да не я загубиш. Какви усещания предизвиква този страх в тялото ти?
* Стомахът ми е свит.
* Можеш ли да си представиш, че превръщаш тази тревожност в страст, в силен копнеж по Каша?

Алекс сви рамене, не беше сигурен. Казах му да затвори очи и го попитах какво чувство или фантазия са го споходили.

* Чувствам тъга. Бих искал да можех да я задържа.
* Добре. А сега се опитай да сексуализираш това чувство. Използвай въображението си.
* Бих желал... да я задържа в апартамента си, за да не... избяга от мен... за да е само моя.
* Чудесно. А какво би направил, за да си сигурен, че няма да избяга?
* Мога да я вържа.
* Добре, продължи.
* Ще я вържа и ще я принудя да обещае, че ще остане само моя. Ще я чукам по колкото пъти ми се прииска.
* Ще удовлетворяваш с нея желанията си.
* Да, ще пирувам с тялото ѝ. Ще я хапя и ще оставям по тялото ѝ белези.

Попитах Алекс какви чувства е породило в него това упражнение.

* Възбудих се - отговори той.

Това беше добре. Исках Алекс да продължава да мисли по този начин, за да мога да превърна всичките му страхове във фантазии. Изпълнявахме същото упражнение в продължение на няколко минути в началото на следващите няколко сесии. Насърчавах го да фантазира и самостоятелно. Дадох му и задача за у дома.

Алекс беше прилежен и възприемчив. Тревожех се обаче да не би да го обричам на провал. Поемах риск с тази стратегия, тъй като не бях сигурна дали моментът е подходящ - заради силното си увлечение по Руснака беше възможно Каша все още да не е готова за промяната в Алекс. В крайна сметка знаех, че тя искаше да спаси връзката си, затова бях на мнение, че рискът си заслужава.

Казах на Алекс, когато с Каша си легнат същата вечер, да отприщи сексуалната енергия и желанието, концентрирани в неговата фантазия за пленничеството на Каша.

* Например извий двете ѝ ръце назад, с премерена сила я обърни настрани и я задръж в това положение. После се наведи над нея и прошепни в ухото ѝ, че я обичаш толкова, че ти се ще да я държиш в плен. Кажи ѝ, че е толкова красива, че искаш тялото ѝ да е само твое. Отъркай се в нея. Хвани косата ѝ и я целуни страстно. И спри дотам. Не започвай сексуалния акт. Първо трябва да събудиш желанието ѝ към теб.

Никога не бях давала толкова подробни и директни указания на свой пациент, но Алекс отчаяно се нуждаеше именно от това. Исках да се възползвам от нетърпението на Алекс и виждах възможност да преминем от разговорите за секса към неговото реално преживяване. Време беше да се наруши настъпилата сексуална хомеостаза в тази връзка.

Разбира се, големият въпрос за мен беше: възможно ли е човек да бъде обучен да излъчва сексапил? В повечето случаи сексуалната терапия се изразява в усвояването на специфични техники, чрез които се преодолява дисфункция с конкретни физически признаци, като неспособност да се поддържа ерекция или да се контролира еякулацията. Но при Алекс работата ми не беше насочена към физическото - в неговия случай аз трябваше да формирам нова нагласа.

На тръгване от кабинета си представих как вечерта Алекс си ляга с Каша и успява да събуди желанието у нея, да я изтръгне от сексуалното безразличие. Бях самоуверена. Смятах, че моята намеса несъмнено ще доведе до успех.

\*\*\*

Когато Алекс дойде при мен следващата седмица, попитах го как е преминало всичко.

* Не направих нищо - отвърна той.

Първият ми импулс беше да потърся вината у себе си. Дали не бях го насилила да направи тази крачка, преди да е готов? Може би бях усилила неговата тревожност. Но тревожността не беше непременно нещо отрицателно. Тревожността е неизменна част от израстването. Забелязала съм, че „неуспехът" на пациентите ми в домашните задания често се оказва успех, тъй като осветлява реалното препятствие, което се налага да бъде буквално изтръгнато от несъзнаваното.

* Споходиха ме други фантазии - обясни той. - За жалост в последните дни Каша работеше усилено по една статия и се прибираше късно. Когато се върнеше у дома, беше много уморена и бързаше да си легне да спи. Затова просто нямах възможност да направя това, което ми предложи.
* Но поне си фантазирал. Как ти се отразяваше това?
* Чувствах известно безпокойство, но като цяло ми харесваше, фантазирането е начин да мисля за секса с Каша.
* Съществува ли някакъв открояващ се мотив в съдържанието на тези фантазии? - Предвид силовите елементи в първата му фантазия, исках да се уверя, че в сексуалното му поведение няма да се развие жестокостта или садизмът.
* Опитвах се да установя какво искам. Дадох си сметка, че много дълго време съм мислил единствено за желанията на Каша. Затова започнах да фантазирам, че тя ми угажда.
* Как те накара да се почувстваш това?
* Донякъде по-уверен...
* Но?
* Но също така почувствах и неудобство поради факта, че вече не мисля за нейното удоволствие. - Алекс се намести по-удобно на кушетката. - фантазирам всичките тези неща... а когато погледна Каша да лежи в леглото... макар да не възнамерявам да направя нищо, се сковавам. Безпокои ме, че онова, което искам да направя, е така различно от всичко, което до този момент сме правили. Какво ще си помисли тя? Не искам да реши, че играя някаква роля.
* В това, което казваш, има смисъл, Алекс. Но проблемът по-скоро е в това, че преди си играел роля. Всъщност едва сега се опитваш да бъдеш истински.
* Ама че странно.
* Искам от теб непрекъснато да си припомняш онова чувство на самоувереност, което си изпитал, фантазирайки - реших да го тласна още малко по-нататък по пътя към промяната.

\*\*\*

Как можех да помогна на Алекс да спре да се тревожи за това какво Каша искаше, или още по-лошо - какво щеше да си помисли за него? Той винаги поставяше нея пред себе си, а аз исках да започне да мисли за себе си. Нямаше как. Каша вероятно щеше да се запита какво се случва с него. Но тя можеше да не повдигне въпроса веднага, възможно беше дори да не заговори за това изобщо. Ако Алекс обаче не преодолееше страховете си и не преминеше към действие, щеше да се лиши от шанса да осъществи промяна, а така връзката им най-вероятно щеше да се разпадне.

Бях изумена при колко от пациентите ми тревожността, събудена от желанието да задоволят партньорките си, причиняваше сексуална дисфункция. От една страна, окуражаваше ме фактът, че мъжете бяха способни дотам да ценят удовлетворението на жената, че да забравят или отложат собственото си удоволствие. Но от друга

страна, положението можеше да е наистина трагично, ако те попаднеха в плен на натрапливата нужда да доставят удоволствие и да се „представят добре". Ама че ситуация: мъжете се тревожеха за удовлетвореността на жените, а жените имаха съмнения относно правото си да получават удовлетворение. Същинска оргия на тревожността.

Една приятелка наскоро ми разказа за някакъв адвокат, с когото се срещала от известно време. Бил много решителен в работата си, но „същинско мекотело" в леглото. „Толкова е задръстен и безличен - оплака се тя, - че трябваше да поема нещата в свои ръце. Веднъж му казах да ме плесне. И той не можа да го направи. Направо се вцепени. Какво им става на тези мъже?"

Потребността на Алекс да доставя удоволствие и да се хареса беше прекомерно развита и моята задача беше да му помогна да натрупа самоувереност, която да погаси пламъците на тревожността и същевременно да възпламени отново либидото на Каша. Алекс със сигурност имаше принос за намаляването на сексуалното желание на Каша. Настоятелността му да получава секс произтичаше от тревогата за съдбата на връзката им и от нуждата тази тревога да бъде уталожена посредством засвидетелстване на любов. Отстъпчивостта на Каша пък означаваше, че тя все още го желаеше, макар настойчивостта му да я отблъскваше.

Понякога размислите за цялата тази динамика във взаимоотношенията им ме изтощаваха. Защо бяха всичките тези усложнения около този съвсем прост акт - вкарването на пениса във вагината? Защо ни бяха всичките тези анализи? Не беше ли сексът просто секс?

Не беше.

\*\*\*

Ние сме човешки същества и на сексуалния акт придаваме различен смисъл. Използваме го за задоволяване на потребности и като средство за постигане на цели. Точно затова темата за секса е толкова интересна. Ако сексът беше само секс, щеше да е скучно. Докато правех проучванията си в областта на половото желание при жените, стигнах до заключението, че причината за пониженото либидо обикновено съдържа няколко пласта - личностен, социален и културен. В една от биологическите теории беше добавен дори фаталистичен компонент: щом човек изпълни репродуктивното си предназначение, желанието става ненужно. Това ми се стори пресилено. За мен желанието е като растение, което се нуждае от правилните грижи и условия, за да оцелява.

\*\*\*

Две седмици по-късно пристигнах в кабинета си, подгизнала до кости. Чадърът, който си бях купила от една улична сергия за три долара, при един силен порив на вятъра се беше обърнал наопаки, излагайки ме на почти хоризонталните струи на проливния дъжд. В гласовата поща ме очакваше съобщение от Каша. Питаше ме дали мога да вместя в програмата си една спешна сесия с нея.

Тя все още не беше мой „пациент", но имах нужда да науча някои неща относно намеренията ѝ към Алекс, преди да предложа и на двамата терапия за двойки. Имах свободен час следобед.

* Тази сутрин получих в офиса ненадписан пакет - каза ми тя, когато се срещнахме. - Вътре имаше къса коктейлна рокля и бележка с покана за среща във фоайето на хотел „Четири сезона" тази вечер в осем. Нямаше име, нямаше подпис, но съм сигурна, че е от Руснака. Какво да правя?
* Каква беше първата ти реакция?
* Тръпка... вълнение, възбуда. Обикалях из офиса и гледах със снизхождение всичките си задръстени колеги, приковани като роби пред компютрите си. Бях окрилена от своята тайна. Един силен и загадъчен мъж е пожелал да

ме люби. И досега не мога да спра да фантазирам за довечера и да мисля какво бельо да си сложа.

* И въпреки това ме потърси по спешност. Това означава ли, че част от теб не иска да отиде на срещата довечера? Разкажи ми за вътрешния си конфликт.
* Аз наистина обичам Алекс - каза тя и очите ѝ плувнаха в сълзи. - Започнах да чувствам вина. Той е мъжът, който винаги съм желала да имам до себе си. Радва ме присъствието му, обичам разговорите с него. С него се чувствам желана и обожавана. Той е най-добрият ми приятел и се страхувам да не го загубя.
* Но същевременно са ти нужни страст, възбуда и приключение.
* Така е. И той преди ми ги даваше, но не знам какво се случи. Не мога да си представя живота без тях, затова... - Усетих, че предстои обрат. - Затова обмислям да напусна Алекс.
* Страстта и приключението са важен източник на жизненост - съгласих се с нея. - Руснака очевидно е пробудил онази част от теб, която е била в летаргия. И ти сега така жадуваш за силни преживявания, че си готова да се откажеш от връзката, която ти е давала толкова много.
* Но Руснака така ме възбужда - отвърна тя. - Защо не е същото с Алекс?

Добър въпрос... Превъзходен въпрос. Казах на Каша за момента да забрави за Руснака и Алекс. Удобният случай, който бях чакала, ми се беше предоставил. Вместо да търся външни средства, за да възпламеня сексуалното ѝ влечение към Алекс, аз насочих вниманието ѝ към самата нея.

* А можеш ли да поемеш отговорността съзнателно да култивираш сексуалната енергия у себе си?
* Не виждам какъв е смисълът, аз имам сексуална енергия - отвърна тя, сякаш въпросът ми беше нелеп.
* Изглеждаш секси, държиш се съблазнително, но си или пасивна - с Алекс, - или покорна - с Руснака. Какви са твоите желания? - Каша нямаше отговор на този въпрос,

гледаше ме с надеждата аз да ѝ дам такъв. - Не знаеш, защото си изгубила Връзка със своята чувственост. Това е посланието, което съдържа твоята тревожност.

* Но какво да направя? - попита ме тя шепнешком, по страните ѝ се стичаха сълзи.
* Алекс би могъл да ти даде сигурната основа, за да изследваш своята чувствена страна. Но ще трябва да се научиш да понасяш риска и несигурността. Трябва да обърнеш своя взор навътре, към своите дълбини.

\*\*\*

Убедена съм, че четирите фактора, свързани със сексуалното желание, които споменах по-рано - дистанция, новост, опасност и силова неравнопоставеност, - носят единствено мимолетна възбуда и по същество представляват просто инжектирана доза допамин в центъра на наградите в мозъка. Забавно е човек да си поиграе с тези фактори, но трябва да е умерен, тъй като всеки от тях причинява силен махмурлук. Страстните преживявания без наличие на сигурност също изчерпват сексуалното желание.

Когато възлагат домашни задания на пациентите си, сексуалните терапевти винаги се стремят да поддържат баланса между страстта и сигурността. А пациентите открай време се жалват, че планираните срещи и планираният секс ги карат да се чувстват като участници в режисирана пиеса. Много често те се съпротивляват или пък опитват веднъж, след което изоставят усилията. Аз уважавам тази инстинктивна реакция срещу неавтентичността, тъй като те и без това се чувстват задушени от своите сексуални неврози. Те желаят да придобият мотивацията да правят спонтанен секс и решението е в органичния и непринуден подход към този акт. Въпросът е как човек да постигне нужната автентичност, особено при положение че е интернализирал толкова културни норми?

Сексуалното желание не зависи единствено от външността, както смяташе Каша. Либидото е енергия, заложена у всекиго от нас по рождение. То не е запазено само за красивите хора, нито пък произтича от външни източници, като богинята Афродита или тайнствени руснаци. Понякога имаме единствено бегла представа за него, но всички го носим в себе си и неизменно го разпознаваме, когато го почувстваме или го видим да се проявява у друг. Либидото е сила, по-мощна от половия нагон, то подхранва всички наши страсти, креативността и жизнеността ни. Нашите интимни сексуални преживявания обаче са твърде деликатни и лесно могат да бъдат потиснати или потушени от различни фактори във взаимоотношенията с партньора, в културата, към която принадлежим, или в самите нас. Резултатът може да е парализа на чувствеността или липса на сексуална мотивация.

Исках да науча Каша да култивира своята сексуална енергия, да събуди своята страст и да поддържа пламъка ѝ. Тайната на трайното желание е човек да потърси извора на сексуалната енергия в самия себе си. При значителна част от жените, с които провеждам терапия поради понижено либидо, липсват сексуални травми, задръжки от религиозно естество или неразбирателства с партньора. В тези случаи причината за намаленото желание не е някаква външна травма, а липса на сексуално развитие. Когато жени като Каша не получават от своите партньори утвърждение и подкрепа в изследването на сексуалността си, те просто интернализират сексуалните идеали на своите любовници. Установила съм, че култивирането на сексуалното желание е процес, много по-висш от акта на съвкупление - той е дълго пътуване към себе си, постепенно самоусъвършенстване.

Тези размисли ми напомнят за една трогателна сцена от филма *„Булката беглец“.* В него героинята на Джулия Робъртс винаги си поръчваше яйцата, приготвени така, както ги обичаше мъжът, с когото имаше връзка - това бе един от начините да получи неговото одобрение. Но в един момент тя осъзна, че никога не е била себе си, което до голяма степен беше причината да бяга от своите сватби. Ето защо веднъж тя си приготви яйца по най-различни рецепти и седна да опита всичките, за да открие как всъщност ги харесва тя самата. Така тя започна от самото начало, както трябваше да постъпи и Каша.

Каша излезе от кабинета ми въодушевена, но все пак в неведение какво точно трябва да направи. Ето разказа ѝ за случилото се:

* Вечерта, точно в осем, тя влезе във фоайето на „Четири сезона". Меката светлина на огромния полилей подчертаваше коктейлната ѝ рокля, прилегнала идеално по всичките ѝ извивки, кестенявата ѝ коса, подстригана до брадичката, и тъмносивите ѝ очи. Пищно обзаведеното помещение беше пълно с хора, които водеха оживени разговори, и докато Каша прекосяваше с плавна походка мраморния под, търсейки с очи Руснака, всички глави се обръщаха към нея. Внезапно тя спря, фоновият шум секна и продължиха да се чуват единствено ударите на сърцето ѝ. Той беше на бара. Облечен в стилен черен костюм, седеше в небрежна поза с мартини в ръка. Но не беше Руснака... „Много добре. Доволен съм", каза ѝ Алекс, когато тя го наближи. После ѝ подаде ключ. „Искам да се качиш в стаята. Аз ще те последвам след малко." На леглото в стаята Каша намери кутия, в която имаше бельо. Разопакова го бавно, опитвайки се да събере мислите си. Алекс, не Руснака! За своя изненада, почувства прилив на топлота, радост и облекчение. В този момент осъзна, че връзката ѝ с Руснака беше просто заместител на онова, което бе очаквала от Алекс. А също и от себе си. Каша се съблече, хвърли дрехите си на близкото кресло и си сложи бельото, фантазирайки какво желае да направи, след като Алекс дойдеше.

\*\*\*

Когато напуснала кабинета ми този следобед. Каша все още била във властта на противоречиви чувства. Идеята да култивира своята чувственост все още ѝ се струвала твърде отвлечена, може би до голяма степен заради роклята и възбудата, преживяна в онази вечер.

Алекс не ми беше казал, че ѝ е изпратил роклята - научих цялата история на следващата си сесия с него, когато доведе и Каша. И двамата бяха въодушевени от прекараната заедно нощ в хотелската стая и нямаха търпение да разкажат подробностите.

Той беше отишъл много по-далеч в домашното задание, което му бях възложила. Беше предприел рискован ход. И да ви кажа честно, не знам защо толкова ме изненада неговата постъпка. Алекс беше всеотдаен и прилежен пациент. Идеше ми да стана на крака и да му ръкопляскам. Той беше навлязъл дълбоко в себе си, беше събрал цялата си сексуална самоувереност и я беше впрегнал за целите на терапията. Това не беше нещо, на което можех да науча пациентите си, бях способна само да ги тласна в тази посока. Алекс беше извършил истински подвиг, превъзмогвайки страховете си и освобождавайки потенциала си.

Бях горда с постиженията и на двамата.

Но също така и изненадана, защото повече не ги видях.

Дали бяха решили да преустановят преждевременно терапията си, убедени, че след тази първа победа не е необходимо да полагат повече усилия? Често пациентите допускат тази грешка и се обричат на разочарование. При първия пробив приливът на енергия и надеждата замъгляват съзнанието им и неспособни да видят препятствията по пътя си напред, те прекъсват лечението си.

Алекс и Каша бяха прекарали една великолепна нощ, но осъществяването на промяната при повечето хора е продължителен и трудоемък процес. Непрекъснато нови мисли и емоции изплуват в съзнанието и се превръщат в действия. Изграждането на всяко ново поведение изисква усърдна практика и често бива съпровождано от неуспехи, погрешни стъпки и връщане назад. Алекс и Каша бяха вкусили възможността да трансформират (и съживят) сексуалните си отношения, но аз се съмнявах, че ефектът от нощта в „Четири сезона” ще ги държи дълго.

Причината за скептицизма ми не бе Алекс. Той беше свършил добре своята работа. Не смятах, че работата ми с Каша беше така резултатна, както с него. В краткото време, което бях прекарала с нея, тя се бе държала отбранително и бе демонстрирала неохота да се откаже от поведенческите си стратегии в полза на своето бъдещо и трайно удовлетворение. Каша беше интелигентна, но способността ѝ за саморефлексия беше слабо развита, най-вече защото беше красива жена, която получаваща с лекота одобрението на другите и не познаваше други възнаграждения, освен чуждото възхищение. Но когато балонът от одобрение, в който живееше, се спукаше... Предполагах, че тогава щеше да понесе доста болка.

Подозирах също, че няма да се откаже от Руснака.

Ако все пак таях някаква надежда, тя се коренеше във факта, че и Алекс, и Каша ценяха връзката си и че постепенно, отбелязвайки малки успехи, ще съумеят да продължат пътя си в правилната посока. Може би развоят при тях е бил един от онези редки случаи в психотерапията, когато действителната промяна се осъществява бързо. Може би нощта в хотелската стая се е оказала катализатор за трансформацията и на двамата. Този род кризи в отношенията, поради всичките тежки разочарования и страхове, които водят със себе си, имат способността да придадат на едно събитие такава яркост и значимост, че то да ни даде сили да осъществим желаната промяна. Но това е възможно единствено в присъствието на любовта.

## **ПОЛ**

Един горещ летен следобед, няколко месеца след като бях започнала частната си практика, прибирайки се от работа, заварих на входната врата покана за освобождаване на квартирата. Електричеството беше спряно, а съквартирантите ми тревожно се суетяха. Скоро разбрахме, че нашият „наемодател" Нестор, сам наемател на апартамента, беше събирал незаконно пари от нас и в един момент беше решил да офейка. Собственикът на сградата, когато научил за нас, обявил, че сме се самонанесли, прекъснал електрозахранването от шалтера в мазето и заплашил, че на следващия ден ще извика полиция, за да изхвърли вещите ни на тротоара. Когато влязох В апартамента. Вътре беше задушно, тъмно и цареше пълна суматоха. Интересно ми стана да наблюдавам реакциите на различните хора към хаоса. Някои от тях си правеха голо парти. Софи прибра част от моите дрехи заедно със своите и отпраши към Куинс (след което повече не я видях). А аз и трима други съквартиранти наехме първия апартамент, на който попаднахме в интернет. Той се оказа на същата улица, където беше и кабинетът ми, тоест на самия Таймс Скуеър.

Поради бързината, с която бяхме принудени да действаме, ние отново попаднахме на не съвсем обичайно жилище. На първия етаж в сградата имаше шумен ирландски пъб, вторият етаж бе салон за „масажи", а ние щяхме да заемаме целия трети, последен етаж. Входната врата за нашето жилище беше на втория етаж, до вратата за „масажния" салон. Щяхме да съжителстваме четири жени и всичките бяхме много щастливи, че сме си намерили местенце, където да се приютим, както и че всяка щеше да си има собствена стая - нищо че преди това помещенията са били офиси и навсякъде подовете бяха застлани с евтин мокет (този факт непрестанно ми напомняше, че спалнята ми навярно е била нечие работно място).

Въпреки разположението си в самия център на Манхатън, апартаментът ни предоставяше реално предимство само веднъж в годината - в новогодишната нощ. Тогава ние се качвахме на покрива и с по чаша шампанско в ръка наблюдавахме празничната суматоха под нас и фойерверките в небето. Иначе всеки път на връщане с покупки от магазина трябваше да си пробивам път през навалицата от туристи, които, вдигнали глави, като хипнотизирани гледаха светещите билбордове с реклами на известни търговски марки. Питах се защо тези хора пропътуваха огромни разстояния само за да снимат реклами. (На Таймс Скуеър течеше същински корпоративен парад на банални търговски продукти, представени с ярки светлини.) Бях настъпвана, блъскана и мушкана с лакти от хора, насочили фотоапаратите си към гигантските табла с логата на М&М, Target или Planters. Излизайки от входа на сградата, аз сякаш попадах в гигантска пералня.

Всяка сутрин, когато тръгвах за работа, в коридора на втория етаж срещах клиенти на масажния салон, вече удовлетворени или на път към своите удоволствия. Често тези срещи бяха неловки - мъжете, с които се разминавах, знаеха, че за мен е очевидно накъде са се запътили и какво възнамеряваха да правят. Те ускоряваха крачка, свели поглед към пода, а аз се опитвах скришом да огледам лицата им, любопитна що за хора бяха потребителите на този тип сексуслуги.

Но Въпреки че срещах много мъже в този коридор, аз не успях да си изградя обобщен образ на посетителите на това място. Виждах всякакви мъже - млади, стари и грозновати, в делови костюми и в работни ризи, от индийци до евреи хасиди. Питах се колко от тях имаха съпруги и приятелки и дали тези жени подозираха за посещенията им в този салон.

Понякога вратата на салона оставаше открехната и аз и съквартирантките ми надничахме вътре през пролуката. Виждахме една корейка на средна възраст, която посрещаше с въздържана усмивка клиентите си. Понякога се забавлявахме, измисляйки си разни предлози да почукаме на тази врата - като например да поискаме назаем хавлия или ножица. Веднъж дори попитах за масаж, но ми бе отвърнато: „Не прави масажи на дами".

И това не беше единственият начин да се позабавляваме за сметка на „масажистките". Говорителят на домофонната система, чийто звънец посетителите ползваха, за да бъдат допуснати в сградата, беше толкова усилен, че каквото кажехме в нашия край, се чуваше по цялата 47-а улица. Много пъти, когато прозвучеше звънецът в нашия апартамент, ние вдигахме слушалката, очаквайки да е някой от многобройните ни приятели, но отсреща чувахме: „Масаж?" - някой клиент на салона беше натиснал грешния бутон.

Много често звънецът ни будеше късно нощем. Като отмъщение някоя от нас изкрещяваше в слушалката: „Ако желаете свирка, натиснете втория бутон!", знаейки отлично, че всеки, който по това време се намира на улицата, ще чуе. Струваше ни се доста забавно.

Една вечер тъкмо излизах, когато някакъв здраво наквасен посетител на ирландския пъб се изкачи с клатушкане по стълбите до втория етаж и се облекчи на дървения под в коридора. Излезе корейката с кофа вода и двете започнахме да чистим мълчаливо - може би за удобство не знаеше английски език. Използвах случая, за да огледам добре лицето ѝ, покрито с дебел пласт грим, и старомодното ѝ, евтино еротично облекло, купено навярно от някой сексмагазин. Това ли търсеха мъжете?

\*\*\*

Възможен отговор на този Въпрос ми даде Пол, банков служител, наскоро преминал четирийсетте години. Дързък и безцеремонен алфа-мъжкар, на първата си среща с мен, за разлика от повечето пациенти, които изчакваха аз да започна, пропусна любезностите и още преди да се е настанил на кушетката, започна да ме обсипва с думи като картечница.

* Ето какъв проблем имам - каза той с дрезгав глас. - Не правя секс със съпругата си. Не мога да поддържам ерекция. Затова ходя по проститутки. Давам ви пет сесии да ме оправите.
* О, определили сте краен срок?
* Не съм от онези, които обичат да лежат на кушетката и да дърдорят безкрайно.

Не ми беше ясно как ще създам терапевтична връзка с този тип. Съществена част от психотерапията са взаимоотношенията между терапевта и пациента, необходимо е време те да се разгърнат. А Пол искаше да пропуснем тази част. Той ме гледаше право в очите, макар да имах чувството, че погледът му е фокусиран някъде зад мен. Държеше се с мен неуважително - като с ресторантска сервитьорка, от която очакваше да го обслужва безропотно. Та той иска от мен да се държа като проститутка, помислих си, да създам ситуация на близост, без да има реална близост.

* Да обсъдим заплащането ви - каза той рязко.
* Обсъдихме го по телефона - отвърнах. - Сто и петдесет долара на сесия с времетраене един час.
* Твърде скъпо е.

Знаех, че Пол е достатъчно заможен, за да може без затруднение да плаща за услугите ми. Но в случая не ставаше въпрос за парите. Това беше демонстрация на сила.

* Опитвате се да диктувате правилата - подходих директно.
* Нали аз съм този, който плаща музиката - сви рамене Пол.

Пол очевидно се чувстваше добре, отнасяйки се арогантно и контролирайки жените, на които плащаше. Но аз не можех да му позволя да ме контролира.

* Да, вие действително плащате за терапията си - съгласих се. - Какво означава това за вас?

Отвърна ми с директна атака:

* Колко опит казахте, че имате, докторке?

Пол ме улучи в слабото място и започнах да се изнервям. За да съм способна да продължа, опитах се да си представя, че зад арогантната му фасада се криеше страдащ човек.

* Потърсихте от мен помощ - отвърнах. - Тази ваша стъпка заслужава похвала, можехте да отидете при проститутка. Но чуйте ме. Пол, вместо да поставяте под съмнение вещината ми, опитайте се да приемете нашите сесии като инвестиция в себе си и брака си. Готовността на човек да започне терапия е показател за това колко уважава себе си. - Оставих му известно време да обмисли думите ми, след което добавих с усмивка: - А освен това няма да ми плащате повече, отколкото на проститутка.

Пол се замисли.

* Добре - каза накрая той, все едно с целия този разговор е целял да убие малко време. - Ще ви плащам колкото трябва. А сега да се залавяме за работа.
* Чудесно. Радвам се, че избрахте мен - отвърнах, опитвайки се да си представя как този мъж общуваше с жената в живота си. - Ще направя всичко по силите си, за да ви помогна.

Пол ми разказа, че понякога си поръчвал момиче по телефона, за да го обслужи на задната седалка на лимузината, докато пътувал из града и провеждал делови телефонни разговори, и че често посещавал салоните за еротични масажи. „Охооо!", потърках мислено ръце, ето кой щеше да ми помогне да разбуля загадъчната притегателност на масажистките. Рядко срещах някоя от тези жени навън от будоарите им, виждах единствено клиентите, които влизаха при тях или си тръгваха. Бях заинтригувана от тяхната екзотична красота. Пол обаче имаше желание да обсъжда най-вече своята импотентност в съпружеското ложе, затова оставих разговора за салоните за по-нататък.

* От колко време имаш проблеми с ерекцията? - попитах.
* Общо взето, откакто я срещнах, с известни прекъсвания. Необходима ми е сериозна стимулация и въпреки това понякога ми омеква посред половия акт. Чудя се как се съгласи да се омъжи за мен.
* Как реагира съпругата ти? Как се казва тя?
* Ами, Клер се изнервя. Мисли, че не ме привлича сексуално, което не е вярно. Просто по време на секс с нея не изпитвам чак такова удоволствие. Членът ми става... почти безчувствен.
* И все пак твърдиш, че те привлича сексуално?
* Да. И то силно. Тя е нисичка, със съблазнителни извивки, точно по такива женски тела си падам най-много.

Какъв беше проблемът? Обичаше я, намираше я за привлекателна и въпреки това не можеше да поддържа ерекция. Преди да формулирам конкретна хипотеза, трябваше да науча какви са възрастта, физическото състояние и нивото на стрес при Пол - това бяха всичките фактори, които можеха да допринесат за еректилната дисфункция. Той нямаше здравни проблеми и макар четирийсет- годишният мъж да се нуждаеше от повече стимулиране от двайсетгодишния младеж, дисфункцията при Пол беше нещо характерно за сериозните връзки. Което беше показател за психологически генезис на проблема.

Трябваше да науча повече и за Клер. Пол ми каза, че са женени от осем месеца и макар понякога да му „опъвала нервите", той харесвал брака си.

* Не на всеки би му допаднал подобен характер, но за мен тя е предизвикателна и вълнуваща личност. Идеалната партньорка. Обичам жени, които предизвикват у мен известен страх, държат ме нащрек. И двамата сме съревнователни натури и се боричкаме за надмощие.
* Можеш ли да ми я опишеш в сексуално отношение?

Очите на Пол се оживиха.

* Обича секса. Мисля, че сексуалният ѝ нагон е по-силен от моя.
* Кой обикновено прави първата крачка?
* Най-вече Клер. Започва да ми описва какво желае да направим в леглото. Няма никакви задръжки в това отношение. Много харесвам това нейно качество...
* Но? - насърчих Пол да довърши мисълта си.
* Но както вече казах, вбесява се, щом изгубя ерекция.
* Ти как се чувстващ в тези моменти?
* Ужасно... Тя става враждебна.
* По какъв начин изразява своята враждебност?
* Пита ме какъв ми е проблемът, а после плаче и говори, че не я желая повече.

Първата крачка към сексуалния акт е изключително щекотлива тема. Тя е свързана с множество въпроси, които възникват у всекиго у партньорите; Желан/а ли съм? Обичан/а ли съм? У кого половото желание е по-силно? При кого емоционалният контрол е по-изразен? Понякога, когато жената направи първата крачка, у мъжа може да възникне остро безпокойство дали ще получи ерекция. Попитах Пол направил ли е нещо, за да реши проблема си с ерекцията.

* Започнах да взимам виагра без нейно знание - отговори той, забавяйки леко темпото на речта си. - Но не ми се нрави да взимам хапчета, за да правя онова, което трябва да се случва съвсем естествено с жена ми.

Когато отразих последното изказване на Пол и допълних, че поддържането на ерекцията очевидно поражда у него доста напрежение, той въодушевено се съгласи:

* По време на секс съм неспособен да мисля за нещо друго. Тревогата не ме оставя и за секунда; ами ако отново ми омекне?
* Значи сексът с Клер не ти доставя наслада, въпреки че много силно желаеш това.
* Изпитвам удоволствие, когато тя е доволна - отвърна той. - Но това страшно ме напряга.
* И това се случва само с жена ти - не и с проститутките?
* Да. Всъщност имах този проблем и при някои от предишните си сериозни връзки - отговори той, свивайки вежди.

Еректилна дисфункция, формулирана още като „Не мога да го вдигна", „Не чувствам пениса си" и „Имам красива приятелка, но...", е проблемът, с който мъже на всякаква възраст идват най-често при мен. Този проблем има почти епидемичен характер и колкото и невероятно да звучи, в болшинството от случаите причините са психически (не физически). Виаграта и другите подобни медикаменти станаха модни дори сред младите, които излизайки да се забавляват вечер, заедно с кондомите носят в себе си и по една таблетка, за да се застраховат.

Но еректилната дисфункция на Пол беше ситуационна. Той беше способен да поддържа трайна ерекция, но не и с Клер.

* Нямам такъв проблем по време на мастурбация - поясни той. - Нито пък, когато съм при „масажистка". Тогава сексът ми доставя повече наслада.
* Кажи ми какво ти харесва в преживяванията с масажистки?
* В масажните салони съм напълно спокоен, защото не ме е грижа за тези момичета. Плащам им, за да ми доставят удовлетворение: обикновено с уста или с ръка. Обичам да наемам две наведнъж. Свалям им горнищата и пипам гърдите им, докато те се редуват да смучат и галят члена ми. Така много повече се възбуждам, а най-хубавото е, че не трябва да мисля за тяхното удоволствие. За мен те сякаш не са човешки същества.

Отбелязах последното в бележника си. Не за първи път нагласата на мой клиент към жените предизвикваше негативна реакция у мен. Питах се заслужава ли си една жена да тренира във фитнес залата, да дава бог знае колко пари за скъпи гримове и прически, щом мъжът ѝ, някой като Пол, може да го вдигне само с проститутка, облечена в старомоден латексов костюм с дупки, купен от сексмагазина на 48-а улица? Може би ние, жените, бяхме пропуснали да усвоим някаква основна истина за мъжките желания? Или просто отказвахме да приемем очевидното? Ето върху какво щях да размишлявам до следващата си среща с Пол.

\*\*\*

Терапевтичната работа с мъже ми предостави достъп до „масиви" от грижливо пазена информация относно това какво те действително желаят, намират за възбуждащо или красиво. Но тази информация въобще не се оказа онова, което очаквах, в резултат на което ме обзе чувство за заплаха и известна обърканост.

Едно от честите мъжки обяснения, с които така и не свикнах, беше: „Жена ми напълня и вече не ме привлича". Възмутените мъже, които изричат това, изневеряват или избягват секса със съпругите си, докато в същото време бавно се пържат в собственото си негодувание. Един от пациентите ми дори се изнесе от дома си, заявявайки на съпругата си, че иде се върне само ако тя отслабне.

Често се срещах със съпруги, нанесли на мъжете си нечуваното оскърбление да напълнеят, и с изненада установявах, че промяната в теглото им е не повече от десет килограма. Разбирах, че за мъжете външният вид имаше значение, но не проумявах защо няколко килограма плът бяха чак толкова фатални?

Задълбаех ли обаче в проблема на тези мъже, обикновено установявах, че при мнозина от тях привличането към техните „отпуснали се" съпруги или партньорки беше секнало, защото тълкуваха този факт като свидетелство, че жените им бяха изгубили сексуален интерес към тях. Гневът на мъжете не произтичаше от променената Външност на жените им или от тяхното нежелание да се придържат към утвърдените клишета за привлекателност. За мъжете увеличаването на телесното тегло означаваше директно отхвърляне - физически израз на факта, че вече не са желани. Те приемаха, че жените им вече не смятаха, че си заслужава да поддържат форма заради тях, че дори не ги е грижа за тях.

Като че ли в разрез с утвърдените в нашата култура разбирания, опитът ми говори, че сексуалното желание при мъжете не е изцяло зависимо от конкретните измерения на женското тяло. Когато помоля мъжете да опишат качествата на най-привлекателната жена или на най-желаната любовница, те, разбира се, подчертават, че трябва да е красива. Но когато ги помоля да уточнят какво разбират под красота, те първоначално я свеждат до определени физически качества, но после, в хода на разговора, става ясно, че най-изкусителната жена за тях е онази, която: приема себе си за чувствено същество, наслаждава се на сексуалността си и с готовност ѝ дава израз.

По време на следдипломната си работа в екипа за спешна помощ към една бруклинска болница забелязах, че един и същ тип женско тяло с пищни извивки може да предизвиква съвсем различни реакции в жителите от двете страни на Бруклинския мост (свързващ Бруклин и Манхатън). Всекидневно обикалях с линейката улиците на Бруклин в компанията на трима мъже: доминиканец, пуерториканец и тринидадец. И тримата си умираха да зяпат през стъклата и да се възхищават на бедрестите латиноамериканки и афроамериканки, които нарочно напъхваха пищните си тела в дрехи с по-малък размер. Колегите ми въодушевено въртяха глави и възхитено подсвиркваха... Е, добре де, истината е, че бълваха вулгарности и се задъхваха от похот като разгонени животни. И макар да бях възприела съвсем различни критерии за красота, не можех да си изкривя душата и да не призная очевидния сексапил на тези жени.

Те бяха ходеща съблазън. Всичките знаеха нещо много важно: че цялото им обаяние зависеше от начина, по който представяха телата си. С държанието си те излъчваха към мъжете посланието: „Знам, че ме желаете, и това страшно ми харесва". Демонстрираха телата си с гордостта на мъж, който е изкарал скъпата си лъскава кола, за да направи с нея кръгче из квартала пред възхитените погледи на съседите. Подчертали всяка своя извивка, тези жени се движеха с бавно и съблазнително поклащане. Веднъж ми направи впечатление една латиноамериканка на средна възраст, която вървеше по тротоара. Носеше обувки с високи токове и къса блузка на ярки цветя с жабо. Движеше се с изправени рамене и високо вдигната глава,

срещаше погледите на минувачите и често им се усмихваше. Тази жена сякаш флиртуваше със света и беше същинско олицетворение на женствеността.

Кавказката култура обуславя в своите представители един образ на слабата жена, който предизвиква в много от пациентите ми неодобрение към своите партньорки в живота. Що се отнася до сексуалността, тримата грубовати ценители на женската красота, за които ви разказах, изглеждаха по-необременени от пациентите на моята кушетка, които предявяваха какви ли не претенции към външността на своите партньорки.

Повечето мъже обаче отлично знаят, че истинският сексапил е нещо, което далеч не се изчерпва с красивата външност. Жените често бъркат красотата със сексапила, докато за мъжете сексапилът и красотата са едно и също нещо. Мисля, че това определено е в полза на жените. Сексапилът означава да демонстрираш интерес към секса. Ето защо той е избор, поведение, а не функция на физическите мерки.

Един от пациентите ми, слабичък и тих квакер, женен от двайсет и пет години, веднъж ми каза: „Искам да пробвам с жена ми секс в кучешката поза, но тя отказва. Твърди, че задникът ѝ бил много голям и не искала да го гледам. Ако трябва да съм честен, размерът на задника ѝ въобще не ме интересува. Обичам жена си и искам тя да се забавлява с мен!".

Ето какво искат мъжете.

\*\*\*

На следващата сесия с Пол подхванах разговора с него оттам, където според бележките ми го бяхме прекъснали.

- И така, за теб жените, на които плащаш, сякаш не са човешки същества - припомних му. - Докато Клер е силна и предизвикателна жена. Отношението ти в двата случая е съвсем различно. - Позволих в тона ми да се прокрадне нотка на упрек. -А с какво тези жени, които нямат значение за теб, те привличат в еротично отношение?

* Те никога не са ме интригували в романтичен план - отвърна той. - Непривлекателни са, пасивни и покорни - мога да поискам всичко от тях и те ще го изпълнят. Разбира се, не им причинявам болка, но ми харесва да ги поставям в донякъде неудобно и уязвимо положение, докато ме обслужват.
* Но не си позволяваш това с Клер, а само с жени, които смяташ, така да се каже, за по-низши.
* Да, точно това ме възбужда.

Пол изпитваше сексуално удоволствие от акта на унижение. Подчинявайки тези „низши, нечовешки същества", Пол се освобождаваше от тревожността, свързана с представянето му в леглото със своята съпруга, и си създаваше усещане за превъзходство. Оказах се права по отношение на подтекста в поведението на Пол към мен при първата ни среща, както и в поведението му към другите жени, на които плащаше: в отношенията с жени той имаше потребност да установява от самото начало йерархия.

Страхът от „засечка" е много разпространено явление и честа причина за проблемите с ерекцията. Този страх кара мъжете така да се съсредоточават върху мисълта за представянето си в леглото, че те „блокират". Това нанася сериозни поражения върху сексуалното им самочувствие, особено ако се повтаря. А най-лошо е, когато „засечките" се случват с жена, която те държат да впечатлят. Но за жалост именно в тази ситуация вероятността за „засечка" е най-голяма. Трудно ми беше обаче да съчувствам на Пол, слушайки го да обяснява колко обича да потъпква достойнството на жените. Винаги когато чувах подобни неща от своите пациенти, ме обземаше обезсърчение. Защо унижението имаше такова значение за мъжете? Щеше ми се да можех да обясня проблема на Пол с някаква патология. Но истината беше, че в поведението му нямаше нищо аномално, девиантно или извратено. Той беше просто един обикновен мъж, който обичаше съпругата си. Много от останалите ми пациенти, които посещаваха масажните салони, често страдаха от някакъв вид сексуална дисфункция или най-малкото от сексуална тревожност по отношение на жените, които имаха значение за тях. Но може би най-много ме тревожеше фактът, че дехуманизацията и принизяването на жената като че ли бяха изключително експлоатиран източник на сексуална възбуда.

Предната седмица, прибирайки се от работа, заварих коридора на втория етаж и масажния салон завзети от полицаи, а някъде отвътре се чуваха викове: „Стани! Облечи дрехите си!". Опитах се бързо да отключа вратата към нашия етаж и да се шмугна незабелязано през нея, но един полицай ме видя и ме попита дали може да претърси апартамента ни за момичета, които бяха успели да избягат. Бях убедена, че нямаше как някое от тях да е влязло у нас, но въпреки това го пуснах да огледа.

Той огледа стаите и си тръгна. Няколко часа по-късно, след като със съквартирантките ми бяхме приключили вечерята, отидох в банята и там, сгушено зад завесата на ваната, открих азиатско момиче на не повече от двайсет години. Беше уплашена и повтаряше „Помогнете ми!" със силен акцент. Отидох да взема клетъчния си телефон, а тя хукна презглава, прекоси апартамента и изхвърча през входната врата.

Все още нямам обяснение как е влязла. Може да е била нинджа. Или да е имало отвор в тавана на салона, водещ към нашия апартамент. Може да е притежавала способностите на жена-паяк и да се е изкачила отвън по стената. Или пък просто да е отключила с нещо като щперц бравата ни. Тревожех се, че може да е жертва на трафик, и нейното младо, ужасено лице дълго ме преследваше. На следващия ден на прага на вратата открих огромна кошница с плодове с бележка вътре, която гласеше: „Сега вече сте приятели!".

Всеки ден трябваше да прекосявам Таймс Скуеър, за да се прибера. Кметът Джулиани беше преустроил целия район, но на Таймс Скуеър все така се предлагаха сексуални услуги, чиято целева група бяха най-вече мъжете от финансовите компании в центъра. Една вечер бях в бар, посещаван от служители на Уолстрийт и туристи, където ме заговори една жена, представител на бизнеса със скъпоплатените компаньонски услуги. За мое изумление тя ми предложи работа. Обзе ме гняв. На каква ѝ приличах? „Аз съм лекар, не проститутка!", настръхнах срещу нея. От друга страна обаче, бях поласкана, когато ми каза, че изглеждам „идеална за изискана компания". Предложението ѝ ме накара да осъзная, че около Таймс Скуеър беше разположена цяла войска от момичета на повикване, чиято цел бяха мъжете с пари. Те ловуваха, обграждаха и впримчваха жертвите си. Масажистки, манекенки, азиатки, рускини, бразилки, луксозни, долнопробни, млади, нелегални и т.н. В специално наети квартири или на повикване в офиса или дома, сексиндустрията кипеше навсякъде около мен.

Но да се върна към въпроса: Това ли искат мъжете? Някои от тях, да. Нямам предвид евтиния секс с евтино облечени момичета за удоволствия. Тези мъже желаят евтино и бързо да бъде задоволен техният емоционален копнеж. Не става дума единствено за секс.

Често съм си мислила, че в салоните за еротични масажи трябва да предлагат меню със следния избор:

*Специалитет 1: Усещане за значимост.*

*Специалитет 2: Усещане за власт.*

*Специалитет 3: Облекчение и утеха.*

Това меню би давало точна представа за скъпата ролева игра, която се разиграва по тези места. В продължение на час посетителите имат възможността да режисират удовлетворяването на своите най-дълбоки копнежи и фрустрации. Да, именно там, в сърцето на сексуално-театралната Мека, те откриваха лек за своите душевни болки. Проблемът бе в това, че посредством този род отношения тези мъже в действителност не решаваха проблемите си. В продължение на час те се преструваха, след което си тръгваха с все така неудовлетворени емоционални дефицити, с тази разлика, че забежките им щяха да навредят на общуването с техните половинки.

Питах се как се бях озовала в центъра на всичко това. Бях обкръжена: клиенти за сексуслуги звъняха буквално на вратата на апартамента ми. Чувствах, че губя реалистичната си представа за мъжете, че ме обзема дезориентация. Може би смятате, че сексуалният терапевт бързо претръпва, слушайки за изневерите на мъжете. Но истината е, че мен това винаги ме караше да се чувствам доста неловко. Колкото повече истории за изневери слушах, толкова повече нарастваше тревожността ми. Понякога лицето на мъжа срещу мен се размиваше, а гласът му заглъхваше, защото се потапях в собствените си тревоги.

На моменти по време на сесия се чувствах като глезена и закриляна жена, която ненадейно са изоставили в най-опасната част на гетото. Предпочитах да обитавам прекрасния свят на отричането и илюзиите, където можех, хваната ръка за ръка с любимия, да се нося из слънчевите простори на романтичната любов. Но, уви, такава работа си бях избрала. Бях принудена да погледна право в лицето грозната и уродлива страна на човешките отношения: да, понякога мъжете искаха да експлоатират жените, да им причиняват болка, да им изневеряват, да ги консумират като парче месо. За мен това беше време на съзряване и помъдряване. Преживяванията ми с Рами и неговите приятели, както и опитът с моите пациенти безмилостно потъпкаха всичките ми фантазии и високи идеали. Красивият мехур, който обитавах, беше пукнат и това ми причини болка.

Знаех, че трябва да възприема някакъв нов начин на мислене, посредством който да интегрирам в своята система от убеждения всичко ново, което научавах. Налагаше се да преодолея страховете си и своята склонност да съдя пациентите си или да ги насоча към други психотерапевти. Опитвах се да остана безпристрастен наблюдател, чиято цел бе да изследва, да си води бележки и да се опитва да постигне разбиране. Също така често си напомнях да не генерализирам: не всички мъже бяха като пациентите, които лекувах. Бях срещала множество добри мъже в живота си. Не трябваше да забравям това.

Размишлявах за девойката, която бях открила разтреперана и сгушена в банята си - в онзи момент тя не знаеше къде ще е в безопасност: при мен или на улицата. Помислих си, че сексуслугите не са просто безобидно забавление, а причиняват съвсем реални поражения. Обзе ме решителност да променя света, В който се бях озовала. Експлоатацията, за която Пол ми отвори очите, беше нещо много сериозно, тя представляваше индустрия, която отговарящо с щедро предлагане на конкретно търсене. Аз щях да въздействам върху търсенето. Понякога ми хрумваше забавната мисъл, че с терапевтичната работа, която вършех, всъщност се конкурирах с жените, предлагащи сексуслуги. Какво караше част от мъжете да предпочетат мен? Какво бих могла да им предложа. Вместо незабавното удовлетворение, реализираните фантазии и неограничения избор от красиви жени? Аз бях една съвсем различна „мадам". Не предлагах развлечение, отвличане на вниманието, не доставях удоволствие, а истина. Давах им точно онова, което те не търсеха, но пък от което имаха нужда.

\*\*\*

Сесиите ми с Пол бяха винаги след края на работното му време. Една вечер пристигна в кабинета ми видимо напрегнат. Седна на кушетката и, както обикновено, заговори веднага, без да очаква от мен да се включвам.

* Мисля, че компанията ми навлиза във финансова криза. Разни журналисти започнаха да ни разследват.

Пол говореше с мрачен и угрижен тон. Беше напрегнат и разсеян, очите му се стрелкаха насам и натам и на моменти се умълчаваше, отнесен в мисли. Дадох му възможност да овладее стреса си, което отне по-голямата част от сесията. Но макар да говореше емоционално, усещах отчужденост. Между двама ни нямаше истинска емоционална връзка. За него сякаш бях безлично тяло, върху което можеше да излива болката си. Питах се дали жена му усещаше подобна отчужденост.

* Как обикновено овладяваш стреса си? - попитах го.
* Прекарвам много часове в офиса... Днес по обяд обаче отново си повиках проститутка - добави той с равен тон.

Посещенията на Пол в масажните салони бяха зачестили с увеличаването на трудностите във фирмата.

* Струва ми се, че долавям вина у теб тази вечер. Права ли съм?
* Да. Клер ще бъде съсипана, ако узнае. А аз наистина я обичам. Как ми се иска сексът с нея да ми доставяща повече удоволствие.
* Затова ли търсиш удоволствието другаде?
* А какво друго мога да правя, след като имам нужда от него? - отвърна той примирено. - Но това все пак не е престъпление, много от приятелите ми правят същото.

Пол отново изтъкваше, че е нещо нормално да потърси сексуално удовлетворение извън брака си - извън брака, който искаше да съхрани. Опитваше се да ме убеди, че е

нещо обичайно мъжете да сключват брак, макар да знаят, че впоследствие ще имат нужда или ще пожелаят извънбрачен секс.

От емоционална гледна точка ми се струваше нелогично Пол да търси секс извън брака си. Как беше възможно да вярва, че обича жена си? Но той действително си вярваше. При това далеч не беше първият мой пациент, който уверено го твърдеше. Дори някои от онзи тип мили мъже, които човек никога не би заподозрял, че са способни на изневяра, са ми признавали същото на моята кушетка, предизвиквайки искреното ми изумление. „О, не! И ти ли!", възкликвах наум в подобни случаи. Винаги бях вярвала, че един мъж, влюбен ли е, никога не би потърсил секс другаде. Ако го направеше, значи не е бил влюбен истински. За мен любовта и верността вървяха ръка за ръка.

Ако узнаех, че Рами е преспал с друга жена, първата ми мисъл щеше да е, че е престанал да ме обича. В интерес на истината, предвид огромното разстояние, което ни делеше, събитията, които се случваха между нас, и неговата общителност, често ме обземаше тревога какво ли прави той, докато не сме заедно. Тревогите ми бяха подхранвани от всичко, което слушах от пациентите си по цял ден, и от прясно научения факт, че любовта никак не е гаранция за вярност. Имах ли основание да имам доверие на мъж? Имаше ли такова основание въобще някоя жена?

Докато пациентите разкриваха пред мен мотивите, от които се ръководеха в сексуалния си живот, аз не спирах да търся отговор на въпроса какво кара мъжа да действа импулсивно. Особено ме интересуваше мотивацията на мъжете, които твърдяха, че любовта не е в никаква зависимост с изневярата, че макар да спят с други жени, са все така луди по своите съпруги и приятелки. Дали съществуваха някакви емоционални структури или характерови черти, които обуславяха мъжката невярност?

Заех се да потърся отговор в работата си с пациентите. Позволяваше ли ситуацията, разговарях и с жените им, за да придобия представа и за преживяванията на потърпевшата страна. Общо взето женските мнения бяха доста разнообразни, варираха от обвинението, че изневеряващите мъже са безнравствени, до оправданието, че изневярата е заложена в тяхната биология - че те просто са устроени да разпръскват семето си.

Но последното обяснение е твърде повърхностно, твърде опростенческо, особено като се вземат предвид факторите от по-сложните емоционални, социални и индивидуални слоеве на човешкото функциониране.

Исках да стигна до основната мотивация, която ръководеше Пол. Какво реално получаваше той от неангажиращия секс, освен трайна ерекция и оргазъм? Каква беше целта на това негово поведение? Да не би така да избягваше нещо в отношенията си с Клер? Пол беше отредил съвсем различни роли за съпругата си и за проститутките, но това не ми приличаше на така популярния синдром „Дева и блудница". Пол твърдете, че Клер обича секса и почти винаги инициира половия акт. Ето защо тя очевидно не беше „дева".

Помолих Пол да ми опише последното си сексуално преживяване с Клер.

* Снощи, когато си легнахме, тя ме хвана за чатала и започна да ме целува по врата - каза той без каквато и да било емоция.
* Ти как реагира?
* В интерес на истината, почувствах се така, сякаш искаше от мен да изпълня някакво свое задължение, а в такъв случай не мога да получа ерекция така бързо. Бих желал да оставя на мен да правя първата крачка.
* Би ли го правил?
* Да. Но честно казано, понякога ми се ще да я отрежа. Както казах, започвам да се притеснявам, че ще изгубя ерекцията си, а тя отново ще се разгневи. Но както

и да е, не желая да я отблъсквам, затова прибягвам до фантазии, за да се надървя. Снощи например си спомних за едно красиво момиче от салона, която ме доведе до еякулация с ръка, докато бърках под полата ѝ. Възбуди ме това, че не поиска от мен да я галя, а вероятно беше твърде пасивна или се страхуваше да ми каже да спра.

Това, което ми разказваше Пол, опровергаваше широко възприетата представа, че мъжете са готови за секс по всяко време, независимо от партньорката, и разкриваше, че дори за мъжете обстоятелствата имаха значение.

* И този спомен ти помогна?
* Наложи се да обърна Клер по корем, за да не се налага да я гледам в очите и да мога да продължа да фантазирам необезпокояван. Тя и без това обича тази поза, защото мога да пъхна ръка под нея и да галя клитора ѝ. Слава богу, лесно стига до оргазъм!

Желанието на Пол беше просто да не се провали по време на секс, в резултат на което той напълно се изолираше от Клер. И макар да ме уверяваше колко много я обича, аз не съзирах никакви признаци на любов в поведението му по време на полов акт с нея.

* Не гледам на нещата по този начин - каза той, когато му споделих тези свои мисли. - Просто искам да поддържам ерекцията си и да я задоволя. Опитвам се да ѝ доставя оргазъм.
* Придаваш на своята ерекция и на нейния оргазъм по-голяма важност, отколкото на емоционалната връзка между вас.
* Но моята ерекция наистина е важна. Без нея е невъзможно да правим секс.

В този момент ми се искаше в кабинета да е Клер, за да опише своите преживявания в сексуалния живот с Пол. Подозирах, че те могат да се окажат твърде различни от онова, което очакваше Пол. Пол обаче, подобно на много от другите ми пациенти, не желаеше съпругата му да научава, че е постъпил на терапия.

* Говориш за нейното удоволствие, но всъщност си съсредоточен върху себе си - продължих аз. - Сексът, който ми описваш, е наситен по-скоро с тревожност, отколкото с еротика. Разбирам защо го правиш, но ти извършваш половия акт най-вече във въображението си, а в действителността си просто зрител. Не си способен да се отпуснеш и да позволиш на Клер да ти достави удоволствие подобно на момичетата в масажния салон, защото не я приемаш за „нечовешко същество". И за да компенсираш тази своя неспособност, концентриращ се върху своя пенис и нейния оргазъм.
* Иначе тя се разгневява.
* И какви чувства предизвиква това у теб?

Той се изкиска на шаблонния терапевтичен въпрос.

* Наистина бих желала да ми отговориш - настоях. - Как се чувстваш в тези моменти?
* Унизен. - Пол сведе поглед към килима. - И аз, естествено, искам да избегна това чувство.
* Защо?
* Ужасява ме възможността Клер да реши, че не съм достоен за нея, и да ме изостави.

Не знам защо Пол внезапно реши да изрече на глас пред мен този свой първичен страх, но се радвах, че го направи, вместо да го остави да се спотайва някъде под повърхността на обичайното си дръзко поведение. Пол неудобно се подмести на канапето.

В този миг почувствах състрадание към него и очите ми се навлажниха, защото усещах, че болката му е съвсем истинска. Той отново сведе поглед. Едното му коляно трепереше. Това очевидно породи у него нервност и той започна да се затваря в себе си. Въпреки че изпитвах към Пол най-искрено състрадание, той се почувства уязвим и прие това свое чувство като знак за заплаха. Умълча се. Изчаках малко и реших да се заема с тревожността му.

* Какво чувстваш в момента. Пол?
* Безпокойство.
* Позволяваш ми да те опозная на по-дълбоко ниво, това ли поражда тревожност у теб?
* Не казах, че изпитвам тревожност, а безпокойство.
* Добре, безпокойство. Искам да разбера точно какво чувстваш.
* Всъщност наричай го и тревожност, ако желаеш. Същото чувство ме обзема и в присъствието на жена ми. Не искам да виждаш моята слабост.
* Но аз все пак я виждам и затова ти се иска да отвърнеш с агресия или да се скриеш.
* Мразя подобни анализи, звучат като обвинения.
* Знаеш ли, прояви истинска смелост, разговаряйки с мен за тези неща. Сега те чувствам много по-близък и, уверявам те, никога не бих те отхвърлила за това, че си се разкрил пред мен.

Той просто сведе поглед. Времето ни беше изтекло. Пол отбелязваше напредък, но не можеше да понесе моите наблюдения - за него те отразяваха единствено несъвършенството му. Опитите ми да го опозная предизвикваха у него остра тревожност. В присъствието на значим човек егото му просто се сриваше. Бях парирала още в самото начало опитите му да ме омаловажи и сега ме виждаше като свой съдник. Това предизвикваше у него тревожност, която от своя страна го правеше „импотентен" и в отношенията с мен. Това беше за мен прозрение. Преди това дотолкова се бях съсредоточила върху забежките на Пол, че от погледа ми бе убягвал неговият основен проблем: уязвимостта. Страхът от засечка беше просто симптом.

Колкото повече мислех за това, толкова повече ми се изясняваше фактът, че Пол търсеше лесния изход от своето затруднение. За да потуши страха си от провал, той се съсредоточаваше прекомерно върху удоволствието на Клер. Всеотдайността му имаше за цел да уталожи тревожността, свързана с получаването на удоволствие. Увереността на човек, че има (или няма) право да получава удоволствие, е в тясна връзка със самооценката му. С проститутките Пол се опитваше да възвърне самоуважението си, а заедно с него и увереността си, че има правото да получава удоволствие. У дома той беше твърде зает с опитите да прикрие тревожността си, което му пречеше да изпита наслада.

Резултатът от всичките тези компенсации беше разрив в емоционалната връзка между него и Клер. Салоните като този под моя апартамент съществуваха именно благодарение на мъжките опити за справяне с този вид отчуждение. Истината е, че в обществото ни по принцип властва отчуждението. Познавах мъже, които от самота прекарваха нощите си в стриптийз клубове, опитвайки се да се сближат със стриптийзьорките.

\*\*\*

Исках Пол да сподели за професионалните си проблеми с Клер. Това щеше да създаде основа за по-интимно общуване между тях в бъдеще.

* Не обичам да разговарям за работа с жена си - отвърна той.
* Защо?
* Израснал съм в семейство от средната класа и сам съм постигнал положението, което имам сега. Клер е от заможен род и семейството ѝ така и не ме прие. Все още се държат с мен като с външен човек. Принудиха я да държи парите си в отделна сметка, за да нямам достъп до тях. Полагам много усилия, за да се докажа пред Клер и семейството ѝ, и сега не искам да разкривам пред нея, че е възможно бизнесът ми да рухне.
* Какво точно се опитващ да докажеш на семейството на Клер?
* Родителите ѝ се бяха спрели на друг кандидат за ръката ѝ, но тя избра мен. Винаги съм се питал дали ще успея да оправдая избора ѝ... Искам да докажа на всички тях, че заслужавам да ме приемат сред тях, че заслужавам тя да ме приеме. Че съм достоен човек. Не искам Клер да съжалява, че ме е избрала.
* Значи ти никога не си се чувствал равен с Клер или семейството ѝ?
* Да, тя е така... така изящна и интелигентна. Всичките в семейството ѝ са такива. Може да не ти се вярва, но на семейните им сбирки аз съм най-мълчаливият, нищо че тук съм така гръмогласен. Там просто си държа устата затворена. Чувствам се като участник в съревнование, което знам, че съм неспособен да спечеля. Много неприятно чувство. - Сякаш всяка от думите, които произнасящо Пол, му причиняващо болка.
* Затова се чувстващ длъжен да поддържащ образа на мъж, успешен в работата и в леглото.
* Но аз наистина съм успешен! - каза Пол отбранително.
* Да, така е, но на каква цена? Когато си в състояние на стрес, както в момента, ти решаваш да се отдръпнеш от Клер, а това никак не ти помага.
* Затова прибягвам до момичета на повикване.

Пол изглеждаше смазан, изтощен.

* Да, поради същата причина не можеш да поддържаш ерекция с Клер. Пред нея и семейството ѝ си слагаш фалшивата маска на съвършен мъж, за да скриеш определени свои страни, но се съмняваш, че те прозират през нея. В резултат на това се отдръпваш и в крайна сметка започваш да се чувстваш още по-изолиран. А това от своя страна увеличава стреса ти в присъствието на Клер или семейството ѝ... Виждам, че да станеш част от семейството на Клер е важно за теб, но се престараваш в опитите да преодолееш мнимите си недостатъци и да бъдеш приет. Така се изтощаваш.

Пол наведе глава.

* Не е необходимо непрекъснато да се доказваш - добавих меко. - Необходима ти е безусловна любов. Горд си, че Клер ти е съпруга, обичаш я и се страхуваш, че поради някакъв твой недостатък тя може да спре да те обича.

Той кимна.

* Обичаш ли Клер, Пол?

Той отново кимна.

* Изречи го.
* Обичам жена си.

Сълзи.

* Трябва да сложиш точка на това. Пол. В момента поведението ти се ръководи от страха, а не от любовта. Необходимо е да направим така, че да стане обратното. Обичай жена си. Ако искаш да си добър съпруг, трябва да създадеш близост между вас. Позволи ѝ да те види такъв, какъвто си. Пол. Позволи ѝ да те опознае.

Най-накрая Пол седеше мълчалив срещу мен и ме слушаше. Почувствах искреното желание да го окуража, усетих прилив на топлота към този страдащ човек.

Освен всичко друго, разбрах как се бях заблуждавала в първоначалната си реакция (дължаща се на страха) към историите на моите пациенти. Възмутена от потребността на някои мъже да изневеряват или да унижават жените, аз си правех негативни изводи и генерализирах. Бях способна да почувствам топлота към Пол, но за тази цел трябваше да възприема малко по-дистанцирана гледна точка и да си напомням, че много по-лесно беше да реша, че поведението му е „безнравствено", да го заклеймя с морална присъда, да обявя всички мъже за еднакви, а природата им за покварена.

Но разкривайки се пред мен. Пол ми помогна да се освободя от заблудата и да осъзная, че взаимоотношенията му със съпругата и с проститутките бяха илюстрация на една много важна истина: жените имат невероятна власт над мъжете. Няма да е пресилено, ако се каже, че мъжете са зависими от жените. Тяхното емоционално оцеляване зависи от нас, нуждаят се от нашето одобрение, подкрепа и насърчение, за да се развиват и да се чувстват уверени. Женската подкрепа и утеха помага на мъжете да се чувстват сигурни и стабилни. Всичките жени в живота на Пол бяха силни. Той идеализираше съпругата си до такава степен, че се чувстваше нищожен, а същевременно принизяващо проститутките, за да се почувства значим и властен. И така губеше представа за своята истинска личностна стойност.

Проблемите му нямаха почти нищо общо със секса. Те се кореняха изцяло в усещането му за идентичност и способността му да поддържа самоуважението си в присъствието на обичаната жена. Това прозрение беше много важно, защото в него се съдържаше надеждата. Съдържаше и отговора на въпроса, който отдавна си задавах: Какво желаят мъжете?

Пол желаеше да обича едновременно себе си и съпругата си. От друга страна, се нуждаеше отчаяно от любовта на жена си. Исках да помогна на Пол да постигне тази обич, за да е връзката му с Клер пълноценна във всяко отношение.

Постепенно започнах да съзирам в Пол и останалите си пациенти една обща черта: уязвимостта. Всичките тези мъже се разкъсваха между потребността си да обичат и страха да обичат. Именно затова те формираха подобни чудновати връзки и сексуални отношения, които впоследствие превръщаха в сурогати на любовта - плътски удоволствия, удовлетворяване на егото и странни авантюри, - посредством които задоволяваха потребностите си и поддържаха чувството си за сигурност. Уверяваха ме, че обичат или желаят да обичат, но в отношенията им с жените нямаше и помен от любов. Тези мъже всъщност бягаха от истинската любов. Ето защо се налагаше да преосмислят представите си за любовта.

Ние всички обичаме еуфоричното състояние, в което ни въвежда любовта, но тя не се изчерпва с него. Тя е сложно и често нелеко чувство, тъй като заедно с радостта ни носи гняв, отегчение, болка... Както и страховитата и неизбежна лавина на многобройните страхове; от отхвърляне, от разочарование, от загубване на себе си, от изоставяне, от възможността да се окажеш недостоен за любов. Всичките тези страхове са ирационални, но могат да се окажат и оправдани.

Любовта е не просто чувство, тя е умение. Пациентите ми обаче не бяха пожелали да положат усилие за усвояването му. Дейвид (от първа глава) искаше да е желан. Пол искаше власт, останалите искаха сигурност. Недоумявах как всичките тези мъже ми говореха надълго и нашироко какво получаваха или не получаваха, а не споменаваха и дума за това какво те даваха.

Никой от тях не желаеше да поема рискове.

Исках Пол да спре да се изолира от Клер и да търси решение на проблема си извън брака, а вместо това да се сближи с нея. Накрая той бе готов да направи всичко, което му предложех.

* Имам домашно задание за теб - казах и погледнах към стенния часовник, за да се уверя, че разполагам с достатъчно време, за да му обясня в какво се състои то.

Домашната работа е крайъгълният камък на сексуалната терапия. На пациентите се възлагат различни сексуални упражнения, чиято цел е препрограмиране на сексуалните им реакции. По-голямата част от сексуалното поведение на мъжете е просто рефлекс, който може да бъде моделиран. Ерекцията на Пол беше свързана с неговото смущение и аз трябваше просто да създам нова връзка между нея и разкрепостената му чувственост.

* Задачата ти е да забравиш за ерекцията си - казах, при което той ме погледна изненадан. Целта ми беше съзнанието му да е заето възможно най-малко с притеснението как ще се представи. - Ако получиш ерекция, забранено ти е да се облекчаваш. Също така не ти е позволено да се опитваш да доставиш оргазъм на Клер. Нещо повече, стой далеч от гениталиите ѝ. - Исках да осъзнава случващото се в настоящия момент. - Вместо това - продължих - искам да се съсредоточиш върху докосването на всички други части от нейното тяло. Не бързай, опитай се наистина да усещаш тялото ѝ с ръцете си. Постарай се да почувстваш любовта си с всичките си сетива. Искам да помиришеш жената, която обичаш, да я вкусиш, да я огледаш добре и да се насладиш на това, което виждаш. Взри се в очите ѝ, целуни я дълго, чувствено. Когато тя те докосва, не мисли за ерекцията си, просто обръщай внимание на всяко приятно усещане и му се наслаждавай - няма нужда да правиш нищо друго. Ти имаш право да получаваш удоволствие от нея, също както от масажистките, при които ходиш... Искам от теб да направиш това още тази вечер. - Пол ме слушаше внимателно, с неуверено и същевременно решително изражение, каквато бе самата му природа. - Следващата седмица, когато се видим, ще ми разкажеш как е минало всичко.

\*\*\*

Излязох от кабинета, теглейки куфара си на колелца след себе си, и се огледах за такси. Бях се запътила към летището, откъдето щях да отлетя за Флорида, за да се видя с Рами. Понякога много ми се искаше Рами да се разведе, друг път се успокоявах с рационализации, че в момента не желая брак и деца, че съм щастлива да имам нетрадиционна връзка. Разбира се, в дъното на всичко беше въпросът за доверието между двама ни и аз все още се опитвах да преодолея съмненията, да спра да се страхувам, че напускайки Рами - или оставайки с него, - бих направила грешка.

За нещастие в петък вечер в центъра на Манхатън е почти невъзможно да спреш такси. Озъртайки се отчаяно, забелязах на близкия светофар едно такси с изгасена табела. Почуках на стъклото на пасажерската врата. Шофьорът, индиец със сурово лице, свали стъклото и изкрещя:

* Не работя!
* Виждам - отвърнах, - но ако сте на път към къщи и живеете в Куинс или Бруклин, бихте ли ме оставили на летище Ла Гуардия? - Той се замисли. - Моля ви, иначе ще изпусна полета си и няма да видя своя приятел. - Той отново се замисли, а скоро щеше да светне зеленото. - Направете го в името на любовта! - настоях с усмивка. По изражението му обаче не пролича, че „любов" бе дума, фигурираща в речника му - поне понастоящем. - Добре де, ще ви платя шейсет долара - изкрещях накрая.
* Ще ме довършите! - отвърна той, но все пак ми направи знак да се кача, след което изключи брояча и натисна газта.

Имах навика да разказвам на таксиметровите шофьори за своите романтични връзки, екзистенциални кризи и за какво ли не още. И за моя изненада те често ме изслушваха с воайорска наслада и ми даваха сериозни съвети. Един дори предложи да ми гледа на ръка. Нямах търпение да видя Рами, но Пол беше завзел съзнанието ми и имах нужда да подредя мислите си относно неговия случай. Неудобно ми беше да споделям за личните си неврози на своите приятели. Страх ме беше да не си помислят: „Та тя е психолог!", сякаш психотерапевтът беше длъжен да може да се справя и със собствените си проблеми. Анонимността на клиента в таксиметровия автомобил ми позволяваше да бъда напълно открита и да споделям каквото пожелая.

В този мой навик обаче се съдържаше ирония, която добре осъзнавах. Подобно на Пол, вместо да бъда автентична и да проявявам дори слабостите си пред обичания човек, аз използвах анонимни сурогати, за да задоволя емоционалните си потребности. Дори и аз бях изкушена от моменталното задоволяване, което ми предоставяше фалшивата близост.

Шофьорът не ми изглеждаше отзивчив. Погледнах лицето му в огледалото за обратно виждане - изражението му беше все така сурово. Седях в единия край на задната седалка, диагонално на него, и гледах преминаващите покрай стъклото ми сгради. Скоро обаче ми стана неловко заради мълчанието, преместих се по средата на седалката, наведох се към разделителното стъкло и прочетох името му на разрешителното на таблото.

* Как си тази вечер, Мохиндер? - попитах шофьора.
* Уморен.
* Винаги съм се питала какво е да си таксиметров шофьор. Сигурно ти се случват интересни неща, може би водиш доста интересни разговори с клиентите си?
* Да, веднъж една жена дори роди на задната седалка.
* Леле!
* Накъде сте се разбързали? - попита ме той.
* Към Флорида, отивам при приятеля си. Гостуваме си един на друг през почивните дни.
* Не ви е лесно.

Замислих се.

* Всъщност на мен така ми харесва. Но той ме убеждава да се преместя във Флорида, за да живея с него.
* Ще го направите ли?
* Той все още е женен за друга жена. Така че защо да го правя?
* Много странно. Женен е, но иска да живеете с него и жена му?
* Не, те са разделени от години - усмихнах се аз. - Дори са в различни щати.
* Аха, така явно му е удобно. Може би се страхува от сериозна връзка.
* Не, не мисля - отвърнах, макар да си давах сметка, че отстрани опитът ми да се самозалъжа вероятно бе съвсем очевиден.
* Хм! Знам как можете да го изпитате.
* Как? - попитах, макар да не бях сигурна, че желая да чуя отговора.
* Много е просто. Кажете му, че сте готова да се нанесете при него веднага, и вижте какво ще направи.

Съветът на Мохиндер беше добър, но се страхувах да го изпълня. Не исках да правя това. Може би по-нататък. Да, някога в бъдеще.

Когато най-сетне наближихме летището, аз отново се сетих за Пол и се замислих как всички играем разни игрички с интимността. Отваряме се и се затваряме за другия ритмично, подобно на медуза, придвижваща се в океана. И двамата партньори във всяка връзка изпълняват този своеобразен танц и ако са щастливци, постигат известна хармония. Пол се стараеше извънредно много да играе ролята на идеалния съпруг, идеалния закрилник, идеалния пенис, но не беше никога самият себе си с Клер. Питах се как ли преживяваше тя това положение.

\*\*\*

Пол не дочака следващата сесия. Записа си час по спешност и още в деня на завръщането ми от Флорида влетя в кабинета ми и без никакво предисловие ме попита с рязък глас:

* За какво, по дяволите, ти плащам? - След което се тръшна на кушетката и изръмжа: - Масажистките ми помагат повече от теб!

Пол се оплака, че задачата, която му бях възложила, оказала нежелан ефект.

* След сесията с теб се върнах у дома - заразказва той. - Клер вече беше в леглото и четеше книга. Взех книгата от ръцете ѝ и я оставих на нощното шкафче.

Хванах я за талията и я придърпах близо до себе си. Както ми заръча, огледах я внимателно. Исках наистина да видя тялото ѝ, лицето ѝ. Докоснах бузата ѝ и ѝ казах колко силно я обичам. Казах ѝ, че обичам всеки сантиметър от тялото ѝ - гърдите ѝ, дългите ѝ крака, плоския ѝ корем, вагината ѝ, пръстите на краката ѝ, очите и устата ѝ. Галех я навсякъде, но през цялото време не почувствах нищо. Не получих ерекция.

* Пол, идеята беше да забравиш за ерекцията. Дори да не получеше, това нямаше да е беда. Ако пък получеше - чудесно. Така или иначе не трябваше да мислиш за нея или да се опитваш да я предизвикваш.
* Знам - отвърна той ядно. - Но не това е проблемът. Направих каквото ми каза, но Клер сякаш нямаше търпение да приключа, лежеше, без да откликва по никакъв начин на думите и ласките ми. Всичко ставаше някак механично. Когато я поглеждах в очите, тя извръщаше поглед... После ми каза, че е уморена, и поиска просто да я прегърна, докато заспи.
* Значи не откликна.
* Да. Това донякъде беше облекчение за мен, но все пак
* твоята задача не ми помогна никак!

Очевидно бях допуснала грешка с това задание, но понякога последствията от грешките предоставят важна информация. Дори в някои случаи именно грешките отвеждаха до разрешението на проблема.

* Аз пък мисля, че задачата е свършила добра работа! Ще ти обясня защо съм на това мнение, но първо искам да науча още подробности. Кажи ми какво почувства, когато започна наистина да гледаш Клер?
* Бях безчувствен и дори малко отегчен.
* А когато започна да галиш тялото ѝ и да обръщаш внимание на всяка негова част?
* Тогава се съсредоточих върху любовта си към нея, както ти ми каза да направя. И почувствах любовта.
* А когато я погледна в очите?

- Тогава се смутих. Опитах се наистина да проникна дълбоко в очите ѝ... но тя отмести поглед... Погледна встрани и аз се почувствах отхвърлен... и разголен.

Задачата на Пол беше разкрила реакцията на Клер и с това ми беше осигурила важна информация. Способността или готовността да се задържи чуждият поглед беше добър маркер за нивото на комфорт по време на интимност и често разкриваше неочаквано смущение. Бях помолила Пол да се разголи емоционално пред Клер, да даде воля на любовта си по време на сексуалния акт, да сподели своите чувствени преживявания. Клер беше отказала да го погледне така разголен и той беше наранен от това.

Сега вече знаех, че проблемът не беше изцяло в Пол. За него имаше принос и Клер.

Пол не го осъзнаваше, но беше избрал за своя партньорка жена, която по време на интимност имаше същото ниво на комфорт като него. Бяха постигнали състояние на хомеостаза. Когато той поискаше да я доближи, тя се отдръпваше - може би за да запази обичайното безопасно разстояние. И двамата имаха силно сексуално желание, но пък поносимостта им към емоционалната близост беше ниска. При опита на Пол да установи емоционален контакт и въпреки усещането за уязвимост да освободи любовта си, Клер се беше затворила и отдръпнала. Пол, а вероятно и Клер бяха във властта на онова, което аз наричам „страх от любовта". Пол имаше нужда от увереността, че притежава контрол над своя свят - в работата си, в леглото и пр. Любовта обаче нарушаваше усещането му за контрол. У всички ни дреме страхът от любовта и не се проявява, докато не се влюбим. Тогава в съзнанието ни изплува въпросът достойни ли сме за любов. Заслужаваме ли любовта, която получаваме, която преживяваме? Тревожността на Пол беше причината за неговата еректилна дисфункция и той търсеше среда, в която можеше да възвърне чувството си за значимост, власт и контрол. Такава среда му осигуряваха масажните салони. Но контролът, който упражняваше там, беше платена илюзия. В кварталите с червени фенери се продава фалшива любов, както в евтините магазини се продават имитации на маркови дамски чанти, парфюми и пр.

Исках да помогна на Пол да развие способността си да понася истинските преживявания.

* За посещенията си при проститутките плащаш висока цена: лишаваш се от възможността да изпиташ истинска страст.
* Но аз изпитвам страст към Клер извън спалнята - отвърна той смутено. - Проблем има единствено, когато правим секс.
* Умът разполага с механизми да ни предпази от страховете, които терзаят всички ни.
* Но в такъв случай какво да направя? - попита Пол.

Добър въпрос. Пол несъмнено трябваше да се научи да понася силата на любовта. Необходимо беше да се научи да се разкрива, без да се страхува от отхвърляне, и да не се обезсърчава, когато това все пак се случеше.

* Приеми безпокойството си като знак, че си открил човек, за когото те е грижа. Вместо да се стараеш да го потушиш, приеми го, превърни го в страст.
* А ако тя продължава да не откликва?
* Това не може да ти причини травма - отговорих категорично, за да обезсиля убеждението му, че ако не получи одобрение на момента, ще бъде наранен.
* Но как, по дяволите, ще започна да получавам отново ерекция? - изсмя се нервно Пол.
* Трябва да кажеш на Клер какво се опитваш да постигнеш, какво желаеш. Прибери се у дома и повтори упражнението. Може би този път тя ще откликне, защото поведението ти вече няма да е изненада.

\*\*\*

Така и не научих дали вторият опит е бил по-успешен за Пол и Клер. Бяхме се уговорили да се срещнем следващата седмица, но той не се появи. След като изминаха десет минути след уговорения час за сесията, аз набрах номера му, за да разбера какво става, но се включи гласовата поща. Чувствах се ужасно фрустрирана - седях сама в офиса, без да знам какво чакам. Пол беше решил без предупреждение да пропусне срещата ни.

Вечерта, пътувайки към къщи с метрото, си мислех дали не бях допуснала грешка, възлагайки му същата задача втори път. Може би така го бях обрекла на провал. Може би тази моя намеса беше твърде прибързана. Страхувах се, че го бях подтикнала да се разкрие преждевременно, в момент, когато и той, и Клер все още не бяха готови за това. Намерението ми беше да постигна нещо съвсем просто - да помогна и на двамата да видят най-чувствителната и уязвима страна на другия, - но вероятно не бях предвидила колко трудно ще им е това. Мисля обаче, че ако Пол ми беше гневен, щеше да се върне в кабинета ми и да ме нахока.

Опитах да се свържа с Пол още веднъж. Отново без успех. Съжалявах, че не бяхме успели да проведем поне заключителна сесия, за да обобщим и затвърдим всичко, което бяхме постигнали в работата си. Обичайната крива на терапията започва с фазата на белязаното от безпокойство опознаване между пациента и терапевта, продължава с постепенното изграждане на връзка между двамата и завършва с обмисляне на всичко значимо, което се е случило по време на терапевтичния процес. Пол, изглежда, нямаше нужда от подготовка за прекъсване на отношенията ни или дори да се сбогува или да изрази благодарност. Мисля, че той просто прекъсна терапията си, когато реши, че няма нужда от повече работа. Заболя ме, защото се бях грижила за него, а в замяна не получих ни думичка на признание.

Наблюдавах как хората около мен пътуваха плътно притиснати един в друг и въпреки това упорито отказваха да признаят присъствието си. Четяха книги или вестници, слушаха айподи, гледаха в пода или четяха рекламните текстове по стените на тунела, грижливо избягвайки контакта с очи.

Всеки копнее за близост, помислих си, хората искат да ги забелязват и да ги познават и въпреки това поставят безброй прегради между себе си и другите. Емоционалната реакция на Пол към неоткликващото поведение на Клер беше доказателство, че той действително желаеше интимност. Надявах се в резултат на сесиите с мен да беше успял поне за кратко да вкуси от истинската емоционална връзка, за която жадуваше, но когато вратите на вагона се отвориха и хората като вълна се разляха по платформата на спирката, ме осени печалното прозрение, че Пол може би се бе превърнал в „нечовешко същество" за съпругата си.

## **ЧАРЛЗ**

**Чарлз**: Кажи ми, че искаш да изчукаш най-добрия ми приятел.

**Кели** (равнодушно): Искам да изчукам най-добрия ти приятел.

**Чарлз:** Кажи ми как ще го направите.

**Кели:** В банята, докато ти си в съседната стая.

По мое искане Чарлз и неговата годеница Кели, които възнамеряваха скоро да сключат брак, възстановяваха пред мен диалога, съпроводил последното им сексуално преживяване. Всъщност и двете роли във възстановката изпълняваше Кели, която седеше на единия подлакътник на кушетката - този, по-близо до мен. Чарлз, седнал в противоположния край и стиснал в скута си две възглавници, мълчеше и не смееше да погледне нито мен, нито Кели.

Внезапно Кели прекъсна инсценирания диалог и изстена гневно:

- От това ми се повдига! Извратено е! Всичко, което той желае от мен, е да се преструвам, че му изневерявам. Всеки път едно и също! Единствената разлика е, че от време на време сменя най-добрия си приятел с шефа, брат си... или дори баща си. Ако това не престане, развалям годежа!

Заканата изостри вниманието на Чарлз.

- Скъпа, знаеш, че сексуалното ми желание е слабо и така се възбуждам. Това е просто игра. Не разбирам защо те обижда. Нали не аз се преструвам, че ти изневерявам. Това е просто фантазия, няма никаква заплаха за теб.

Уверението, че фантазиите и ролевите игри са безвредни и затова хората могат да им се отдават без притеснения, чувах често както от пациенти, така и от колеги сексуални терапевти. Съгласна съм, че изпълняването на роли може да е ключова и конструктивна част от сексуалното преживяване - акт на близост, предоставяне на достъп до иначе тайни кътчета. Чарлз държеше на своята любима игра като на нещо приятно и безобидно, но аз подозирах, че тя има злокачествен корен.

Макар вече да бях провела няколко сесии с Чарлз, доминираща в тази среща беше Кели. Тя беше експанзивна, често избухваше в сълзи или даваше воля на гнева си. Говореше дълго и почти не ми даваше възможност да изразя своето мнение. За нея емоциите бяха равностойни на неоспорими факти - чувстваше ли нещо, то беше истина и точка. Нямаше нужда да се търсят доказателства или да се обмислят алтернативни възможности.

Чарлз беше неумел в социално отношение мъж. Според теста за сексуалния статус, който му дадох да попълни на втората сесия, той нямаше кой знае какъв опит в интимните отношения. Повечето от свободното си време посвещаваше на самотни хобита като сглобяване на сложни модели на самолети. Чарлз беше собственик на успешна инженерна фирма и макар финансовото му положение да го правеше желан обект за жените, той признаваше, че се чувства некомфортно в женско присъствие. Каза ми, че най-често жените започвали да го ухажват, а не обратно. Всичките му връзки започвали с агресивен интерес от страна на жените.

За разлика от Чарлз, Кели беше наперена и имаше склонност към драматизиране. Беше също така темпераментна, жизнена и горда със своя бизнес и с италианските си деди, които първи стъпили на крайбрежието на бъдещия щат Ню Джърси. Тя въплъщаваше типа жена, обсебил фантазиите на Чарлз по време на юношеството му в град Хобоукън, Ню Джърси. Кели имаше дълга, гъста черна коса и малки черни котешки очи, очертани с тъмен молив. Не беше класическа красавица, но определено беше предизвикателна. Със своите прилепнали по тялото дрехи, тежък грим и дизайнерска чанта тя беше от онези жени, които винаги се обличат секси. Дори ако трябва да отидат до магазина.

Кели беше направила първата крачка към Чарлз, но докато станат двойка, беше изминала почти година. В началото били приятели, които се спогаждат много добре и могат по цял ден да не излизат от дома и да гледат телевизия в раздърпаните си пижами. Една вечер тя го целунала и така започнала връзката им. На Кели ѝ харесвало да е с Чарлз, защото неговата интровертност я карала да се чувства сигурна. За разлика от другите мъже, с които била по-рано, той я обожавал открито. Но сега Чарлз трябваше да си представя, че Кели прави секс с друг, за да се възбуди, в резултат на което бъдещето на някога удовлетворяващата им връзка беше под въпрос. С какви ли не аргументи Чарлз се опитваше да усмири гнева на Кели; че това беше само фантазия, че не бяха от така наречените „суингъри", които разменяха партньорите си, и т.н. Опитваше се да я убеди, че в това няма нищо нередно.

Кели започна да идва на сесиите с Чарлз около два месеца след като той беше започнал терапията си. Тя ми обясни, че докато Чарлз е въздържан и тревожен, тя е много чувствена.

* Първоначално ми беше забавно. Обичам да експериментирам в секса и съм готова да опитам всякакви неща, но той желае да изпълняваме единствено този сценарий. Не се чувствам обичана - каза тя и очите ѝ се напълниха със сълзи. - Чувствам се като надуваема кукла за секс... Извън спалнята е така мил с мен. Живеем в хармония. А по време на секс се крие зад мен - буквално - и въобще не ме поглежда в очите. Обърна ли се към него, губи ерекция.

Докато я слушах, поглеждах към Чарлз, който седеше, без да помръдва, с непроницаемо изражение. Кели говореше вече много време, но на практика казваше едно - че е дълбоко наранена. Беше ѝ дошло до гуша да повтарят един и същи сексуален сценарий. Тя изрази съмнение, че бяха отишли твърде далеч, отвъд границата на еротичното, навлизайки в територията на психическите проблеми на Чарлз. Но Чарлз остана мълчалив, не се опита да я успокои. По нищо не можеше да се разбере какво чувства в момента.

\*\*\*

Моите приятелки непрекъснато ме питат за съвети относно секса. Случвало се е да се поинтересуват и от ролевите сексигри - обикновено когато мъж, с когото отскоро излизат, поискаше да опитат нещо „по така" в леглото. Те се интересуваха дали това е в реда на нещата. По принцип не се наемам да правя обобщения, тъй като редните неща за всекиго са различни. Мисля, че за да установи за себе си, всеки трябва да си зададе въпроса какво чувства по отношение на ролите в сексуалната игра.

Една от приятелките ми реши да експериментира в тази посока с гаджето си, за да разбере къде са нейните граници. Оказа се, че не понася роли, които накърняват самоуважението ѝ. Но експериментът е начин да установите дали определена роля, игра или поза ви допадат. Не се вслушвайте единствено в тялото си, защото макар определени отрицателни обстоятелства да ви възбуждат, тази възбуда може да е просто телесна реакция. (Овлажняването на вагината при изнасилване е признак, че тялото се опитва да се предпази, а не че жената тайно се наслаждава на насилието върху нея.)

Границата между фантазията и реалността е смътна. Друга от моите приятелки ми сподели, че приятелят ѝ пожелал по време на секс да плюе върху нея и да я души, което породи у нея упорити съмнения, че неговите желания са признак за съществуването на съвсем реални и много тъмни наклонности.

\*\*\*

Убедена съм, че сексуалното поведение на всекиго е изпълнено със смисъл. То може да ни каже много. Сексуалността е бяло платно, върху което хората изобразяват своя вътрешен свят. Платното може да бъде изпъстрено с краските на любовта, радостта и тържеството. Но е възможно да се превърне и в огледало за травми, неврози и фиксации. Последното става посредством процеса на сублимация - енергията на неразрешените проблемни емоции бива пренасочена и те се появяват отново на повърхността под формата на сексуално желание. Това се случва по-често при мъжете, тъй като те разполагат с по-малко социални отдушници и възможности за директен подход към емоциите.

Добър признак, че човек е във властта на подобна сексуална химера, е, когато той влезе в някакъв непрестанно повтарящ се поведенчески цикъл, подобно на Чарлз, за когото единственият начин да удовлетвори сексуалното си влечение беше да си представи, че годеницата му изневерява. Той се беше фиксирал върху този сценарий. И макар за него тази игра да беше безобидна, Кели страдаше и се чувстваше унизена. С други думи, от несъзнаваното на Чарлз беше изтекло съдържание, което бе замърсило техните интимни отношения. С какво се бореше Чарлз, какво избягваше? Може би това негово поведение беше вик за помощ? Помолих го да се срещнем насаме.

* Кой ти е изневерил? - попитах го в началото на следващата ни сесия, още преди да се е отпуснал.

Той ми хвърли убийствен поглед. Бях го изненадала, улучвайки болното му място.

* Какъв е смисълът да разговаряме за нещо, което ме кара да се чувствам като нищожество?
* Значи все пак нещо се е случило...
* Да, но не мисля, че за терапията ми ще е от полза да разравяме миналото. И без това е изтекло много време.
* Проблемът е, че това събитие не е останало в миналото - обясних. - Ти все още го преживяваш. - Нямах намерение да отстъпя, въпреки съпротивата на Чарлз. Бях уверена, че имам правото да го помоля: - Ще боли, но нека застанем лице в лице с него - казах със съчувствие.

В началото с неохота, но впоследствие с все повече жар, Чарлз ми разказа историята си. Когато бил на двайсет години, се сгодил за любовта на живота си. За него тя била „ангел".

* Чувствата ми към нея бяха много силни - каза Чарлз с подрезгавял глас. - С Кели не е същото. Бях страшно въодушевен, че ще се женя. Винаги съм бил моногамен, дори като юноша. Исках да имам семейство. - Чарлз се подмести нервно, очите му бързо обходиха помещението. - Но в деня на сватбата разбрах, че е преспала с най-добрия ми приятел, който щеше да ми е кум. Брат ми ги заварил заедно. Спомням си добре мига, в който той ми съобщи това, беше сутринта, тъкмо се бях събудил, преизпълнен с най-чистото щастие, което някога бях изпитвал. Влезе при мен, седна на ръба на леглото и ми го каза. За секунда опустоши всичко в мен. Останах да лежа вцепенен, ръцете и краката ми бяха тежки като олово и отказваха да помръднат. Едва дишах. Чувах гласовете на останалите членове на семейството из къщи, чувствах топлината на слънчевите лъчи, струящи през прозореца, но в този момент душата ми сякаш беше напуснала тялото. Брат ми каза и на другите, но никой не дойде да се поинтересува как съм. Всички излязоха и в къщата настана тишина. Аз останах да лежа на леглото, парализиран. Това се случи преди осем години.
* Наистина тежка травма.

Болката на Чарлз беше почти осезаема и аз имах чувството, че докато ми разказваше своята история, тя струеше към мен на вълни. Дъхът ми секна, очите ми се насълзиха и известно време не намирах думи да продължа. Мощният прилив на страданието беше помел и двама ни и сега имахме нужда от време, за да се опомним и съберем мислите си. И двамата искахме да снижим напрежението, за да продължим разговора. Можех да прибягна до интелектуален анализ, за да охладя ситуацията, но Чарлз толкова дълго беше сдържал тази болка, че сега, когато бентът най-накрая се беше скъсал, той просто трябваше да изтърпи приливната ѝ вълна.

* Бил си силно влюбен...
* Обожавах я. Нямах никакви тайни от нея.
* И тя те е разочаровала.
* Тя ме предаде! - каза той гневно. - Всичко, в което бях вярвал, се оказа лъжа. Тя не ме е обичала... Чувствах се глупак... - Чарлз се разрида.
* Накарала те е да се усъмниш дали си бил наистина обичан, дали всичко не е било лъжа.
* В онзи ден изгубих всичко: невинността си, мечтите си, чувството си за реалност и преди всичко жената, която обичах.

Чарлз беше преживял един от онези моменти, които променят живота на човек, психически катаклизъм, при който травмата от изневярата бе оставила дълбок отпечатък в душата му и бе променила реакциите му към света завинаги. Представих си как, докато Чарлз е лежал в леглото, агонизиращ и вцепенен от болката, в мозъка му са се формирали нови връзки между невроните, нови невронни пътеки, в резултат на което любовта е била безвъзвратно асоциирана със страха. Няма друга травма, която да оказва върху човека въздействие, сходно с това на измяната. Последицата е своеобразно посттравматично стресово разстройство, ирационален страх, който поставя всички жени под един знаменател.

* Никак не умея да заговарям жени, ставам твърде нервен. Все още не им вярвам, от онзи момент те за мен са двуличници. Когато се срещнахме с Кели, дори не се замислях да започвам връзка с нея. Беше твърде популярна, още в първия миг реших, че няма да ми бъде вярна. Беше свикнала мъжете да я обграждат с внимание, затова по-добре беше да приема ролята на добър приятел.
* Кога започна да се възбуждащ от мисълта за изневяра? - попитах.
* Няколко месеца след онзи ден не излизах от дома си. Приятелите се опитваха да ми помогнат по някакъв начин, но аз не желаех да разговарям с никого. Не знаех как да избягам от мъчителните си чувства. Един ден реших да се успокоя, като мастурбирам. Беше ми дошло до гуша от сълзите и гнева и открих, че представяйки си изневярата ѝ, се възбуждам. Задоволявах се, докато във въображението ми тя правеше секс с моя приятел. Знам, че звучи извратено.

Всъщност това беше находчива маневра. Винаги ме е респектирала несъзнаваната способност на ума да овладява унижението. Посредством въображението си Чарлз бе поставил под контрол емоциите, които първоначално са били неподатливи на въздействие. Той беше еротизирал болката. В резултат на това срамът беше започнал да предизвиква генитална реакция без участието на съзнавани процеси. Това беше победа на въображението, фиктивен триумф, благодарение на който той се освобождаваше от болката и се потапяше в удоволствието. Всеки оргазъм, постигнат по този начин, затвърждаваше в мозъка му взаимовръзката между неверността и ерекцията.

За Чарлз сексуалната игра на роли не беше въпрос на удоволствие. Той беше хванат в капана на болката.

Запитах се доколко е разпространено това сред мъжете и си спомних, че в автобиографичната книга на едно бивше момиче на повикване бях прочела, че най-честото желание на клиентите ѝ било да разиграват с нея травматични ситуации от миналото. Клетият Чарлз! Сексуалността му беше дамгосана с дълбок белег. Как щях да се справя с това?

Заедно съставихме план как да разработим травмата му. Предложих му да преобусловим отключващия възбудата му фактор. Разговарях с Кели и ѝ обясних, че част от лечението на Чарлз ще се състои във временно въздържане от сексуален контакт с нея. У дома той трябваше да изследва себе си в търсене на други мисли, образи или фантазии, които биха могли да го възбудят, - дори малко - и да мастурбира. Исках да създам нови невронни връзки в мозъка му. Кели беше готова да го подкрепя, а Чарлз започна да изпълнява упражненията успешно, но срещна трудности при следващата фаза, когато го помолих да включи Кели във фантазиите си.

* Какво почувства, когато се опита да мастурбираш на фантазии с участието на Кели?
* Нищо, бях напълно безчувствен. Не успях да задържа ерекцията си.
* Нещо очевидно блокира възбудата ти. В момента с Кели имате ли някакви проблеми помежду си?
* Не правим секс, според твоите указания. Прекарваме по-малко време заедно. Тя излиза често с приятелите си и аз... ревнувам.

Попитах Чарлз как изразява тези свои страхове.

* Питам я къде ходи и с кого се среща.
* Какво си представящ, че върши в твое отсъствие?
* Не знам... Просто съм подозрителен.
* Няма нищо нередно в това да те спохождат ирационални страхове. Да поговорим още за твоята подозрителност. Кажи ми от какво се страхуваш?
* Страхувам се, че разговаря с други мъже, че флиртува с тях и дори ми изневерява.
* Това възбужда ли те?
* В интерес на истината, не.
* Чудесно! Това означава, че напредваш.

Чарлз беше започнал да преживява чувствата си, вместо да ги трансформира в еротични фантазии. Но моята похвала не го зарадва. Терапията беше започнала да изкарва страховете му наяве, Кели беше се дистанцирала от него, а това разколебаваше усещането му за сигурност. Мислех да поработя с Чарлз върху умението да изразява с думи състоянието си в тежките моменти, когато го обземаше страхът. Предложих му също да си казва наум: „Всички изпитваме несигурност, това е неприятно чувство, но няма нужда да предприемам нищо - то ще премине, истината е, че..." и така нататък в този дух.

Вместо да се съсредоточи и успокои, Чарлз сякаш имаше желанието да ме удари. Лицето му почервеня, той смръщи вежди, а в погледа му прочетох: „Аз получавам панически пристъпи, а ти ме залъгващ с банални фрази!".

И беше прав. У Чарлз беше бликнал емоционален гейзер, който беше напирал под повърхността на съзнанието му цели осем години, и няколко баналности нямаше как да го избавят. Какво щеше да последва, как щеше той да се справи със стихията на своята нажежена до червено тревожност? Неговият случай беше огромно предизвикателство за мен.

\*\*\*

Кели пожела индивидуална сесия. Беше изминало известно време, откакто последно се бях срещала с нея, и исках да узная защо се дистанцираше от Чарлз и дали все още имаше намерение да се омъжи за него. Беше разстроена заради една промяна в поведението на Чарлз. Той беше започнал да прави нещо, което не беше си позволявал никога преди: да заглежда други жени.

„О, не! - помислих си. - Какво става пък сега?"

Кели беше с Чарлз, защото го смяташе за сигурен избор - той беше грозноватият и предан мъж, който е „длъжен" да е щастлив, че е с нея, да я боготвори и обожава вечно. Това нейно убеждение беше я задържало толкова дълго с него, то беше средството, посредством което държеше под контрол своя страх от любовта. Сега обаче Кели се чувстваше несигурна, както във времето, когато бе излизала с красавци, непораснали момчета със синдрома на Питър Пан и донжуановци. И беше преизпълнена с негодувание.

* Преди Чарлз непрекъснато ми повтаряше, че съм красива - чак прекаляваше. Сега внезапно престана да го прави. Вече не е така нежен с мен. Когато излизаме, постоянно го хващам да заглежда други жени. - Кели набираше инерция. - Седим ли в ресторант, той буквално наднича над рамото ми, докато му говоря. Направо ме вбесява фактът, че трябва да се боря за вниманието му. Знаеш ли: навсякъде, където отидем, започнах да оглеждам жените преди него, сякаш проверявам за потенциална заплаха. И ако го уловя, че задържи поглед върху някоя, разбеснявам се, без въобще да ме е грижа какви ще са последиците.
* Какво означава за теб фактът, че намира и други жени за привлекателни? - попитах.
* Не съм се замисляла. Винаги съм смятала, че аз съм най-сексапилната жена за него.
* И затова не бива да обръща внимание на никоя друга?
* Да.
* Как се осмелява да го прави тогава? - отвърнах, опитвайки се да подчертая ирационалността на нагласата ѝ. Но отлично си давах сметка как се чувства. Реакцията на Кели беше сходна с моята към поведението на Рами и предизвиквайки нея, аз всъщност предизвиквах себе си.

\*\*\*

Един летен следобед с Рами бяхме на парти у един от неговите приятели. Огромната къща гъмжеше от красиви гости, които танцуваха на латино музика, изпълнявана на живо. Минавайки през кухнята, видях Рами да води оживен разговор с жена от Венецуела или Колумбия - две държави, чийто жителки бликат от сексапил. Рами разговаряше с непознатата красавица с фамилиарност, която предизвика у мен безпокойство. Когато ме забеляза, той ми помаха, за да ме запознае със събеседницата си. Била приятелка на негов приятел или нещо подобно - вече съм забравила, но в онзи момент тази жена изцяло завладя мислите ми. Рами се престори на въодушевен, че ме вижда, а на нея предложи да донесе питие с любезност, която според мен преминаваше границите на приличието. Останах известно време с жената, усмихвайки ѝ се учтиво, след което се извиних и отидох в друга стая.

Когато Рами ме откри, веднага разбра, че съм разстроена. Прегърна ме и дълго ми се подмазва. Докато в един момент покрай нас не премина друга южноамериканска сексбомба с дълга черна коса и сладострастни извивки - същинска порноактриса, но облечена. Лицето на Рами светна, той скочи от мястото си и извика името ѝ. Нямах представа коя е тя.

* O, боже мой, Рами, здравей! - изчурулика тя.

Изправих се и отидох да поговоря с една приятелка, която бе станала свидетел на последната сцена.

* На твое място не бих понесла това - каза ми тя.
* Не знам как го правиш.

Само това ми трябваше, за да ми прекипи. Започва да ми идва до гуша, помислих си. Това се случваше непрестанно, където и да бяхме. Понякога тези негови „познати", както той ги наричаше, му се обаждаха по телефона. „О, това е Марчела (Луз или Мария), няма защо да се притесняваш", уверяваше ме с небрежен тон, сякаш бях някаква изкукала параноичка.

Но най-много ми призляваше от възбуденото му изражение, когато отговаряше на повикванията им по телефона или ги видеше. Сякаш тръпнеше от нетърпение да ги впечатли. В тези моменти аз преставах да бъда дейна и жизнерадостна жена, а се чувствах пренебрегната и незначителна.

Започвах да губя самообладание.

После започна да ме гложди съмнението, че Рами прекарва твърде много време със своята нова адвокатка - срещаха се на обеди, вечери и питиета. Поисках от него обяснение.

* Не се тревожи - увери ме той. - Просто се сприятелихме. А освен това тя е грозновата.

След няколко дни ме осведоми, че ще вечеряме тримата. Решил, че ще е добре да ме представи на „грозноватата" адвокатка. Когато я видях да влиза с широка усмивка, едва се сдържах да не избухна - тя беше убийствена красавица. Но жената се държа с непресторена добронамереност към мен, затова прехапах език и продължих да клокоча вътрешно. Когато си тръгна, имах намерение да разговарям за нея с Рами, но той заспа.

Дълго лежах до него с широко отворени очи. Как смееше да заспива, докато аз кипях от гняв? В един момент станах, отидох в кухнята, напълних една шампаниера с леденостудена вода, върнах се и я излях върху хъркащия Рами. Той скочи като попарен от леглото и ме подгони. Преследвахме се с викове из целия апартамент. После виковете ни преминаха в смях и половин час по-късно лежахме, сгущени един в друг, на сухата страна на леглото.

Имахме много подобни сцени, предизвикани от ревността и на двама ни. Случваше се да сме някъде извън града и той да ми каже; „Ти гледаш този мъж! Не отричай! Дори му се усмихваше!". След което разгневено да отсече: „Да тръгваме!".

После се прибирахме у дома и се любехме. За нас това вече бяха нормални отношения.

След инцидента с адвокатката ние все пак успяхме да поговорим и Рами ми призна, че нарочно се е опитал да събуди ревност у мен - това щяло да го накара да се почувства по-сигурен, тъй като често ме ревнувал. След като се успокоих, осъзнах, че независимо как Рами се опитваше да ме манипулира, всъщност аз бях изпуснала суетата си от контрол.

\*\*\*

Поведението на Чарлз продължаваше сериозно да безпокои Кели, а аз исках да предотвратя назряващия у нея гневен изблик.

* От какво се страхуваш? - попитах я.
* Мисля, че губи интерес към мен.
* Смяташ, че щом обръща внимание на други привлекателни жени, ти вече не го привличаш?
* Може би не го привличам колкото преди...
* Харесва ти да знаеш, че си специална за Чарлз. Избрала си мъж, който би трябвало да се чувства щастлив, че е с теб, и да те обожава.

По изражението на Кели пролича, че последните ми думи попаднаха в целта. Но тя очевидно не желаеше разговорът да поема в тази посока.

* Знам единствено, че се държи като всички други мъже, с които съм излизала преди.
* Изневерявали ли са ти?
* Може би. Не съм хващала никого. Но определено съм била с мъже, които със сигурност бяха способни на това - перчеха се с умението си да завъртат главите на жените.

Постоянният страх от изневяра може да е по-опустошителен от самата изневяра. Скрит поглед или пък съвсем явно вторачване, видимо вълнение или усмивка, оживен разговор с друга жена или откровен флирт - това са все оръжия, посредством които можеш да накараш другия да си мисли, че нещо би могло да се случи. Тогава у него изплуват най-лошите страхове и неизменно започва да го гложди съмнението: достатъчен ли съм?

Уловите ли се, че си задавате този въпрос, нещата не вървят на добре. Може да не се питате директно: „Хей, аз достатъчен ли съм?", но да имате усещането, че е така, и това да предизвиква у вас тревога и несигурност. Спомням си момента, в който осъзнах, че ме терзае този въпрос.

Беше съвсем обикновена сутрин, извършвах всекидневните си разкрасителни процедури преди работа. Всичко течеше нормално, докато не погледнах от по-близо лицето си в огледалото. Боже мой! Забелязах първите си бръчки. Бяха две, над лявото око. Приближих се още към огледалото и ги огледах внимателно. Отново се отдалечих. Завъртях глава наляво, а после надясно, за да ги видя от всеки ъгъл. Бях ужасена. Дали да не си инжектирам ботокс? Или да започна да нося косата си на бретон? Или да се оттегля от практиката и да се преселя в покрайнините? Направо обезумях. След това не пропусках да се погледна във всяко огледало, покрай което минех, при всякакво осветление. Все още ли са там бръчките? Ами сега? Понякога не личаха и ме обземаше облекчение, но после отново ги забелязвах. Започнах да изследвам цялото си лице за признаци на стареене. Левият ми клепач като че ли беше малко по-затворен. Кожата ми беше обезцветена от вредното въздействие на слънцето. „Дотук бях, животът ми приключи!", помислих си, или по-скоро „Рами ще спре да проявява интерес към мен".

Онази сутрин, докато вървях към метростанцията на път към кабинета си, настроението ми все повече се влошаваше. А денят едва бе започнал. Каква беше причината за този внезапен обрат? Как така една жена, която винаги се е чувствала красива и в съгласие със себе си, изведнъж започва да се чувства непривлекателна и недостойна за любов? Това не бях аз! Та аз обикновено се събуждах щастлива, ходех с енергична стъпка и дори с леко поклащане на ханша. Сега се взирах в отражението си за признаци на повяхващата ми красота. На какво действително се дължеше тази промяна?

\*\*\*

Всички обичаме да сме обгърнати с внимание и нежност. Очите на някого засияват, когато ни зърне - нетърпелив е да ни опознае, да ни изслуша, тръпне от желание да докосва тялото ни. Ще ни се да вярваме, че всичките тези реакции сме способни да предизвикаме единствено ние, със своите уникални качества и обаяние. Всеки копнее да е специален.

Кели бе принудена да осъзнае, че има и други привлекателни жени, както и възможността Чарлз един ден да я напусне. Несигурността е присъща за всяка връзка и страхът, който произтича от нея, дреме във всеки от нас. Често разчитаме на илюзията, че сме специални, за да се почувстваме сигурни. Поведението на Чарлз бе принудило Кели да се раздели с тази своя илюзия.

Всеизвестна истина е, че взаимоотношенията ни с другите са тясно свързани с взаимоотношенията, които имаме със самите себе си. Другите са за нас като огледала, които отразяват същността ни. Майките отразяват своите деца, лекарите отразяват своите пациенти, а влюбените се отразяват един друг. Този процес е залегнал в основата на една психотерапевтична техника, наречена - както вероятно ще се досетите - отразяване. Целта ѝ е да стимулира себеусещането на пациента и усещането му за реалност. Отразявайки силните страни на пациента си - позитивно отразяване, - терапевтът оказва върху него благотворно влияние. Затова не е чудно, че понякога пациентите сякаш се влюбват в своя терапевт.

Отразяването утвърждава нашето съществуване. Желанието на някого да погледне дълбоко в нас поражда силни преживявания. Най-прекрасният комплимент е някой да ни види наистина. И какво по-сигурно утвърждение можем да получим за личността си от това, че ни посрещат с обич и вълнение? Ето къде се крие автентичната личностна неповторимост - във връзката с другия, не в индивидуалността.

Инстинктивно желаем от другите позитивно отразяване. Това желание е важно за социалното ни функциониране и не бива да се приема за признак на нарцисизъм. Нарцисизъм може да се развие, ако потребността от позитивно отразяване стане прекомерна. Ето защо тази техника би могла да се използва и за манипулиране - както с брилянтна находчивост го правят множество знаменити съблазнители. Те умеят да навлязат дълбоко в същността на жената и да отразят характерна нейна черта по позитивен начин (напр. „В очите ви съзирам тъга, която ви прави така красива").

Проблемът е, че когато човек стане зависим от отразяването като източник на информация за себе си, той губи себевъзприятието си. Но в кой момент отразяването придобива такава власт върху човека, че потушава собственото му себеусещане? Кога той започва да се пита дали е достатъчен за любимия?

Чарлз бе престанал да отразява Кели, в резултат на което тя вече не се усещаше специална, красива и обичана. Исках да я насърча да не губи самоуважението си, въпреки че не получава внимание, и да повярва, че стойността ѝ като личност не зависи от капризите на Чарлз.

Връзката между Чарлз и Кели в началото била специална. Постепенно тя била помрачена от драмата на Чарлз. А сега Кели се беше фиксирала върху потребността му да заглежда други жени и се съпротивляваше срещу опитите ми да насоча вниманието ѝ отново към самата нея.

\*\*\*

Веднъж, докато вечерях с група приятелки в един нашумял ресторант в Долен Ийст Сайд, аз ги попитах: „Вие, момичета, вбесявате ли се, ако мъжът ви заглежда други жени?". Последва разгорещен спор. Няколко казаха, че нямали против очите на гаджетата им да „шарят" - това било в реда на нещата и не се чувствали застрашени. Няколко други казаха, че дори сами отбелязвали присъствието на красива жена и се включвали в заглаждането, стига то да не продължавало прекалено дълго. Останалите бяха на мнение, че заглеждането по жени било в най-добрия случай проява на недобро възпитание, а в най-лошия - отблъскващ навик.

Една от най-добрите ми приятелки никак не се впечатляваща от ужасяващите истории за изневери, които ѝ разказвах от практиката си. Тя винаги ме изслушваше с поглед, в който се четеше: „Горкичката - ти просто не разбираш". Тази вечер тя сподели, че намирала успокоение в нещо, което ѝ казало бившето ѝ гадже: „Мъжът мисли за секс целодневно. Представя си, че изчуква всяка жена, която види: секретарката си, дебелата служителка на пощенското гише, майката на най-добрия си приятел, момичето с розовата коса и татуираната шия в кафенето, нисичката счетоводителка и актрисите от телевизионния екран".

Кое точно я успокояващо в тези думи, да си призная, не можех да разбера.

* Не искам, докато сме на романтична вечеря с приятеля ми, той да си представя сервитьорката гола - казах аз.
* Важното е да не я вижда гола наистина - отвърна тя. - Единствено това има значение.
* Но това не се отразява никак добре на егото ми - възразих. - Искам да съм най-красивата и желана жена, която приятелят ми някога е поглеждал. Искам да е винаги така запленен от мен, че да не забелязва сервитьорката, която се навежда над масата ни така, че деколтето ѝ да е точно пред очите му, и пита: „Какво ще желаете тази вечер".

\*\*\*

Приятелките ми бяха ставали свидетели на някои от сцените на ревност между мен и Рами и добре знаеха кой от двама ни е обладаният от несигурност, но аз имах усещането, че приносът за това положение не беше единствено мой. Вярно е, бях изсипала шампаниера с ледена вода върху Рами, но той нарочно беше предизвикал тази реакция.

Беше време за индивидуална сесия с Чарлз. Трябваше да разбера защо караше Кели да ревнува. Исках да получа отговори и на някои въпроси относно собствената ми връзка.

* Кели винаги привлича внимание - каза ми Чарлз. - Мъжете не се стесняват да я ухажват дори в мое присъствие. На нея ѝ харесва да си мисли, че се чувствам късметлия като неин избраник. Винаги съм мразил това. Но сега ролите са разменени.
* Но какво точно е посланието, което ѝ изпращаш със своето поведение?
* Че има и други жени.
* И това те кара да се чувстваш добре?
* Да, ако трябва да съм честен, доста по-добре от преди. Нека сега тя се потруди за моето внимание. Нека си мисли, че трябва да се справя с конкуренция. - Чарлз изду гърди гордо.
* И как желаеш да се чувства тя? - попитах го с нарастващо възмущение.
* Късметлийка, че е с мен. Признателна заради любовта ми.
* А казвала ли ти е какво чувства в действителност?
* Гняв.
* Това като че ли не е точно ефектът, който целиш. Ти всъщност потъпкваш самоуважението ѝ. Осигуряваш си чувство за стабилност, контрол и сигурност, но за нейна сметка.
* Но аз не ѝ изневерявам. Това, което правя, не ѝ вреди.
* Мисля, че трябва да открием по-добър начин да се справяш със страховете си. Как се чувстваш, когато мъжете обграждат Кели с внимание?
* Незначителен. Непрестанно се питам какво е онова, което те могат да ѝ предложат, а аз не мога.
* Добре, Чарлз, разбирам те. Не искаш да загубиш Кели. Но не е необходимо да я манипулираш, за да повишиш самоуважението си.

Предложих му следващия път, когато му се прииска да въздейства върху Кели по този начин, да насочи вниманието си към своите преживявания.

* Опитай да почувстваш благодарност заради този страх. Този страх означава, че обичаш Кели и не искаш да я изгубиш. Той е нещо добро. Опитай се да превърнеш този страх в признателност заради специалната връзка, която имаш с Кели. Връзка, каквато никой друг не може да има с нея.
* Аз разрушавам тази връзка, нали?

Чарлз беше поел по лекия път. Той беше открил, че посредством манипулиране на нейното его можеше да повишава самочувствието си, без особено усилие да се справя с несигурността, която го терзаеше в продължение на години. Сега, след като се беше изправил лице в лице със страховете си, Чарлз бе способен да реализира действителна промяна. Усещах, че беше в състояние да постигне тази цел. В психотерапията емоционалната промяна не се осъществява с изговаряна на проблемите или малко сълзи. Болката не може да бъде елиминирана по магичен начин и завинаги в рамките на няколко сесии. Това става посредством постоянна практика и усвояване на нови начини за справяне с проблемните емоции, които не спират да изплуват отново и отново.

През следващите сесии Чарлз отбеляза известен напредък, след което доведе Кели. Очаквах тримата да обсъждаме ревността във връзката им, но стана ясно, че Кели има други намерения.

* Чарлз - започна тя с рязък тон, когато всички се настанихме по местата си, - имам да ти казвам нещо. Миналата вечер, когато излязохме с приятеля ми Джъстин, свършихме в леглото му. - Кели погледна Чарлз с безмилостни очи. В гласа ѝ не се долавяше разкаяние, единствено студенина и безжалостност.

Чарлз гледаше като елен, изскочил пред фаровете на автомобил.

* Не мога да повярвам - прошепна той.

Той се извърна, за да не виждаме лицето му. Гърбът му се затресе от ридание.

* Ти ме пренебрегваше, Чарлз. Мислех, че не те привличам повече.
* Но това не е вярно. Аз...
* Джъстин ме обгръща с внимание, както ти навремето. А аз имам нужда от това.
* Кели, не долавям разкаяние у теб - намесих се.
* Не се разкайвам. Гневна съм. - Тя също заплака.
* Опитващ се да накажеш Чарлз.
* Искам да скъсам с него - заяви тя решително.

Чарлз тихо хлипаше.

* Кели - повиших леко глас. - Моля те, спри дотук. Не казвай нищо повече, докато не обсъдим чувствата ти.
* Забрави! - отсече тя. - Дойде ми до гуша! Първо играеше с мен своите игрички, а сега ме пренебрегва - допълни тя с нарцистична ярост.
* Знаех си, очаквах това да се случи - промълви със съкрушен вид Чарлз. - Знаех си, че тя в крайна сметка ще ми изневери.

Кели се изправи, избърса очите си и излезе.

Бях изгубила контрол върху разговора. Просто прекрасно, помислих си, след целия напредък, който бяхме осъществили по отношение на фантазиите на Чарлз, сега той беше претърпял нова травма. След излизането на Кели, очевидно в шок от признанието, той започна да се вцепенява, също както в деня на неосъществената си сватба. Погледът му стана стъклен, главата му клюмна, а тялото му сякаш изпадна в кататонен ступор.

* Чарлз, ела на себе си! - наредих му. - Не напускай тялото си! Изправи се! Дишай! Тупни с крак! Чарлз, ти си в безопасност.

Той стисна юмруци и забелязах как погледът му отново се оживи. В гърлото му прозвуча дълбоко ръмжене, след което последваха няколко конвулсии вследствие на силните емоции и той се отпусна, изтощен.

Чарлз сам бе предизвикал онова, от което се беше страхувал. Беше възпроизвел своята първоначална травма. Беше принудил Кели да стори наистина онова, което я бе карал да изпълнява като роля. Първоначално беше я идеализирал, после беше поискал от нея да възпроизвежда травматичната ситуация и бе проектирал страховете си върху нея. Накрая, преструвайки се на съблазнител, беше предизвикал у нея ярост, представляваща огледален образ на собствената му ярост. Ярост, държана в дълбоките катакомби на психиката му с помощта на еротична фантазия, изпълняваща функцията на своеобразна тапа. Чарлз така и не беше отишъл докрай в своята реакция към първоначалния инцидент, този процес е бил секнат. Беше изпитал скръбта, но не беше преминал през всичките ѝ стадии: отричане, гняв, пазарене, депресия, приемане. Той просто се беше опитал да я преодолее, сексуализирайки безсилието си пред женското непостоянство.

Бях разочарована, че порочният цикъл, в който бяха попаднали двамата, ги бе довел до изневяра. Защото наистина се обичаха. Отношенията им бяха излезли извън контрол заради обсебеността на Чарлз от мисълта за измяната и в крайна сметка Кели беше му изневерила наистина. Замислих се за начините, посредством които Чарлз, Кели, Рами и аз се опитвахме да се справим с подлудяващата ни ревност. Всъщност така и не се заемахме със страха си, а го заобикаляхме като горещ картоф. Мнозина успяват да постигнат във връзките си известен баланс между потребността си от любов и страха си от нея. Но ако трябва да съм прецизна, не става дума точно за страх от любовта. Едва ли някой се страхува от самата любов. Любовта е нещо прекрасно. Страхуваме се най-вече от загубата на любовта. Затова товарим другите с отговорността да ни накарат да се чувстваме сигурни. А истината е, че никой не е способен да ни гарантира емоционална безопасност и вярност или да елиминира завинаги несигурността ни.

Справянето със страха си остава лично предизвикателство.

Чарлз продължи терапията си с мен. Беше решен да прекъсне порочния цикъл, в който се намираше.

* Аз я подтикнах към това. Трябва да преодолея проблемите си - каза ми той.

И се справи добре. Макар и трудно, успя да десексуализира своята травма. Давах си сметка, че тази задача не е никак лека - ревността, страхът и гневът формират изключително опасен и упорит триумвират, - и разбирах защо беше предпочел прекия път на сексуализацията.

Ревността е тясно свързана със стабилността на Аз-а. Тъй като самоуважението ни варира съобразно превратностите в интимните ни взаимоотношения, ние сме принудени постоянно да търсим равновесието. Кели изневери на Чарлз, за да възстанови самочувствието си на желана жена, което беше важна част от нейната идентичност. А болката, която тя му причини, беше допълнителна награда - удовлетворение за наранения ѝ нарцисизъм.

Колкото до мен, работата с Чарлз ми помогна да се изправя лице в лице със своите проблеми. Осъзнах, че самоуважението ми беше започнало постепенно да се понижава и че не правех кой знае какво относно това. Подобно на Кели се чувствах свалена от пиедестала си. Но вместо да заливам Рами със студена вода или да се пренасям да живея в покрайнините, реших да възстановя самоуважението си. Можех да търся отговорност от Рами за поведението му, но самоуважението ми зависеше единствено от мен. Нали още в самото начало на връзката си сама бях пожелала да отворя сърцето си и да приема уязвимостта, произтичаща от това.

А що се отнасяше до „проблема с другите жени“, трябваше да осъзная, че сравненията не бяха уместни. Вместо със свито сърце да се питам какво ли място заемам на стълбицата до тях, реших просто да се отпусна и да го карам по-спокойно. Ако някоя хубавичка рускиня или прелестна млада австралийка се приближеше, за да поздрави скъпия си приятел Рами, аз щях да си дръпна юздите, да дишам дълбоко и да продължа да разсъждавам разумно.

Това беше повратен момент в моята борба с несигурността, натрупала се в мен. Не исках да се чувствам незначителна, исках във всяка минута да се наслаждавам на собствената си красота и да се гордея с нея, независимо дали Рами я забелязваше.

А бръчките? Какво от това, че имах бръчки? Проблемът не беше в тях. Не беше и в Марчела, Луз или Мария. Проблемът беше, че сама вредях на себе си. Никакви бръчки не можеха да помрачат обаянието ми. Вече нямаше да се взирам в бръчките си пред огледалото. Щях да гледам на себе си като на цялостна личност и да си напомням коя съм. Щях да ценя себе си, дори в присъствието на хора, на които се възхищавах.

Именно тази нагласа ни дава силата да се справяме с уязвимостта, която неизменно съпътства любовта.

## **МЪЖКАТА ТЕРАПЕВТИЧНА ГРУПА. ЕУФОРИЯ.**

Получих изненадващ имейл от мъж, който не предполагах, че някога ще ме потърси отново. Стийв беше симпатяга с успешен бизнес с недвижими имоти и красива яхта. С него имахме кратка любовна история няколко години преди да срещна Рами.

Имейлът на Стийв беше кратък и ясен: надяваше се да си го спомням и искаше да се срещнем, за да ме пита нещо важно. Не бивало да се притеснявам, ако съм омъжена или обвързана сериозно с някого - намеренията му били платонически. „Сега живея в Сан Франциско, но с радост ще дойда там, където живееш, защото искам да разговаряме лично", завършваше писмото.

Това беше всичко. Никакви общи приказки, никаква излишна информация за живота му, никакви въпроси за моя живот. Съмнявах се, че тази среща ще ми донесе нещо повече от известно развлечение по време на обедната почивка - честно казано, не бях се сещала за Стийв, откакто се бяхме видели за последно.

Спомних си как, след като бяхме излизали няколко пъти, той ме заведе в апартамента си на океанския бряг. Макар и обзаведен с вкус, апартаментът създаваше усещането за стерилност - по стените нямаше картини, в ъглите или по лавиците липсваха сувенири и пр. Стийв можеше да мине за почитател на минимализма и свободните пространства, но интуицията ми подсказваше друго. Известно време лежахме на леглото и се целувахме, но когато той се извини и отиде до банята, аз изтичах до дрешника и го отворих. Беше абсолютно празен! Вътре нямаше дори един мръсен чорап. Господи! Той не живееше в този апартамент.

Щом Стийв се върна от банята, поисках от него обяснение. Призна ми, че бил женен - с деца, - преди няколко години наел този апартамент, за да води в него жени. Почувствах се унизена. Оправда се, че бракът му бил нещастен и това било единственото решение, тъй като не желаел да се развежда, докато не откриел жена, в която може да се влюби истински. А към мен бил започнал да изпитва искрени и дълбоки чувства.

Но това нямаше никакво значение. Не можех да се доверя на човек, способен на подобно двуличие, затова си тръгнах на мига. Но Стийв не прие това за край на отношенията ни. Изпращаше ми есемеси и имейли седмици наред, уверявайки ме, че чувствата му към мен били наистина специални. За да ме умилостиви, дори се зарече да спре да се среща с други жени - голяма жертва за него - и аз да бъда единствената в живота му... С изключение на съпругата му. Какъв ужас! Султанът ми предлагаше да стана любимата му наложница от харема.

Казах му да не ме търси повече.

Все още нямаше причина да желая да се срещам с него, но ме глождеше любопитството. Смятах, че от този мъж можех да науча нещо, което да ми е от помощ в работата с пациентите. Писах му, че живея в Ню Йорк и че може да дойде, за да поговорим на кафе. Отговори ми, че ще пристигне след няколко дни.

До момента на срещата ни аз отново не се сетих дори веднъж за него. Бях твърде заета. Освен индивидуалните сесии, веднъж в седмицата водех и група. Тя се състоеше от петима мъже, с всеки от които се срещах и поотделно. Всички бяха подписали декларация за конфиденциалност, за да са способни да споделят и най-съкровените неща помежду си.

В груповите сесии не обсъждахме предварително уточнени теми и не следвахме определен ред. Всеки бе свободен да говори за каквото пожелае и аз никога не знаех къде ще ни отведе разговорът. Обсъжданията не бяха структурирани - думата можеше да вземе всеки и по всяко време и ми беше много интересно да наблюдавам как тези мъже използваха свободата си. Бях се постарала да ги освободя и от възприетите социални роли, за да са равнопоставени в кабинета ми.

Често наставаше неловко мълчание и тогава социалната тревожност изплуваше в какви ли не проявления. Трудно някой се решаваше да постави начало на обсъжданията, защото всеки неизменно си задаваше въпроса достатъчно важно ли е онова, което има да каже, за да ангажира вниманието на останалите. Мен, от друга страна, ме занимаваха множество въпроси. Кой щеше да поеме ролята на лидер? Кой щеше да монополизира групата? И кой щеше да се възпротиви срещу това? Чувстваше ли се някой бреме за останалите? Всички ли смятаха, че заслужават подкрепа? Способни ли бяха да приемат подкрепа? Бяха ли в състояние да разкриват себе си пред толкова хора? Бяха ли готови да участват в разрешаването на чужди проблеми? Щеше ли да има такива, които да се оттеглят навътре в себе си?

С изумление наблюдавах зараждането на съперничества. Често някой се проявяваше като алфа-мъжкар, докато другите приемаха подчинени роли.

Членовете на моята група бяха Бъди, Оскар, Джон, Антоан и Андрю.

Антоан, музикант от франция и хубавец, способен да накара коленете на всяка жена да омекнат, се опитваше да лекува разбитото си сърце. Обличаше се като Джеймс

Дийн и беше олицетворение на неговото бунтарство. Артистичен особняк и неконформист, с ранима и чувствителна душа, красиво лице и изящна шия.

Андрю предпочиташе костюмите и строгите вратовръзки. Често се държеше сковано като банков чиновник и като цяло не го биваше в леките разговори. Беше разведен от десет години - решил да напусне жена си, тъй като престанал да я обича.

Бъди беше мениджър на пощенски клон. Слаб, оплешивяващ и самомнителен мъж, който налагаше агресивно мнението си.

Джон обичаше жените - до умопомрачение. Обличаше се спортно и разговаряше с увереност. За жалост не вярваше на жените достатъчно, за да се задържи по-дълго с някоя от тях.

Оскар беше мъжко момче. Но изневеряваше компулсивно на съпругата си и злословеше за жените. Имаше собствена компания и не криеше подозренията си, че го намирам за неприятен човек и всъщност не ме е грижа за него.

Една вечер Оскар сподели на другите за своята дилема: дали да остане със съпругата си Нора, или да я напусне заради младата китайка Шели, която бе назначил без трудов договор за своя лична асистентка. Тя имаше дете. Спяха заедно повече от година и той ѝ беше устроил малка тайна квартира в удобна близост до офиса му в центъра на града.

След като в продължение на цял месец не беше достигнал до решение в индивидуалните сесии, Оскар бе решил да се обърне за помощ към групата.

* Не съм убеден, че наистина обичам Шели - обясни той. - Но със сигурност изпитвам към нея страст. Към жена си не изпитвам нищо. Предполагам, че това е краят на брака ми.
* Кои твои потребности задоволява Шели? - попита Джон. Той идваше на терапия при мен от най-дълго време и често във въпросите си включваше специализирани термини.
* Кои потребности ли? Всичките, които не задоволява жена ми - отговори Оскар. - От внимание, нежност, секс. Жена ми е до такава степен отдадена на децата, че дори не ме забелязва, когато се върна от работа. В леглото Шели е готова да направи всичко за мен.

Последните думи на Оскар относно сексуалната всеотдайност на Шели изостриха вниманието на останалите мъже.

* Какво имаш предвид под "всичко"? - поиска уточнение Джон.

Отговорът предизвика истинска сензация и се надявах разговорът да не поеме в погрешна посока. Оскар обясни, че Шели си правела кратки записи, докато мастурбира, и му ги давала да ги гледа в офиса си.

* Взех един от тези записи у дома и си го пуснах, докато жена ми беше с децата в другата стая - продължи той. - Но за нещастие тя ме спипа.

Всички изстенаха съчувствено.

* Заплаши ме с развод, но аз не ѝ останах длъжен. Преди да напусна, ѝ казах, че ако желае да се върна, ще трябва да започне да изпълнява сексуалните ми фантазии.
* И каква беше реакцията ѝ? - попитах аз.
* Разгневи се.

Скоро положението на Оскар се усложни още повече. Няколко дни след като разказа своята история на групата, ми се обади съпругата му Нора.

* Много ме заболя - оплака се тя. - Вместо да каже „Пази се, обичам те" или нещо за децата, той ми заяви, че трябвало да изпълнявам сексуалните му фантазии, и хлопна вратата. - Сподели ми, че изгледала въпросния запис, както и още няколко такива, които открила в бюрото му. - Мръсницата пъхаше разни предмети в ануса си! - възкликна Нора, крайно скандализирана. - Дори ме е срам да опиша още какво видях в тези записи, толкова е отвратително!

В крайна сметка Оскар се върна у дома и Нора го прие, но не му позволи да спи при нея в спалнята. Въпреки това изглеждаше готова да положи усилия за разрешаването на проблемите със съпруга си. Оскар обаче все още не беше решил при коя от двете жени да остане. Може би беше странно, че именно той, а не съпругата му, се двоумеше дали да сложи край на брака си, но аз подозирах, че това до голяма степен се дължеше на усещането му за безсилие у дома. В една от индивидуалните сесии Оскар ми беше споделил, че Нора има по-добро образование от него, а семейството ѝ е доста заможно.

* Не мога да я респектирам с обществено положение или пари - оплака ми се той. - И това ме потиска.

На следващата групова сесия повдигнах именно тази тема:

* Оскар, предния път ти каза, че що се отнася до секса, Шели е готова да направи за теб всичко и че ако Нора желае да се върнеш при нея, ще трябва да изпълнява сексуалните ти фантазии. Защо е толкова важно жената да прави за теб всичко в сексуално отношение?
* Защото желае да има власт - намеси се Бъди, преди Оскар да успее да отговори, - да упражнява абсолютен сексуален контрол върху нея.

Останалите закимаха в съгласие.

* Какво мислиш за това? - попитах Оскар.
* Какво има да мисля? Точно така си е.
* Ръководиш цяла компания - отбеляза Джон. - Не ти ли стига тази власт?
* Не е същото - отвърна Оскар.
* Същото като какво? Като да упражняващ власт в секса ли? - не се предаде Джон.
* Мисля, че властта променя хората. Мен тя направи още по-алчен за влияние - призна Оскар.
* Това е истина - включи се Бъди. - Опияняваш се и искаш все повече. Губиш мярката.
* Имало ли е моменти в живота ти, когато си се чувствал безсилен? - попита Джон и ме погледна, очаквайки одобрение. Оскар се замисли. Джон нетърпеливо понечи да продължи: - Смятам, че ти...

Аз вдигнах ръка и го накарах да замълчи.

Джон и Бъди, и двамата самоуверени мъже, обикновено си съперничеха за лидерството в групата и за моето внимание. Държаха се като прилежни студенти и дори се стараеха да ми подражават във формулирането на въпросите си. Често улучваха правилните термини, но това не беше доказателство за личностно израстване. Склонността на Джон към съперничество с другите мъже беше доста изявена, а Бъди не му отстъпваше. Ако не внимавах, нещата между тях можеха да излязат извън контрол. Замислих се дали да не ги извикам отвън в чакалнята, за да поговоря с тях, но Джон беше на прав път и не ми се искаше да прекъсвам разговора.

* Остави Оскар да помисли - помолих Джон.

Джон се намуси - не обичаше да го заставят да мълчи.

След малко Оскар с напрегнат и пресекващ от емоция глас прошепна:

* В продължение на години бях сексуално малтретиран от по-големия си брат. - Той обходи с поглед останалите, но никой от тях не бе подготвен за тази изненада. - Не можех да кажа за това на майка си, защото тя обичаше него повече.

Никой от членовете на групата, а и аз самата, не знаеше как да реагира. Настана неловко мълчание.

- Момчета, ужасно мълчаливи сте... - не издържах

накрая. На членовете на групата често им беше трудно да проявят емпатия, както впрочем е характерно за повечето мъже, но сега, когато Оскар бе поел риска да се разкрие пред тях, беше от решаваща важност да изразят съпричастност. Оскар чакаше. Изглеждаше крайно смутен. Смутена бях и аз. А също и леко разгневена заради това, че никой не казваше нищо.

Най-сетне мълчанието наруши Бъди:

* Не знам какво да кажа - рече той, сякаш се оправдаваше.
* Леле! Благодаря ти, че сподели с нас това, Оскар! - обади се Антоан. През цялото време той ми изглеждаше твърде разсеян, но очевидно бе слушал внимателно.
* Това е ужасно, човече! - възкликна Джон.
* Аз също искам да ти благодаря, че сподели с нас. Какво те подтикна да го направиш точно сега? - попитах аз.
* Мисля, че той ме е контролирал сексуално години наред - отвърна Оскар. - Сега съм опиянен от факта, че сам мога да упражнявам контрол върху някого. Известно време властта във връзката ми с Шели сякаш беше изцяло в мен, но сега това не е така, защото съм хлътнал по нея.
* А чувствал ли си, че имащ власт в присъствието на съпругата си? - попита Бъди.
* Не.
* Мога да те разбера - отвърна Бъди с кисела усмивка.
* Жена ми взима всичките решения у дома - обясни Оскар. - Знам, че е така, защото почти през цялото време отсъствам от къщи, но там се чувствам безполезен. За нея съм просто ходеща чекова книжка. Никак не се чувствам оценен.

Чувах това оплакване толкова често, че ми се щеше да можех да разпратя съобщение до всички жени: „Внимание: изключително важно е мъжът да се чувства оценен!".

* Значи, когато някой друг те контролира, те обзема гняв - резюмира Антоан.
* Което е съвсем логично, предвид сексуалното малтретиране в миналото ти - допълних аз.
* Предпочитам жената да е бедна и да ми е признателна за онова, което ѝ давам - каза Оскар.
* Защото това те кара да се чувстваш силен - каза Бъди, който, струваше ми се, се идентифицираше с Оскар.
* Така е. И да ти кажа честно, пристрастен съм към това чувство, приятелю.

Мъжете с желание за власт често създават небалансирани отношения с другия пол. Те биват привличани както от жени с по-нисък статус от техния (разбира се, според субективните им възприятия), така и от жени с по-висок. Шели бе проявила брилянтна находчивост. Тя бе съзряла потребността на Оскар от власт и се бе възползвала от нея. Беше приела ролята на негова сексуална робиня, позволявайки му да задоволява на воля тази своя потребност. Беше стигнала до самоунижение. В замяна на това Оскар я обезпечаваше финансово. Но в крайна сметка тя го беше притиснала да напусне съпругата си и да се ожени за нея. Оскар ѝ бе дал да разбере, че няма да се разведе с Нора, но Шели продължаваше да настоява. И за да увеличи натиска, често му се обаждаше в офиса, за да го уведоми, че вечерта ще излезе да се позабавлява с приятелки - докато той е у дома със семейството си. После, по някое време през нощта, му изпращаше текстови съобщения, за да му каже колко ѝ е хубаво и как той ѝ липсва. Без да го заплашва директно, Шели изкусно внушаваше на Оскар мисълта, че красивата жена, която изпълняваше всичките му сексуални фантазии, беше на практика неангажирана и можеше във всеки момент да реши да изпълнява нечии други сексуални фантазии.

Именно тази индиректна заплаха безпокоеше Оскар. Шели манипулираше чувството му за контрол над нея. Той беше в еуфория във всеки ден, когато знаеше, че го е предпочела пред всички останали ухажори - макар те да бяха само илюзия, преднамерено поддържана от нея. Вечерите Оскар не спираше да мисли какво ли прави Шели. Тя го беше обсебила изцяло.

В интерес на истината много е лесно да обсебиш мислите на някой мъж. Нужно е просто да погалиш егото му, след което той става податлив на манипулации. Обяснението за това се крие в един от основните принципи в бихейвиоризма - положителното подкрепление. Поведението може да се съобразява с предсказуеми, дори планувани награди, наречени подкрепления. Например знаете, че в петък получавате заплата или че на Свети Валентин има шанс да правите секс, затова се държите по определен начин - ходите на работа през цялата седмица или прибирайки се у дома на 14 февруари, носите кутия шоколадови бонбони с форма на сърце. Да, истина е, че по този начин се отнема голяма част от вълнението.

Несистемните подкрепления могат да оказват много по-мощен ефект. Те са непредсказуеми, тоест не сте в състояние да предвидите кога ще си получите наградата за определено поведение. В този случай експерименталните плъхове натискат лостчета като обезумели, с надеждата, че някое от натисканията ще им донесе желаното лакомство. Що се отнася до хората, несистемното подкрепление може да се оприличи на ротативка, като тези в игралните зали в Лас Вегас. Дали знаеше за този принцип, или го беше налучкала, Шели се възползваше от него отлично. През определени интервали тя даваше на Оскар малки награди, а междувременно той беше в състояние на трескаво очакване. Да, именно това състояние той приемаше за страст!

* Чувствал ли си някога страст към съпругата си? - попита Бъди.
* Да, дълго време изпитвах страст към нея. Обичах силния ѝ характер, докато постепенно не започна да доминира във взаимоотношенията ни.
* Чувстваш силен гняв към съпругата си - включих се аз. - Питам се дали той няма нещо общо с гнева, който храниш към брат си и към майка си за това, че го фаворизира?
* Да не би да искаш да кажеш, че си го изкарвам на жена ми? - попита ме Оскар.
* Възможно е - отговорих - силният гняв, излизайки на повърхността, да е засенчил любовта ти към нея. Вероятно любовта все още съществува, но просто не си способен да я почувстваш заради гнева. Всъщност гневът дори е знак, че любовта ти е още жива.
* Когато любовта изчезне, то е завинаги - намеси се Андрю. - Затова напуснах жена си и не съжалявам за това решение. Оттогава се чувствам много добре.
* Затова ли сега си на терапия? - контрира го Оскар. - Сам си от десет години. Каква е причината?

Андрю имаше готов отговор за този въпрос, който му беше станал втора природа.

* Просто досега още не съм усетил с някоя жена онази особена връзка - знаете, в която има химия, магия...

Андрю винаги се държеше като външен за групата човек; поставяше стола си малко встрани от другите, почти никога не взимаше участие в непринудените разговори преди и след сесиите, не говореше много, дори когато се обръщаха към него за помощ, а когато решеше да сподели мнението си, правеше го някак надменно.

По време на индивидуалните сесии не беше по-леко да се разговаря с него. Изчакваше ме да изложа своята интерпретация, след което обявяваше, че е грешна или правилна. Поведението му беше лишено от емоции, с изключение на потискания гняв, който от време на време изплуваше на повърхността. Самият той признаваше, че рядко изпитва някакви емоции и че пие, за да „подсили" емоциите си, защото „животът прилича на гола пустиня, ако не пиеш добро уиски или не си с добра жена". Андрю ненавиждаше баналностите на ежедневието и гледаше на мен като на чаша уиски - с очакване за вълнение.

* Непрекъснато излизам с жени. Когато ми дотегнат, разкарвам ги. Просто не съм срещнал такава, която да е достойна да остана с нея - отвърна той на Оскар с тон, който подсказваше, че не желае повече да обсъжда тази тема.
* А може би ти си недостойният - предизвика го Оскар.

Тъкмо възнамерявах да се намеся, но Антоан ме изпревари:

* Ако желаеш да почувстваш любовта, трябва да си готов да обикнеш някого, човече. Знам това, тъй като моят проблем е, че съм твърде влюбчив. Чувствата ми са твърде силни, влюбвам се така дълбоко, че не съм способен да превъзмогна раздялата с никоя жена. Все още обичам всичките си любими. - Андрю стисна зъби и поклати глава. - Андрю, тук в групата, ти не полагаш усилие да ни опознаеш - продължи Антоан - и допускам, че по същия начин се държиш и с жените. Трябва да навлезеш в живота, човече. Трябва да се отвориш за жените, да започнеш да виждаш красотата им, да откриваш поезията в любовта. Всеки човек е интересен и достоен за любов
* В това число и ти.

За моя изненада Андрю не се зае да опровергава Антоан.

* Смятах, че животът ми е добър - каза той, свивайки рамене. - Никога не съм предполагал, че ще се почувствам така празен.
* Обичам жените твърде много - каза Антоан. - Във фантазиите ми присъстват всичките. Омагьосан съм от лицата им, от прекрасните им тела, копнея да ме докосват. Пристрастен съм към любовта. Когато съм сам, съм неспособен да спя, не мога да пиша музика без муза. Без любов блокирам. Когато ме напусне жена, ми се иска да умра... Но сега разбирам, че просто не обичам достатъчно себе си - завърши той.
* Аз също искам да изпитвам това еуфорично чувство - каза Андрю. - Знам, че съм способен, защото съм го изпитвал преди.
* Андрю иска да е в еуфория - обърнах се аз към групата. - Това ли е любовта?

Всъщност именно това желаеше да узнае всеки от мъжете, седнали в полукръг около мен. Всички те изпитваха силни чувства, но бяха ли тези чувства любов? Или бяха обсесия, проявление на егоизма, коктейл от хормони? И можеше ли някое от тези чувства да бъде основа за трайна връзка?

* Антоан каза нещо, което засяга всички тук - продължих. - Помислете си какво всеки от вас пропуска да осигури на самия себе си?
* Имам идея - каза Антоан. - Съгласни ли сте да повторим груповата медитация, която проведохме преди няколко сесии?

Никой не се възпротиви. Всички затвориха очи и аз започнах да им давам указания как да изпълняват практиката за култивиране на любяща доброта. Често използвам тази техника. Отстрани може да изглежда малко несериозно, но за мен няма значение, защото е ефективна. Този път видях как по бузите на Оскар и Андрю потекоха сълзи.

\*\*\*

Със Стийв се срещнахме в кафене в Уест Вилидж. Закъснях с няколко минути, но и той още не беше дошъл, така че седнах на една маса в дъното на помещението, поръчах си капучино и заразлиствах „Ню Йорк Таймс".

След известно време с широка усмивка на лицето се появи и Стийв. С изключение на няколкото килограма, които бе сложил, си беше същият като преди. Тъй като не познаваше Манхатън, бил се изгубил в метрото. Беше възбуден и същевременно леко нервен. Не си поръча кафе, премина направо към същината.

* Няма да те занимавам с празни приказки. Все още съм женен и наскоро признах на жена си за всичките си извънбрачни връзки и ѝ казах, че не съм щастлив с нея,

тъй като между нас вече няма любов. Тя настоява да останем заедно и да се опитаме да съживим чувствата си един към друг. Съгласих се, но определих срок от десет месеца, до следващата ни годишнина от сватбата. Ако дотогава не се влюбя отново в нея, ще подам молба за развод... И така, Бренди - продължи той, след като си пое въздух, - желанието ми е да узная само едно, преди да дам всичко от себе си, за да спася брака си... Да кажем, че съм постигнал всичко, за което някога съм мечтал: успех в бизнеса, възможност да пътувам по света, стотици красиви жени са минали през леглото ми. С никоя друга не съм изпитвал вълнението и възбудата, които изпитвах с теб. От години всекидневно мисля за теб. Трябва да знам - но, моля те, не ме лъжи, защото това е много важно за мен - ти чувстваше ли се по същия начин, докато беше с мен?

* Какво? - Не знаех как да реагирам.

Мълчанието ми предизвика неудобство у Стийв и той продължи:

* Преживял съм толкова много, че нищо като че ли не е способно да ме очарова вече. Ти си най-ослепителната жена, която съм срещал. Светът ми се струва така светъл, когато съм с теб.

По инстинкт прибягнах до професионалната си роля.

* Искаш отново да се почувстваш жив.
* Да! Искам отново да изпитам онази еуфория. Тя е истинска магия - прави света цветен и ярък!

Стийв бе готов да напусне съпругата си, за да търси това еуфорично чувство. Но се страхуваше, че дори да го открие, то щеше да е мимолетно. Затова не беше убеден, че си заслужаваше да загърби всичко, което бе постигнал до този момент. Ето защо искаше да знае дали и аз се бях чувствала като него. Но единствената мисъл, която кръжеше в този момент в съзнанието ми, беше: Това ли е според него любовта?

Това ли търсят мъжете? Това ли търсим всички хора? Разбирах този стремеж. Еуфорията беше темата, която най-много интересуваше мъжете в моята група. Тя интересуваше и мен, тъй като по това време размишлявах много за отношенията ни с Рами. Очите ми бяха започнали да се отварят за истината.

Еуфорията е нещо прекрасно. Всички трябва да ѝ се наслаждаваме, когато я има. Но подобно на моите пациенти и на самата мен, Стийв искаше да изпитва това върхово преживяване през цялото време. А това категорично не бе реалистично очакване по отношение на интимните взаимоотношения. Той очевидно бъркаше възбудата и страстта. Не бе способен да понася своето състояние. И проектираше върху мен своите фантазии относно това какво би трябвало да представлява любовта. Съжалявах го. Стийв беше крайно объркан и тъпчеше на едно и също място от времето, когато се бяхме срещнали за последно. Освен че не изпитвах никакъв интерес към Стийв, аз нямах желание да отделям от времето си на един емоционален вампир, който възнамеряваше да се храни с моята жизнена енергия.

На Стийв му стана ясно, че не ме е трогнал, защото се впусна да разказва как предложил брак на съпругата си, понеже тя била най-красивата жена, която бил виждал. Но скоро осъзнал, че тя не е достойна за него, и спрял да се радва на присъствието ѝ. Но било късно за раздяла, защото вече имали деца и щял да чувства вина, ако ги напусне. Почувствал се като хванат в капан. И за да компенсира, започнал да преследва други жени, но така и не се научил да постига желаното състояние.

Каза, че аз притежавам всичко, което търсел в една жена; страст към живота, умение да цени малките неща и да вижда приключението дори в ежедневните събития, любознателен ум и желание за общуване. Проблемът беше, че търсеше тези неща в мен, а не можеше да осъзнае, че щастието произтича от ангажираността със собствения живот.

* Разбира се, ти чувстваш дълбока връзка с мен - казах му. - Умението да изграждам подобна връзка съм го развила целенасочено и с него си изкарвам прехраната. Може би е добре и ти да поработиш върху него и да започнеш да го прилагаш в отношенията с жена си, вместо да изискваш от нея да те вълнува.
* Опитваш се да анализираш поведението ми, сякаш съм един от твоите пациенти - отвърна той. - Слушай, просто ми кажи дали и ти си се чувствала като мен, или съм се заблуждавал през всичките тези години.
* Никога не съм се чувствала по този начин. Дори не съм се сещала за теб впоследствие - отговорих с неудобство.
* Благодаря ти за откровеността. Наистина ми помогна. Благодаря ти!

Стийв напусна заведението, привидно доволен от отговора ми. Никога повече не ме потърси.

## **ИЗ ТЕРАПЕВТИЧНИЯ МИ БЕЛЕЖНИК**

*Какво желаят мъжете. Два разговора с Майкъл.*

Често мъжете са убедени, че знаят точно какви са желанията им. Много от тях се тръшват на кушетката ми, вирват глава и без никакво колебание заявяват: „Искам необременяващ секс" или „Искам страст". Един господин формулира желанието си по следния начин: „Харесвам голи жени, това е", сякаш искаше да ми каже: „Докторке, докторке, прекаляваш с анализите".

Във всеки случай безмилостното изследване, на което подлагам техните простички декларации, неизменно разкрива една доста по-сложна истина.

Забавен пример за последното е Майкъл. Неженен мъж, родом от Оклахома, жизнен и решителен, той обичаше да се смее на чудатите ми анализи и да ме предизвиква с изказвания, които съдържаха проста и трудно оборима логика. Веднъж той ме попита със симпатичния си южняшки акцент:

* Мастурбирам всеки ден и въпреки това изпитвам нужда от секс. Проблем ли е това?

После едва забележимо се усмихна, сякаш отправяйки предизвикателство към моята сериозност. Вместо да анализирам желанието му да пуска шеги, аз действително реших да приема въпроса му сериозно. Ето разговора, който последва:

**Аз:** Как разбираш, че имаш „нужда" от секс?

**Майкъл** (усмихвайки се): Как така как разбирам? Просто усещам.

**Аз**: Какво чувстваш в тези моменти?

**Майкъл:** Безпокоя се и си мисля разни неща за всяка жена, която мине покрай мен.

**Аз:** По-добре ли се чувстваш, след като мастурбираш?

**Майкъл:** Не. Може би не мастурбирам достатъчно или пък съм някакъв сексманиак. Как да разбера дали мастурбирам прекалено?

**Аз**: Не мога да ти кажа точна цифра, Майкъл, но ако мастурбираш всеки ден и това не ти е достатъчно, не мисля, че учестяването е решение. Може би ти е потребно нещо друго. Искам да ти помогна да осъзнаеш в по-голяма степен сексуалната си мотивация. Кажи ми, какво желаеш истински?

**Майкъл:** Бога ми, не знам! Когато покрай мен мине някоя жена, всичко, което си мисля, е как ли изглежда без дрехи.

**Аз:** Добре, но ти се безпокоиш. Да се опитаме да разберем защо би могло да е така. Според мен сексуалната енергия сама по себе си предизвиква приятни усещания. Тя е важен източник на жизненост, при наличието ѝ сетивата ни са изострени и се чувстваме бодри и оживени. А ти не се чувстваш така, ти си фрустриран. Защо?

**Майкъл:** Защото не съм правил секс от четири месеца.

**Аз**: Но нали се задоволяваш всеки ден?

**Майкъл:** Не и с жена от плът и кръв.

**Аз:** Какво точно би ти дала жена от плът и кръв?

**Майкъл:** Допир, нежност... С нея бих флиртувал, бих разговарял...

**Аз:** Значи си самотен?

**Майкъл:** Да, така е. Но май никога не съм признавал това пред себе си.

**Аз:** Ти си самотен. Какви чувства поражда у теб това признание?

**Майкъл:** Тъга.

**Аз**: Защо?

**Майкъл:** Защото съм неудачник.

**Аз:** Желанието ти да имаш близки емоционални отношения с жена се проявява като сексуална възбуда, тъй като пренебрегващ собствените си чувства. Мисля, че заменящ един мотив с друг.

Както при много други мои пациенти, оказа се, че в крайна сметка Майкъл не знае какво точно желае. Той не осъзнаваше самотата си, а тялото му преживяваше това състояние като неутолима сексуална възбуда - пример за физическа сублимация. Затова се опитах да му помогна да осъзнае същинската природа на своите желания. Оказа се, че в онова, което Майкъл смяташе, че желае, бяха вплетени цял сноп емоционални копнежи.

Често събитията във вътрешния живот на пациента се разбиват по описания начин. Първо има период на интензивни емоции, предизвикани от раздяла, смяна на местожителството, загуба на обичан човек. В един момент обаче пациентът бива обзет от прилив на енергия и не след дълго се отдава на страстен секс или се влюбва безнадеждно. Проблемът, с който се сблъсквам в терапията с тези хора, е, че аз, за разлика от тях, съм наясно, че любовта и сексуалната им страст не са истински.

Психиката разполага с множество любопитни механизми за контрол на емоционалната болка: обезчувствяване, дисоциация, проекция и пр. Механизмът, който разглеждаме сега, е основан на сексуализирането. Ефектът от него е подобен на този при приемане на хапче екстази - вече не си потиснат и тревожен, а ти се иска да прегърнеш всеки, когото срещнеш. Но така не успокояваш чувствата си, а само ги приспиваш. Опитвам се да уча пациентите си да осъзнават своите най-дълбоки мотивации и емоции. Това много често им действа като обливане със студена вода.

Признаци за наличие на проблем при Майкъл бяха неговото безпокойство и спешната необходимост от секс. Но той нямаше да е способен да открие онова, което търсеше, докато продължаваше да вярва в химерите на своето несъзнавано. Майкъл, както стана ясно, не осъзнаваше, че е самотен. А както ще се убедите малко по-нататък, под самотата му се криеше още нещо.

Този пример подчертава важността на сексуалната осъзнатост. Сексуалните фантазии и дори физическата възбуда често прикриват някакъв друг копнеж, различен по съдържанието си от желанието за секс. Но каква е целта на неговото сублимиране? Защо човек не осъзнава какво желае, за да направи необходимото и да го постигне? Какъв е смисълът да се лута из всичките тези сложни емоционални лабиринти?

Следващият диалог съдържа възможно обяснение.

**Майкъл:** Искам просто да правя секс. В момента не съм заинтересуван от обвързване с жена. Да се срещам с проститутки ми се струва по-практично. Те удовлетворяват желанията ми, аз им плащам и повече не съм им задължен с нищо. Единствено ми се щеше сексът да е безплатен. Защо трябва да плащам? Защо изобщо е толкова трудно да вкараш една жена в леглото си? Ако почувствам, че ми се прави секс, трябва да мога просто да поканя някоя жена да правим секс. Защо сексът трябва винаги да е съпроводен с обвързване? Защо трябва винаги да има чувства? На жените не им ли се иска да правят просто секс?

**Аз:** Пробвал ли си да поискаш секс от някоя жена?

**Майкъл:** Не, ще ми струва много усилия. Трудно ми е да заговарям жени. Освен това не мога да разчитам сигналите им. Предпочитам изобщо да не се занимавам с това. Много по-лесно е да се обадя на проститутка.

**Аз:** Изглежда, сегашното ти положение те задоволява.

**Майкъл:** С тази уговорка, че ми е трудно да си намирам проститутки, които харесвам и са готови да правят онова, което желая.

**Аз:** А ти какво желаеш?

**Майкъл** (известно време мълчи, подмества се на кушетката, а в погледа му се чете неудобство): Ха-ха! Ама никак не си поплюваш, бива те да задаваш директни въпроси!

**Аз:** Някакъв по-особен сексуален акт ли искаш да изпълнявате? Може би искаш от тях да изпълняват някаква роля?

**Майкъл**: И двете. Искам да правят неща, които те обикновено ми отказват, тъй като са в разрез с правилата им.

**Аз:** Например?

**Майкъл** (колебае се): Да ме целуват, да ме галят... Сещаш се, да се държат като нормални жени.

**Аз:** Тоест да се държат така, все едно са с теб, защото сами го желаят?

(Бях чувала това желание неведнъж.)

**Майкъл:** Точно така. Искам и те да го желаят. Да показват, че и те имат нужда от секс.

**Аз:** Значи въпросът не е да получиш оргазъм.

**Майкъл:** Да.

**Аз:** Имаш нужда от докосване, човешки контакт, малко нежност. Не е само сексуалното желание...

**Майкъл**: Самотен съм, но не търся любов.

**Аз**: Преди време ми сподели, че приятел ти е предложил да си намериш съпруга в интернет, има такива сайтове. Мисля, че това е нелошо решение.

**Майкъл:** Какво? Но защо?

**Аз:** Практично е. Ще избегнеш заговарянето на жени, ухажването. Нали това ти е трудно?

**Майкъл:** Но какво ще си помислят за мен хората? Отстрани ще изглежда така, сякаш съм си купил жена.

**Аз:** Какво значение има, просто такъв е твоят избор. Това е бърз и ефикасен начин да решиш дилемата си. Тази жена ще е винаги на твое разположение, няма да се налага да търсиш друга, когато пожелаеш секс, а твърде възможно е тя да се съгласи да изпълнява желанията ти.

**Майкъл:** По-добре ще е и за нея да ги изпълнява. Би било хубаво да си имам красива жена, която винаги да ми е на разположение. Хм... Но, не. Като се замисля, това едва ли е възможно. Ами ако аз не искам да съм постоянно с нея? Ако нямаме допирни точки помежду си? Тя може дори да не говори английски.

**Аз:** Ако не говори английски, още по-добре за теб.

**Майкъл:** Започващ да ме нервираш! Искам да си намеря жена, с която да съм щастлив. Искам да имам стабилна връзка! Защо не ме научиш как да се справям със страха си от жените? Що за откачени съвети ми даваш? На ръба съм да си тръгна.

**Аз:** Защо съветите ми да са откачени? Те са основани на логиката. Какво не ти харесва в тях?

**Майкъл:** Защо да си купувам жена? Искаш да кажеш, че не мога сам да си намеря жена. (Гледа встрани.)

**Аз:** Това не го казвам аз, а ти.

**Майкъл** (прави пауза, после се усмихва): Реверсивна психология?

**Аз:** Да.

**Майкъл**: Мразя те.

**Аз:** Хайде, Майкъл, ти си чаровник. Знаеш, че можеш да си намериш жена. Знаеш ли го?

Желанията и фантазиите на Майкъл ми разкриха не само неговата тревожност по отношение на жените, но и желанието тази тревожност да бъде избегната по някакъв начин. Развивайки докрай фантазията си, той съзря несъстоятелността ѝ. Оказа се, че той желаеше да се обвърже, въпреки всичките уверения в противното.

Пречката пред Майкъл беше неговата социална непохватност в женско присъствие, страхът от жените. Той прибягваше до платен секс, за да не подлага на изпитание егото си. И оправданието за това решение звучеше логично. Да, мъжете може да желаят просто секс, както твърдеше той, но това никога и при никого не е единственият мотив.

Причината много от пациентите ми да не осъзнават истинските си желания е, че не обръщат внимание на реалното съдържание на копнежите си. Обзети от непреодолимото желание да получат нещо, те, без да се замислят, преминават към действие. Моята цел е да ги насърча да не бързат да задоволяват сексуалните си импулси, а първо да си задават следния въпрос; „Какво в действителност желая?".

## **МЪЖКАТА ТЕРАПЕВТИЧНА ГРУПА. ГНЯВ.**

Жените са кучки - отсече Уил, новият член на групата. За него това беше неоспорим факт, самата реалност, а не израз на определен афект. Обходих с поглед останалите мъже, очаквайки реакция към провокативното изказване. Никой не каза и дума. Питах се дали всичките те не поддържаха в една или друга степен същото убеждение. Честно казано, мълчанието им ме тревожеше. Това убеждение не можеше да се подмине с лека ръка, тъй като беше причина за ред проблеми в интимните взаимоотношения.

Надявах се мълчанието да се дължи на социалната динамика в групата. Уил демонстрираше агресивно поведение на алфа-мъжкар и другите се стараеха да не го предизвикват, както обикновено се предизвикваха един друг. В крайна сметка аз изразих своята реакция към думите на Уил:

* Твоето изказване по адрес на жените е твърде едностранчиво, Уил. Познавам те като интелигентен мъж и съм убедена, че си даваш сметка колко сложен е всеки човек. Защо твърдиш, че жените са единствено злонравни?
* Жените притежават цялата власт и отлично го осъзнават - отвърна той, взрян в някаква точка от стената, сякаш изпаднал в транс. - Те ни манипулират, контролират и съблазняват.
* Какво чувстваш, когато жена се опита да те съблазни?
* Жената, за която става въпрос, започна да ми разказва някаква печална история от своя живот. Държеше се така, сякаш очакваше съвет от мен, но и преди съм я виждал да играе този театър, така че налапах кукичката!
* Това си си помислил. Но какво почувства, докато тя ти говореше?
* Почувствах се уязвим. Не искам да ѝ позволявам да ме контролира.
* От какво те е страх, човече? - попита го Антоан.
* От влюбване - отговори Уил, сякаш горд, че разбира себе си.

От индивидуалните сесии с Уил знаех, че той свързваше любовта с унижението и отхвърлянето заради ранни травматични преживявания. Компенсираше това, като унижаваше сексуално жени.

В индивидуалните сесии с Уил се борех с един сериозен проблем. Отегчението. Случваше ми се и с други пациенти. След като изиграех началното танго с някого, след като преминеше вълнението от новата среща и научех за сексуалните му тайни и проблемите във връзката му, аз често губех интерес. Дори да бях в много важен етап от работата си с него и тухла по тухла да изграждах самоуважението му, случваше се внезапно да спра да чувствам каквото и да било удовлетворение, а единствено раздразнение.

Един ден след сесия с Уил се прибрах у дома и се обадих на майка ми.

* Психотерапията е пълна скука - заявих ѝ. - Тези мъже ме отегчават до смърт! По-забавно ми беше да работя като сервитьорка. Може би трябва да се захвана с нещо друго.
* Бренди! - каза ми тя с твърд майчински тон, но усещах, че едва сдържа смеха си.

Тук ще направя малко отклонение, за да ви представя накратко майка си. Тя е красива жена от типа на Елизабет Тейлър, с бляскава черна коса, големи сини очи, бяла кожа и удивителната способност да излъчва любов. Духовна жена, която всеотдайно раздава любовта си на всички - били те душевноболни или бедни, - дори на мен, макар да не заслужавам. Притежава онази сияйност, присъща на хората, посветили живота си на духовното - сякаш винаги е обгърната от силово поле от доброта. За да придобиете най-точна представа що за човек е майка ми, ще ви разкажа следния пример. Веднъж из квартала ѝ вилнеел изнасилвач. Чукал по вратите на хорските домове и отворела ли му жена, изнасилвал я. Почукал и на вратата на майка ми, а тя, без да има представа кой може да е той, отворила и го поканила да влезе. Заговорили се и не след дълго той плачел и я молел да му помогне. После го завела на църква. У мен винаги напира смях при мисълта, че клетият изнасилвач просто не е подозирал в какво ще се забърка, почуквайки на нашата врата.

Ето защо беше логично да очаквам от майка ми да се застъпи за пациентите ми.

* Трябва да подхождаш към тях със състрадание - каза ми поучително тя. - Не се обезсърчавай. Бъди за тях като светлина в мрака.
* Да, знам, че от мен се очаква да съм състрадателна - отвърнах поуспокоена от гласа ѝ. - Но мисля, че нещо не е наред с мен. Наистина ли трябва да изпитвам състрадание към тях през цялото време?

Приемах това по-скоро като някакъв духовен идеал, не за нещо обичайно. Та кой беше в състояние да изпитва състрадание към всички и през цялото време? Знаех, че бях най-полезна за пациентите си, когато изпитвах състрадание към тях, но истината е, че невинаги бе така.

Бях се научила как да се държа така, все едно изпитвам състрадание, но уверявам ви, пациентите винаги долавят неискреността. Симулираното състрадание е като механичния секс; двамата партньори изпълняват всичките необходими движения, но не чувстват нищо. Истината се долавя интуитивно.

Ако пациентите не чувстваха искрена връзка с мен, своя душеприказчик, с кого тогава можеха да изпитат това? И какъв секс правеха тези мъже, щом не притежаваха способността да се сближат с жената?

Непрестанно опитвах да доловя в себе си състрадание към Уил, но чак когато той изрече пред групата своето обвинение към жените, в което пролича ирационалният му страх от тях, аз най-сетне го почувствах. Много дълго Уил не ми беше давал нищо, за което да се заловя. Но зад гнева в искрения отговор на въпроса на Антоан аз съзрях неговото страдание. На моменти по време на индивидуалните сесии с него аз имах чувството, че седя срещу сух дънер, робот или някакво препарирано същество с безизразно лице, след което си тръгвах от кабинета изтощена и обезсърчена, съмнявайки се в смисъла на всичките ми усилия. Но сега си давах сметка, че тази група мъже отчаяно се нуждаеха от мен. Моята задача бе да ги избавя от болката. Но за да мога да се погрижа за тях, те първо трябваше да осъзнаят истинските си чувства и да ги споделят.

За тази цел те трябваше да ми позволят да погледна под повърхността на тяхното поведение - включително в сексуален аспект. За да има страст в секса, в него трябва да участва не само тялото, но и Аз-ът. Ако проблемите им се дължаха на неспособност да формират истинска връзка с другите в различните области от живота си, решението беше да им покажа как да изградят връзка с мен и останалите членове на групата. Това беше възможно само ако повярваха, че са стойностни хора, с които аз се опитвам да изградя съдържателни взаимоотношения. Трябваше да ги убедя, че сексът, подобно на всички човешки отношения, изградени на основата на взаимна загриженост, също е нещо значимо.

И така, вместо да се предавам на отегчението, аз си поставих за задача да ги измъкна от черупките им и да им помогна да бъдат автентични. Реших, че начинът да постигна това е, като започна да ги ценя като личности, дори да притежаваха качества, които силно ме отблъскваха. Реших да поведа тези мъже на пътешествие из собствените им души и тела, да изследвам заедно с тях мрачните недра на психиката им и да облъхна тези места с топлота, грижа и състрадание. Щях да търся и най-малките признаци на живот и да насочвам вниманието си към тях.

\*\*\*

* Сънувах, че удрям майка ми в лицето, много пъти - неочаквано каза Антоан.

Подобни проявления на дълбок и примитивен гняв бяха нетипични за Антоан. Всички в групата изглеждаха стъписани, както впрочем и аз, но по различна причина. Другите мъже не знаеха, че Антоан ми се беше разгневил по-рано същата седмица, по време на индивидуалната ни сесия. Спомних си как беше скочил на крака и бе започнал да обикаля из кабинета, клатейки разочаровано глава.

* Какво е това изражение? - попитах го тогава.
* Какво ми е на изражението? - отвърна той.
* Не знам, Антоан. Странно е.
* Бесен съм ти.

Придавам голяма важност на моментите, когато пациентът насочва гнева си към мен. Тогава той ми „поднася на тепсия" суровия материал на чувствата си, предоставяйки ми чудесна възможност да му помогна да осъществи промяна в себе си - разбира се, ако не ми попречи собствената ми реакция към проявения към мен гняв. И действително в онзи момент аз почувствах отбранителност, която трябваше да преодолея, ако желаех да променя нагласата му към женския пол.

* Какво направих?
* Излъга доверието ми. Вече няма да съм способен да се разкрия пред теб.
* Как излъгах доверието ти, Антоан? - Бях наистина в неведение.
* Каза на другите от групата, че страдам от преждевременна еякулация. Не исках да знаят за това. Наруши правото ми на поверителност.

Не си спомнях да съм правила подобно нещо. Никога не си бях позволявала да разкрия пред групата нещо, което самият той не бе пожелал да се знае.

Проблемът с еякулацията при Антоан беше действително сериозен. В случаи на преждевременна еякулация стандартното упражнение е пациентът да мастурбира, докато наближи моментът на свършване, след което да забави, да спре и да остави члена си да спадне малко, а после да продължи. Тази процедура увеличава издръжливостта. Тя обаче не помогна на Антоан. Той беше способен да издържи само около минута, затова, макар само на двайсет и пет години, той вече взимаше виагра, за да е в състояние да прави секс по-дълго време. Но ужасно се срамуваше от това. Заедно бяхме установили, че имаше навика да се храни, пие, шофира - и съответно да еякулира - набързо, без да умее да се наслаждава на тези преживявания. И бяхме открили корена на тази склонност в детството му, прекарано по опасните улици на Париж, когато нито за миг не е бил сигурен дали ще може да си набави нужното за своето оцеляване. Затова се беше научил да консумира всичко бързо и лакомо, обзет от постоянния страх, че няма да успее да задоволи потребностите си.

* Всъщност, Антоан, убедена съм, че ти сам сподели това преди няколко седмици - възразих аз. - Спомняш ли си онази сесия, по време на която обясняваше на другите как правиш всичко припряно?

Антоан потвърди, че си спомня, но не отстъпи от позицията си.

* Не мисля, че съм способен да продължа терапията си с теб. Ще потърся друг терапевт. Вече не ти вярвам.
* Ти не вярваш, че някога въобще можеш да имаш сигурност, Антоан. През целия си живот не си имал възможност да познаеш сигурността. В ранна възраст си останал сирак и не си имал време да си изградиш базисна сигурност. Но с мен няма от какво да се страхуваш, в безопасност си.
* Вече не се чувствам в безопасност.
* Но в действителност нищо не те заплашва. Ти просто се чувстваш разголен. Ти си разголен. В резултат на цялата работа, която свършихме с теб, аз те виждам такъв, какъвто си. Така виждам и останалите от групата. Чувството, което изпитваш, често съпътства близките отношения между хората. Понякога близостта поражда неудобство.
* Антоан все още изглеждаше неспокоен, но пролича, че думите ми са попаднали на място. - Разбирам чувствата ти, но размисли и не прекъсвай терапията си, Антоан. Искам да изтърпиш това докрай. С мен си в безопасност.

Бяхме продължили да разговаряме до края на сесията и той бе превъзмогнал кризата си. И ето че сега, на груповата сесия, той споделяше своя обезпокоителен сън. Какъв беше източникът на неговия гняв?

* Уплаших се от себе си. Бях изпаднал в ярост, исках да я унищожа. Сега се чувствам ужасно. Що за човек трябва да си, за да биеш майка си?
* Аз съм имал подобни преживявания - каза Бъди. - Майка ми ми е разказвала, че когато съм бил дете, постоянно съм ѝ бил гневен - само на нея. Спомням си, че веднъж, когато бях на шест или седем години, се нахвърлих върху нея.
* Аз дори не разговарям с майка ми - включи се Оскар.
* Не ми повярва, когато ѝ казах, че брат ми ме малтретира. Цялата си нежност отдаваше на него, а мен ме пренебрегваше. Каза ми, че просто търся внимание, и то по недостоен начин.
* Аз също изпитвам гняв към майка си - присъедини се към останалите и Андрю. - Всъщност тя е единственият човек, към когото изпитвам гняв. Да, тя ми е майка, но ме изкарва извън кожата. Понякога губя самоконтрол. Толкова е властна и контролираща. Идва ми да я удуша.
* Разбирам те - каза Оскар. - На мен понякога ми идва да направя същото с жена си.
* Не се тревожи, Антоан - каза успокояващо Джон.
* И аз по-рано фантазирах, че наранявам майка си. И досега от време на време ме спохождат подобни мисли.
* Какво според теб се крие зад тези фантазии? - попитах Джон.
* Тя беше свръхкритична към мен и все ме сравняваше с братята ми - обясни Джон. - Никога не съм се отличавал с особени постижения в училище, а всичките ми братя постъпиха в университети от Бръшляновата лига. Как подобен факт да не ми повлияе? В нейно присъствие се чувствам неудачник. А в началото смятах, че майките трябва да подкрепят самочувствието на децата си.

Мъжете от групата бяха набрали инерция, говореха един през друг, без да обмислят думите на предишния. В помещението се бе възцарила атмосфера на враждебност към майките и аз нямаше как да не се замисля върху ролята им в живота ни. Ние всички имаме високи очаквания към майките - те трябва да ни утешават, подкрепят, обичат и закрилят. И когато не оправдаят очакванията ни, у нас се надига гняв като цунами, заплашващо да помете всичко по пътя си.

* Както сами виждате, момчета, гневът е нормална реакция, когато човек не получи от обичаните хора онова, което е очаквал от тях - обобщих, след като се уверих, че всеки е изразил своето отношение по въпроса. - Проблемът е, че обичаните хора неизменно ни разочароват. И ще продължават да ни разочароват. Никой не може да задоволи потребностите ни напълно и безусловно. Кажете ми какво можете да направите по отношение на този факт?
* Аз просто спрях да разговарям с майка си - каза Андрю.
* Така постъпих и аз - добави Оскар.
* И как това ви помогна да успокоите гнева си? - попита Бъди.
* Ти не знаеш какъв човек е тя! - настръхна срещу него Оскар. - Безсмислено е да разговарям с нея. Такива хора не се променят цял живот.
* Моята майка явно е различна - каза Бъди. - Отношенията ми с нея в момента са добри. Просто я приемам такава, каквато е.
* Щом е толкова лесно, защо не опиташ да приемеш и жена си? - попита го Оскар.

Време беше да се намеся:

* Момчета, обстановката много се нажежи, разбирам гнева ви, но не се нападайте един друг. Мисля, че ако се научим да си създаваме реалистични очаквания, няма да се разочароваме. Жените не са способни да удовлетворяват изцяло потребностите ви - както и обратното, - но това не е основание да прекъсвате връзката си с тях завинаги, да ги биете или да им изневерявате. Защо не проявите малко състрадание към своите обичани жени заради трудностите, с които всекидневно се борят?
* Добра идея ли е да помолим съпругата или майка си за нещо, от което имаме нужда? - попита Джон.
* Разбира се - отговорих аз.
* А как да постъпим, когато откажат? - попита Оскар.
* Като им покажем какво е власт - отговори Бъди със смях. - Като ги вържем и принудим насила. Обзалагам се, че ще им се хареса.
* Ела тук, миличка. Ще ти покажа какво е внимание - продължи шегата Джон.
* Ей сега ще ти зачервя задника. Харесва ли ти да съм нежен? - добави Оскар.
* Аз съм на мнение, че можем сами да задоволяваме някои от потребностите си - заяви Антоан.
* Така е, аз много обичам да правя любов със себе си - подхвърли иронично Оскар.
* Аз също, по три пъти на ден - изкиска се Бъди и цялата група избухна в смях.

Нищо не бе в състояние да разсее гнева така, както добрият стар мръснишки хумор.

\*\*\*

Същата вечер, докато записвах бележките си за груповата сесия, аз осъзнах с удивление, че водейки групата, съм заобиколена от мъже, чийто детски години са причина за изключително силен гняв към техните майки, който ги беше довел почти до безумие. Замислих се за природата на техния гняв.

Рядко мъжете осъзнават, че гневът, който често ги обзема във всекидневието, се корени в детството им. Те осъзнават единствено непосредствената фрустрация на потребността си от женска любов. И фактът, че не са способни да получат онова, за което копнеят, ги хвърля в същинска ярост, защото дълбоко в себе си са убедени, че на жените не може да се има доверие. Достигнала съм до убеждението, че техният неутолим копнеж за любов е в основата на несъзнаваните им желания да убиват, обезчестяват и изтезават жените. Символично проявление на тези желания можем да видим навсякъде около себе си. Вярвам, че то е техният гневен протест срещу невъзможността да създадат автентична връзка с жената до себе си. Един от моите пациенти веднъж каза нещо много показателно: „Мразя я, защото я обичам".

Поразително е доколко способността на мъжа да обича зависи от неговата майка. Когато едно момче възприема майка си като негрижовна, дистанцирана или жестока, то може да формира изопачена, негативна нагласа към всички жени, която впоследствие да стане извор на непрестанна болка. Повечето от мъжете в групата имаха непълноценни отношения със своите майки и по различни начини наказваха за това жените, спътнички в живота си. Но не го правеха съзнателно. Когато мъжете използват думи като „кучка" и „курва" по адрес на жените, аз винаги се старая да установя причините за техните отрицателни чувства. И обикновено откривам, че те се коренят в неудовлетворения копнеж за романтична любов. Проблемът е, че отблъсквайки мъжете, жените пораждат у тях страх, който впоследствие бива проектиран върху самите тях.

Освен това съм забелязала, че когато една жена е промискуитетна или не придава на секса особен смисъл, тоест подхожда към него като към обикновено „чукане", мъжете често ѝ лепват етикета „развратница". Каква е причината за подобна враждебност от страна на пола, който възхвалява неангажиращия секс? Мисля, че нагласата на подобни жени за мъжете е свидетелство, че сексът, този интимен акт, всъщност не е нищо специално. А мъжете, макар невинаги да го осъзнават, желаят сексът да е нещо много специално. Иронията е в това, че повечето от тях са твърде боязливи, за да подхождат към секса като към нещо специално.

\*\*\*

Преди следващата групова среща проведох две сесии с Оскар и съпругата му. Той бе изразил желание тримата да обсъдим възможностите за разрешаване на проблемите им в брачните взаимоотношения. В началото жена му излагаше чувствата си спокойно и ясно, но после започна да избухва и да се нахвърля върху него с яростни нападки, че е погубил живота и младостта ѝ, както и че е ужасен баща. В един момент я помолих, докато говори, да гледа само мен, не Оскар, за да съм способна да я успокоявам. Но въпреки това тя продължи да сипе върху му обиди, най-вече относно характера му, и аз заявих, че не мога да търпя подобни изстъпления в кабинета си. Макар напълно да разбирах гнева ѝ и да си давах сметка, че той произтича от силната болка, която тя изпитва, съчувствах и на Оскар. Знаех колко дълбоко се разкайваше той и колко усилия полагаше, за да се промени. Той бе готов на абсолютна откровеност пред жена си, разголваше се напълно, но именно в тези моменти тя му нанасяше най-жестоките си удари.

Вечерта след втората сесия с Оскар и съпругата му аз изразих пред една от своите приятелки недоумението си:

* Просто не ми го побира умът как така взех страната на изневеряващия мъж? Та нали желанието ми беше да помагам на жените.
* Но ти действително помагаш на жените - усмихна се тя. - И то повече, отколкото подозираш.

На следващата си индивидуална сесия Оскар ми благодари, че съм го защитила. Беше трогнат. Каза ми, че съм направила нещо, което майка му не е направила, когато брат му го е малтретирал. Изрази съмнение, че бракът му може да бъде спасен - не беше сигурен, че може да се справи с гнева на съпругата си. Възразих, че макар да беше гневна, тя все пак бе избрала да остане с него. Въпреки изневярата му беше подкрепила решението му да започне терапия и очакваше да види какъв ще е резултатът. Попитах го дали се бе замислял, че това може да е знак, че го обича.

Оскар все пак реши да напусне жена си и да остане с Шели. Заяви ми го с решителност, зад която прозираха опасения, че ще се опитам да го разубедя. Аз просто свих рамене, но честно казано, бях разочарована. И двамата бяхме положили толкова труд, за да разграничим любовта от илюзията. В крайна сметка той бе стигнал до заключението, че чувствата му към Шели са истински. Беше сигурен, че и тя го обича.

Два дни след като Оскар взе важното решение, Шели го напусна заради друг мъж. Той ме уведоми, че заминава за Испания, и така приключи всичко. Бях разочарована, че работата ни не беше по-успешна, но психотерапията често се оказва просто част от пътя, който пациентът трябва да извърви сам, а не окончателно разрешение за проблемите му. Осъзнавах, че процесът на промяна изисква време, и се учех да бъда търпелива. Мъжете от групата сесия след сесия се бореха с все същите проблеми и повтаряха порочните си модели на поведение. Наблюдавах ги как с мъка газеха из тресавището на депресията, гнева, тъгата и тревожността. С времето обаче се научих да възприемам психотерапията като изкуство, сродно със скулптурата, при която с помощта на длетото внимателно обработваме безформения камък, докато той се превърне в изящно произведение.

\*\*\*

Една вечер сънувах интересен сън. С Антоан бяхме на океанския бряг. Там аз намерих камък, изгладен от вълните, написах на него „В безопасност си" и му го дадох, за да го носи в джоба си.

На следващата сесия с него аз му разказах съня си и двамата обсъдихме колко е важно за него да се чувства сигурен и в безопасност. Антоан нямаше да е способен да създаде трайна връзка с никоя жена, ако не се научеше да понася тревожното усещане, съпътстващо близостта.

Винаги когато той се отдръпваше от мен - както в случая, когато ме бе обвинил, че съм излъгала доверието му, - аз му напомнях, че трябва да свикне с дискомфорта, без който израстването му беше невъзможно.

С Антоан също така обсъдихме убеждението му, че жените са или идеални ангелоподобни създания, или зли изкусителки, чиято цел е да погубят душата му.

* Всичко това е плод на фантазията ти - уверих го.
* Трябва да свикнеш да виждаш жените такива, каквито са.
* Как мога да се освободя от това свое вярване? - попита ме той. - Хайде, дай ми съвет. Какво да направя? Писна ми да говоря за това, без да правя нищо.
* Затвори очи - казах. - Припомни си какъв си бил като дете. Опитай да се върнеш в миналото и да срещнеш онова самотно, гневно момче, което си бил някога. - Направих пауза, за да дам време на въображението му да заработи. - Това момче все още живее в теб, Антоан. Искам да разговарящ с него като помъдрелия, възрастен мъж, който си сега... Кажи му следното: Тук съм заради теб... С мен можеш да се чувстваш в безопасност... Аз ще се погрижа за теб... Никога няма да те изоставя... Ще те обгръщам с обич... Ще ти осигурявам всичко, от което се нуждаеш... Не е нужно да бързаш толкова... А сега го повтори.

След това останахме да седим мълчаливи. Антоан не бързаше да отвори очи. Искаше ми се да го прегърна, напук на правилата и етичните принципи в психотерапията.

\*\*\*

Зададох на групата въпроса „Какво очаквате от жените?", С всекиго поотделно бях работила върху умението да идентифицира основните си емоционални потребности и очаквах различни от първоначалните отговори.

* Искам да ме утешават - започна Джон. - Искам да подкрепят самочувствието ми.
* Аз искам да ме вълнува, защото не мога да понасям отегчението - последва го Андрю.
* Искам от жените всичко - заяви Бъди. - Искам да ми осигуряват престиж, искам да ги експлоатирам, искам да ме карат да се чувствам силен... Искам от тях нежност. Когато не я получавам, просто търся друга жена... Такъв съм. В мен зее празнина - заключи той.
* А как бихте могли да запълните тази празнина сами, без да разчитате на жените? - попитах.
* Не знам - отвърна Уил.
* Може би като направим живота си вълнуващ? - предложи Джон.
* Или пък, като обикнем самите себе си - допълни Антоан. - Лично на мен религията ми помага. Посредством нея чувствам любовта на Създателя.
* Съгласен съм, трябва да се научим да ценим себе си и да сме благодарни, че сме такива, каквито сме - каза Джон.
* А мислили ли сте за възможността да дарявате обич на другите? - попитах.
* Да, също както тук, в групата, си оказваме подкрепа един на друг - каза Антоан. - Без да се съдим, без да се съревноваваме. Просто да се обичаме такива, каквито сме. И да проявяваме състрадание.

\*\*\*

Рами дойде при мен в Ню Йорк и двамата излязохме на романтична вечеря. Но той бързо я провали, започвайки по своя стар навик да флиртува със сервитьорката.

Това беше капката, която преля чашата. Скъсах с него и той замина за Мароко. Въпреки че аз поставих край на връзката ни, преживявах раздялата много тежко. Седмици наред едва изкарвах до края на работния си ден, прибирах се у дома, тръшвах се в леглото сред възглавниците и изпадах в кататонен ступор. Понякога пусках множество пъти една тъжна песен на Сара Маклафлин и пеех заедно с нея - с пълно гърло. Никоя от съквартирантките ми не се беше оплакала от това до един следобед, когато, чувайки ме да пускам въпросната песен за около стотен път, всичките нахлуха в стаята ми, хванали четки за коса, вместо микрофон, и започнаха да се преструват, че пеят. После, превивайки се от смях, се затъркаляха по пода, имитирайки предсмъртна агония. Развеселиха ме с този театър, но въпреки това по-късно вечерта не успяха да ме убедят да отида с тях на парти.

Една вечер Дорийн, с която спяхме в една стая, доведе някаква своя нова приятелка и започна да ѝ предлага от моите дрехи. Аз скочих от леглото, с коса, сплъстена от дългото лежане, и се разкрещях:

* Вън! Вън от стаята ми!

Бедното непознато момиче така се уплаши, че незабавно напусна апартамента ни. Тогава Дорийн ми каза:

* Бренди, достатъчно те търпях! Вземи душ, преоблечи се и излизаме.

Не след дълго излязох от стаята си, облечена с тъмнозелен потник и розова плисирана пола.

* Наистина ли смяташ да излезеш, облечена така? - попита ме Дорийн.

Аз кимнах.

* Сигурна ли си? - с внимателен тон поиска тя да потвърдя.
* Да.

Исках да изглеждам също толкова ненормално, колкото се чувствах.

Приятелката на Дорийн искаше да отидем в някой нощен клуб в Сохо, но аз държах да идем на някое място в Уест Вилидж, където се танцуваше. Същата вечер се запознах с Тарик, висок, смугъл и красив двайсет и пет годишен египтянин. Аз го заговорих. Беше пристигнал в

САЩ само преди седмица, с кораб. Работеше в пицарията на брат си. Не говореше английски, затова общувахме несловесно - посредством жестове и мимики.

Приятелките ми, които обожаваха Рами, но не понасяха настроенията ми, първоначално не погледнаха с добро око на египтянина.

* Как се казваше новият? - попита ме Дорийн за не знам кой път, след като ѝ бях представила египтянина.
* Калид.
* Как?
* Калид!
* Не мога и не мога да го запомня. Ще го наричам пицарчето.

Развеждах Калид из цял Ню Йорк. Чувствата ни един към друг бяха страстни, наситени. Аз сияех и се усмихвах постоянно. Бях ли успяла да го опозная наистина? Така смятах. Разговаряхме с очи, с докосвания.

Разбира се, връзката ми с Калид не можеше да просъществува и след няколко месеца, когато Рами се появи на вратата ми, аз бях щастлива да го видя.

## **КЕЙСИ**

В началото Кейси беше скептично настроен. Когато ми се обади, за да уговорим час за първата ни среща, той ме попита: „Какво точно представлява сексуалната терапия? Тя включва ли... правене на секс?". Помислих си, че се шегува, но се оказа, че целта му бе да разбере дали не предлагам някоя „сексуслуга", тъй като веднага след това ме попита за академичното ми образование. Първата сесия Кейси започна със стеснение. Свит в единия ъгъл на кушетката, с видима неохота, каза:

- Предпочитам порното пред секса с приятелката си. Какво не е наред с мен?

Със смутеното си изражение сякаш ме умоляваше да му помогна да намери изход от ужасното затруднение, в което беше изпаднал.

Зададох му няколко предварителни въпроса, след което, както на всичките си нови пациенти, му разясних целите на терапията. Личеше, че по тона ми Кейси се опитваше да определи дали щях да го изслушвам, дали с мен можеше да си позволи да е напълно откровен. Когато го насърчих да ми разкаже малко по-подробно за привързаността си към порното, той настоя вместо това да говори за своята приятелка.

* Лудо влюбен съм в Ейми и определено не съм тук, за да се оплаквам от връзката си.

Кейси описа Ейми като женствена и изтънчена жена, с царствена осанка, отраснала в Горен Ийст Сайд. Влюбил се в нея по време на невинните им нощни разходки из Гринич Вилидж, докато флиртували един с друг и се смеели.

* В нейно присъствие не се тревожех за нищо - каза той.

И все пак, броени месеци след като се влюбил в Ейми, Кейси вече прекарвал по-голямата част от свободното си време пред компютъра, гледайки порнографски снимки на жени, които - както по-късно призна - дори намирал за непривлекателни. Особено му харесвали снимките на жени, изглеждащи нечистоплътно: с чорлави коси, размазан грим и мокри от пот или сперма. Тоест пълната противоположност на Ейми, която той оприличавате на съвършена порцеланова кукла.

* Вероятно смятащ това за отвратително или извратено - продължи той, - но то ме възбужда. - Добави, че нищо от това, което вижда в порносайтовете, не би направил с Ейми. Ето защо изгубил интерес към секса с нея. - Аз желая секс, докато тя иска да се любим. А това е толкова банално и скучно.

Неволно си помислих, че самият Кейси изглеждаше банално - бял мъж, в средата на трийсетте, със синя риза и сиви панталони. Приличаше на човек, чийто мисли са тривиални и скучни. Може би ще прозвучи парадоксално, но именно поради това той страшно ме заинтригува. Предоставяше ми се възможността да разбера какви бяха сексуалните фантазии на един безличен мъж, като онези, с които се разминавах на улицата всяка сутрин на път за работа.

Кейси беше разтревожен от сексуалните си вкусове.

* Мастурбирам пред компютъра горе в кабинета си - отговори той, когато го помолих да опише типична за него ситуация, - докато долу ме чака Ейми, жена от плът и кръв, която обичам. Винаги съм се имал за почтен човек, а се оказа, че всъщност съм просто един извратеняк.

Когато Кейси ми разказа повече за себе си, започнах да разбирам откъде избираше самокритичността му. Интелектуалец, получил образованието си в университет от Бръшляновата лига, Кейси бе отгледан от майка феминистка. Гордееше се с факта, че е напредничав мъж, отхвърлил традиционната патриархална роля, присъща на пола му. Беше застъпник за равенството между половете и противник на превръщането на жените в „обекти". Стараеше се да поддържа добродетелност, граничеща с нравствен перфекционизъм, затова беше така обезпокоен от своите сексуални интереси, които бяха в разрез с политически коректния му Аз-образ.

Кейси презираше себе си и очакваше аз също да се отнеса осъдително към него. Но каквато и оценка да очакваше от мен, тя едва ли можеше да се сравнява по суровост със собствената му негативна самооценка. Аз обаче не бях склонна да го съдя - възмущението, с което първоначално бях реагирала на изповедите на пациентите ми, вече все по-рядко ме спохождаше. Бях достигнала до убеждението, че сексуалното поведение, колкото и дисфункционално да беше то, трябваше да бъде изследвано и разбрано, вместо незабавно заклеймено като патология.

* Доста суров си към себе си - казах на Кейси. - Но нека да погледнем на ситуацията от друга гледна точка и да допуснем, че желанието ти да гледаш порноснимки не е нещо лошо.
* Какво? Нима това е възможно?
* Нека ти обясня какво имам предвид. Струва ми се, че ти си поставил някаква разделителна линия в своята сексуалност. С Ейми си обичлив и нежен, но сладострастието ти е потиснато. Може би то също напира да получи израз. Част от твоята жизненост се опитва да съхрани съществуването си.
* Но защо ме привличат такива ненормални неща? Такава ли е моята сладострастна природа?

Това беше много добър въпрос. А аз не знаех отговора. Трудно ми беше да опозная чувствената му природа, при положение че тя беше така размътена в резултат от гледането на порнография. Поради вездесъщието на интернет порнографията може погрешно да се заключи, че щом мъжете я гледат и я харесват, тя е показателна за техните желания. Трябва да се подхожда с внимание към този въпрос.

Порнографията не разкрива истината за мъжките желания.

Интернет порнографията предлага безграничен избор от нови и нови, често странни фотографски образи, които осигуряват незабавно удовлетворение, каквото не може да бъде постигнато в реалния живот. Телата на повечето хора реагират на тези образи, техният ефект върху мозъка е мощен и всеки оргазъм подкрепя това поведение със силен коктейл от неврохимични награди. Ерекцията е биологично обусловена реакция, която може да бъде свързана с всеки образ, използван за мастурбиране. Ето защо Кейси получаваше ерекция, гледайки снимки на нечистоплътни жени. Това обаче не разкриваше нищо за неговата чувствена природа.

Обясних на Кейси, че интернет порнографията предлага фалшива еротика, търговски продукт. Целта на подобни сайтове беше да трупат приходи от сексуални сценарии. Техните създатели заснемаха редица актови сцени, добавяйки към тях много тесен диапазон от емоционални теми, за да погъделичкат и психиката на гледащия. Най-експлоатираният мотив беше демонстрацията на власт и гняв. От вътрешни за тази индустрия хора знам, че те целенасочено се възползват от присъщите ни садистични и мазохистични импулси. Мъжете имат сложен вътрешен живот, но сюжетите на снимките са насочени към техните най-низки сексуални страсти. Порноиндустрията просто печели от емоционалните конфликти на мъжете. Създателите на подобни сайтове очевидно четат Фройд.

\*\*\*

Застъпниците на порнографията твърдят, че тя продава безвредни фантазии, които възбуждат възрастните или ги вдъхновяват да експериментират в сексуалния си живот. Но в резултат от тези фантазии някои мои клиенти се бяха отчуждили от самите себе си и от своите сексуални партньорки. Приятелките ми често се шегуваха със страстните почитатели на порнографията. Всяка от нас още в самото начало можеше да определи откъде мъжът, с когото излизаше, е усвоил техниките си в леглото. Ако любовникът на някоя от нас се опитваше да реализира някакви сценарии, без да проявява особена загриженост към нейните желания, тя споделяше с останалите: „Излизам с порноманиак". Подобни мъже искаха от партньорката си да влезе в ролята на „палавата ученичка" още на първата или втората нощ. Радвах се, че мъжът, с когото бях, беше израснал с „Плейбой", вместо с интернет порнография. Защото, повярвайте ми, има голяма разлика.

Една от приятелките ми няколко пъти излезе с някакъв стажант-лекар и след като преспа с него, ми разказа, че сексът в началото бил много нежен и чувствен, докато в един момент той, ни в клин, ни в ръкав, изстенал в ухото й: „Кажи, че си секси кучка!".

„Бях толкова слисана, че се вцепених", каза ми тя. Това искане било толкова несъзвучно със ситуацията и с чувствата, които тя постепенно започвала да изпитва към този мъж, че веднага скъсала с него.

Замислих се върху разликата в смисъла, който сексът имаше за мъжете и за жените: дали той беше акт на интимност, просто игра, или и двете. Що се отнасяше до порнографията, предпочитах да не мисля за нея. Исках да живея в собствената си реалност и да придавам на различните сексуални актове свой смисъл. Не се и замислях, че партньорът ми можеше да има различни разбирания, бях възприела нагласата „това на мен не може да се случи". Поне знаех със сигурност, че докато очаквах Рами в спалнята, той не гледа порно в другата стая. Но се питах дали не го прави, докато бяхме далеч един от друг.

Вярна на своята импулсивност, един ден му се обадих.

* Рами, гледаш ли порно, докато не си с мен? - попитах го.
* Да - отговори той, без да се поколебае.

О, не! Веднага в съзнанието ми нахлуха ирационални мисли. Това е изневяра! Как се осмелява да има таен живот, без да ми каже за това! Как така не знам за всяко негово желание! За момент изгубих усещането си за реалност. Но бързо се опомних.

* А какво порно гледаш? - попитах, преструвайки се на напълно спокойна и непринудена.
* Два-три пъти в седмицата пускам канала „Шоутайм" и гледам какъвто филм дават в момента.

Знаех, че късните филми по този канал са по-скоро еротични, не порнографски.

* А гледаш ли порно в интернет?
* Не, не знам как се използва компютърът.
* А мастурбираш ли, докато гледаш филмите по телевизията?
* Понякога - отговори той простичко.

Следващия път, когато отидох при Рами във Флорида, внезапно ме завладя силно подозрение. Започнах да тършувам из спалнята му. В едно чекмедже открих няколко диска с полуголи момичета на обложката - по всичко изглеждаше, че са записвани на домашен компютър. Изпаднах в ярост. Веднага извиках Рами и с дисковете в ръка му поисках обяснение.

* Даде ми ги Юсуф - оправда се той.

Юсуф беше един от приятелите на Рами. Винаги го бях смятала за мръсник и изпитвах особена антипатия към него.

* Юсуф е перверзник - продължи Рами. - По цял ден гледа порнофилми в офиса си. Записа ми няколко филма, но кълна се, не съм ги гледал.
* А защо не се отърва от тях?

Рами не ми отговори, но незабавно изхвърли дисковете в кофата за боклук.

Можех да се впусна да анализирам защо беше запазил филмите, но реших да не го правя в името на спокойствието си. Опитах да не се поддавам на съмнението, че щом гледа подобни неща, значи не го задоволявам изцяло.

Сетих се за един двайсет и четири годишен младеж, който, подобно на Кейси, ме беше потърсил поради тревогата, че гледането на порнография в интернет убива сексуалния му интерес към неговата приятелка. Той ми каза, че много обичал приятелката си и въпреки това не бил способен да мисли за друго, освен за видяното в интернет. Сподели, че се чувствал „омърсен" и че желаел да гледа на нея с не така опорочен поглед. Доста сериозно желание за неговата възраст. Помолих го да ми опише сексуалния си живот, преди да започне да гледа порнографски материали, и той ми отговори, че интернет порнографията винаги е била част от живота му.

Боже! Представих си до каква степен порносайтовете бяха оформили сексуалните му желания. Порнографията и сексуалността бяха за него неразривно свързани, а той искаше да разкъса връзката между тях. Този млад мъж бе пожелал да стане по-осъзнат по отношение на сексуалността си и аз се питах дали двамата с Кейси бяха способни да освободят истинските си копнежи от рамките на онова, което са били приучени да харесват, и дали щяха да започнат да приемат своите същински желания и да ги споделят с партньорките си.

\*\*\*

Попитах Кейси дали е разкривал пред Ейми онази част от себе си, която харесваше порнографията.

* Не, подобни неща не ѝ допадат.
* Значи си опитвал?
* Тя е по-романтична, обича да прави любов, не просто секс.
* Тоест не си.
* Е. опитах един-два пъти - отвърна Кейси с неохота. - Предложих ѝ да правим някои неща... Но аз я уважавам и ѝ се възхищавам и не искам да знае за всичките гадости, които гледам в интернет. А и повечето неща просто не бих си позволил с нея. Прекалено много я уважавам, за да го направя.
* Разбира се. че не желаеш да ги правиш с нея, но въпросът не е в съдържанието на онова, което гледаш, а в еротиката, която очевидно липсва във връзката ви. Отчуждението между вас се дължи до голяма степен на факта, че не показваш своята чувствена страна пред нея.
* Не разбираш ли? Обичам Ейми и искам любенето с нея да ми носи възбуда. Но, честно казано, само се отегчавам.
* Значи смяташ, че правенето на любов е отегчително, но искаш да ти помогна да се възбуждаш от него. Знаеш ли, смятам, че се отегчаваш, защото не си достатъчно чувствен с нея.
* Не искам да я оскърбявам.
* Но защо чувствеността трябва да е нещо оскърбително?

Кейси ме погледна с недоумение. Като че ли бяхме започнали да говорим на различни езици.

Опитвах се да помогна на Кейси да осъзнае, че неговият страх от реакцията на Ейми беше част от проблема му. Той толкова се тревожеше какво ли ще си помисли Ейми, че несъзнателно потискаше еротичните си желания, след което те, вече сублимирани, изплуваха в царството на порнографията.

Но аз никога нямаше да успея да помиря двете противоречиви части на неговата сексуалност, докато не елиминирах срама му. Трябваше да снижа самокритичността му, за да е способен на самоизследване. Затова помолих Кейси да помисли какво в действителност означаваха за него „гнусотиите".

* Изслушала съм много сексуални фантазии и знам, че онова, от което хората се възбуждат, обикновено не е никак приемливо според утвърдените норми - обясних аз. - Насладата, която ни доставят извратеното, отвратителното, издевателството, често ни изненадва и обърква. Ти се надяваш еротичните ти желания да не са твоята истинска чувствена природа, но се тревожиш, че ще се окаже именно така.

За да стане по-осъзнат в сексуално отношение, Кейси първо трябваше да приеме факта, че човек е устроен да реагира на образи със сексуално съдържание от всякакъв род. Ето защо не биваше да го тревожи фактът, че получава ерекция.

\*\*\*

Това, което безпокоеше Кейси, беше съдържанието на порнографските снимки, но не съдържанието имаше значение в случая, а личното му отношение към порнографията. Порнографията може да изпълнява различни функции. Тези, които я употребяват като заместител на реалната сексуална връзка, ефективно неутрализират страха си от близост. Порнографията е безопасна територия. Там не съществува възможността да бъдеш отхвърлен, там можеш да правиш секс с която жена пожелаеш, защото всичките са готови по всяко време да изпълнят желанията ти. Там няма нужда да се обвързваш, никой не те съди и не се притесняваш как ще се представиш. Но най-хубавото на порнографията е, че тя винаги е на твое разположение.

Кейси смяташе, че проблемът му се дължи на неговата пристрастеност към порнографията, но както се оказа, корените му бяха много по-дълбоки. Кейси трябваше да приеме факта, че е чувствено същество. Тепърва предстоеше да изясняваме какво точно означаваше това. Иначе бе обречен да остане в порочния цикъл на потискане и отреагиране **(**Един от защитните механизми - извършване на действие, което отразява несъзнавани емоционални конфликти. - Б. пр.). На този етап не исках да го притискам да споделя с Ейми, а само да се убеди, че липсата на комуникация беше една от причините за фрагментираната му сексуална идентичност. Кейси имаше да свърши още много работа по себе си. Желанието ми беше да навляза дълбоко под повърхностния пласт на културната обусловеност и да стигна до истинската му сексуална същност. Също така исках да му помогна да освободи собствената си креативност, а за тази цел щеше да е необходимо съзнателно да се самоизследва, не пасивно да реагира на най-разпространените и достъпни стимули.

Заедно стигнахме до решението да изследваме сексуалното му развитие. Когато родителите на Кейси, и двамата хипита от ерата на Удсток, му говорели за секса, те винаги подчертавали необходимостта да се уважават жените, а на сексуалния акт да се гледа като на свещенодействие.

* Бях съгласен с това - каза ми Кейси - и все още се стремя към този идеал. Но като юноша много рядко правех секс, затова пиратските видеофилми, които приятелите ми намираха, бяха заместител. Гледам порно от толкова дълго, че съм приел поведението, което мъжете демонстрират там, за нормално.
* Значи си свикнал да прибягваш до порното за задоволяване на своята потребност от сладострастие. Какво научи от него за себе си?
* Че се възбуждам от неща, които майка ми ми казваше да не правя - засмя се той.

Разбира се, подривният акт, въставането против налагани от някого идеали, можеше да съдържа елемент на сексуална възбуда. Но защо Кейси харесваше нечистоплътни, разчорлени жени? Със сигурност това не можеше да се обясни с майка му или приятелката му.

* Отговори ми сериозно, Кейси, какво научи за себе си?
* Като се замисля... онова, което мога да кажа, е... хм... Струва ми се, че ме възбужда агресията, демонстрацията на власт, безчувствеността... Трудно ми е да го призная - продължи Кейси, - тъй като тези мои предпочитания противоречат на всичко, което съм желал да бъда. - Той беше искрено озадачен. - Но по отношение на властта аз нямам никакви проблеми с родителите си, кълна се. Никога в живота си не съм се чувствал безсилен, подчинен, контролиран. Не се чувствам несигурен във връзката си с Ейми. Просто такива неща ми харесват.

Откровено казано, неудобно ми беше да слушам мъже, които тайно се възбуждаха от жени в положение на безпомощност, а Кейси, който беше един от най-стеснителните ми пациенти, правеше тази задача още по-тежка. Но може би дълбинен анализ не беше необходим, може би обяснението беше съвсем просто: властта караше човек да се чувства добре. А порнографията предоставяше на Кейси (както и на другите мъже) средство да доминират.

* И това става най-вероятно за сметка на жената - казах аз.
* „За сметка на жената." Казано по този начин, звучи егоистично - отвърна Кейси. - Но контролът върху жената е самовъзнаграждаващо се и изкушаващо поведение.

Лично за мен то представляваше повърхностен начин за повишаване на самочувствието. От детството си, когато наблюдавах как момчетата в квартала си разменяха „мъжки списания", бях любопитна какво гледат мъжете в тях и защо си ги разменят. Може би така утвърждаваха мъжествеността си, предавайки си определени послания от поколение на поколение. В случай че действително беше така, аз имах възможността да променя културното клише за доминацията, пък макар и у един мъж. В отчаяното си желание да установи хармония във вътрешния си мир, Кейси изрази готовност да изследва тази тема и аз му бях благодарна за това. Обикновено пациентите ми ставаха отбранителни, засегнех ли въпроса за порнографията, и всячески се опитваха да омаловажат вредните ефекти от нея. Сякаш се опитвах да оскверня някакъв техен идол, да им отнема някакво свещено право, което жените не трябваше никога да поставят под съмнение.

* Мъжете си разменят определени послания, които оформят представите им за това какво е възбуждащо - започнах. - Но можеш ли под всичките тези наложени представи да съзреш истинската си същност?
* Никога не съм се замислял по този въпрос. Как да открия своята истинска същност?
* Можеш да започнеш, като опиташ и други източници на еротична възбуда, освен порнографските сайтове в интернет.
* Като например?
* Еротични романи и поезия, тантризъм, твоето собствено въображение...
* Бих могъл да опитам тези неща заедно с Ейми - предложи той. - Това би наподобявало любовен акт...

Отново се връщахме в изходна позиция. Кейси искаше да има с Ейми сексуални отношения, в които да осъществяват актове, които и той намиращо за сладострастни. Дотук добре. Сладострастието не беше нещо лошо.

Проблемът беше в разделението между сладострастието и любовта.

Питах се къде ли ще ни отведе изследването на сексуалността на Кейси. Все още нямах изработен план за работата с него. Просто вярвах, че имаше начин двамата с Ейми да започнат да се наслаждават на секса един с друг. Бях уверена, че Кейси е способен да интегрира своята чувствена страна с идентичността, идеалите и любовта си към Ейми. Не знаех какви са желанията на Ейми, познавах единствено гледната точка на Кейси, но в нейно присъствие той не се чувстваше в емоционална безопасност, за да изследва себе си. Фактът, че единствено порнографията бе за него предразполагаща тема, както и че посредством нея си осигуряваше временно удовлетворение, единствено ме затрудняваше да разбера какви са истинските му желания. Но аз бях убедена, че можем да прекъснем този порочен цикъл и да построим мост между разделените части от идентичността му.

\*\*\*

Имах собствени разбирания относно това какви трябва да са съставките на чувствения секс и трябваше да внимавам да не ги налагам на Кейси. Смятах, че партньорите трябва да се наслаждават на сексуалния акт, да се радват на телата си. Възмущавах се от най-експлоатирания в порнографията мотив, при който пенисът и спермата се превръщаха в оръжие, при положение че същинските им функции са да създават живот.

Определям „сладострастието" като плътско, животинско преживяване, в основата на което е удоволствието. За мен то е първична чувственост, неотделима от любовта. Кейси пък го смяташе за нещо различно от захаросаната и сантиментална представа за любовта, която бе убеден, че Ейми предпочиташе.

Когато човек размишлява за чувствената си природа, важно е да отчита и влиянието на културния контекст. Твърде опростенческо е да се правят обобщения въз основа само на модерните нрави. Навремето, докато изучавах историческите и междукултурните тенденции в сексуалната експресия, аз открих, че тя е варирала в изключително широки граници. Преди това смятах, че сексуалните игри на власт са повсеместно средство за постигане на възбуда, но впоследствие научих, че в традиции като даоизма, тантризма и в предхристиянската европейска култура са били отреждани равнопоставени роли на мъжа и жената (нещо, което впоследствие се променя). Важно е да се отбележи, че е имало значителен период в човешката история, когато хората като че ли не са се нуждаели от мотива за превъзходството, за да се възбуждат. От времето на разцвета на даоизма в Древен Китай почти не се срещат свидетелства за садомазохистично поведение и по всичко личи, че мъжките и женските гениталии не са били натоварени с отрицателните смисли, които са им присъщи в съвременната култура. Вместо „фалос" или „вагина" древните китайци са ги назовавали с изрази като „нефритен ствол" и „нефритена ваза". Жените били смятани за изключително чувствени създания и се е вярвало, че техният оргазъм носи здраве и жизненост на двата пола. Затова мъжете били обучавани как да ги задоволяват.

Тези идеи са намерили отражение в изкуството на древността. С помощта на литература по темата аз сравних изображенията на жени в европейското предисторическо изкуство със съвременната порнография. В древните изображения не открих и намек за неприличие. Разголените гърди или гениталии бяха символ на плодовитост, сексуалността представляваше единствено възхвала на живота. За древните сексът е олицетворявал съзиданието, изобилието и жизнената сила.

Харесвам древната гледна точка. В интерес на истината тя е наситена с еротика. Не е ли възбуждащ фактът, че езичниците са излизали да правят секс в нивите си, с надеждата земята да ражда повече. Открих също така, че жените в продължение на много дълго време са били смятани за дори по-чувствени от мъжете. Питах се как ли онзи културен контекст е влияел върху либидото на жените. Идеята, че жените са по-малко чувствени от мъжете, е само на неколкостотин години. В европейската история жените били смятани за чувствени до края на феодализма и началото на капитализма. Скоро след това сексуално агресивните жени били изгаряни на клада като вещици, а западната съпруга се научила да бъде пасивна и да следва желанията на съпруга си.

И така, тезата ми е, че познаването на културния контекст е много важно условие за разбирането на мъжкото сексуално поведение, тъй като то до голяма степен изразява господстващите в социалната среда тенденции.

Понастоящем съзнанието ни е обсебено от идеите за съперничество, превъзходство и власт.

\*\*\*

Кейси беше подранил за следващата си сесия и на момента разбрах, че нещо се е случило. Започна да говори още преди да влезем в кабинета, но не по обичайния си сдържан, интелектуален и самообвинителен начин. Държеше се като съвсем различен човек, сякаш изведнъж беше казал „майната му" на всичко и бе решил да бъде свободен, да захвърли черупката на стеснението и да разкрие своя жив и енергичен дух.

* Усетих го! - каза ми той сияещ. В гласа и стойката на Кейси се долавяше сигурност, а очите му бяха широко отворени. - Вървейки през парка „Уошингтън Скуеър" тази сутрин, се разминах с една жена. Задържах вниманието си върху тялото ѝ, както бих го направил с всяка друга привлекателна жена. Но освен това се обърнах и тръгнах след нея. Беше импулсивно решение, никога преди не съм го правил. Вървях след нея и не можех да сваля очи от очертанията на дупето ѝ.
* Какво чувстваше?
* Възбуда. Чувствах се като хищник по време на лов, искаше ми се да ѝ се нахвърля и да я изчукам. - Внезапно той се превърна в стария Кейси. - Отвратителен ли съм?
* Оценям честността ти. Това е автентично преживяване, което говори, че си отбелязал напредък - отвърнах, поразена от неочакваната проява на страст, проблеснала като електрическа искра в помещението. Дори усетих лека възбуда у себе си.
* В този момент пожелах да узная какво бих чувствал, ако не си налагах цензура.
* И какво установи?
* Искаше ми се да разкъсам тази жена. Насила да проникна в нея. Почувствах как бих могъл да я притисна в близкото дърво и да впия зъби в плътта ѝ. Не бях разярен, а просто първичен. Почувствах и вина, но ми е дошло до гуша от бавен и внимателен секс. Усещам някакъв свиреп глад. Искам да чукам! - завърши той почти изръмжавайки последните думи.

Бях леко разтревожена от енергията на Кейси. Наместих се в стола, заемайки по-строга поза, тъй като забелязах, че очите му минават и по моите извивки. До този момент бях седяла облегната на една страна, при което ханшът ми се очертаваше под дрехата. По-късно се запитах дали несъзнателно не бях заела тази поза, дали моята първична природа не беше откликнала на неговата страст.

* Каза, че си почувствал вина. Защо?
* Защото смятах, че искаш от мен да открия своята по-нежна страна, която ще съответства по-добре на предпочитанията на Ейми.
* Грешиш, исках да откриеш истинската си същност. Агресивните импулси не са нещо лошо, Кейси. Те отразяват твоята страст.
* В онзи момент си мислех: това е, което искам, това е, което съм!
* Бъди благодарен на този импулс, защото той е присъщ на хората. Той е свидетелство за жизненост. Но следващият ми въпрос е: способен ли си да насочиш тази енергия към Ейми?
* Досега не бях... но мисля, че вече съм готов да опитам.

Първоначално Кейси бил привлечен от романтизма на Ейми, но впоследствие му дотегнало да се „люби" с нея, тъй като смятал, че тя не е способна на нещо повече от това. Кейси искал да чука. Спомнял си как чукал жените преди това и искал отново да го прави. Терзаело го първичното желание да мачка женска плът, да прониква със сила в нея, но го възпирала изтънчеността на Ейми и страхът тя да не го изостави. Но ето че в последната ни сесия той изрази здрава агресия, различна от онази, с която беше наситена порнографията - отровна, низка страст, проникната от омраза, садизъм и унижение. Кейси се чувстваше оживен от страстта си, основана на дивашкото, плътско привличане, и желаеше да продължи да поддържа огъня ѝ.

\*\*\*

Около две седмици Кейси отсъстваше от града, след което ми се обади по телефона, за да попита дали съм съгласна да проведем следващата сесия заедно с неговата възлюбена Ейми. Разбира се, съгласих се - бях любопитна да се срещна с нея.

Още в мига, когато я видях в чакалнята, разбрах защо Кейси бе така запленен от нея. Ейми имаше изключително силно присъствие. Движеше се с уверената грация на балерина, държеше раменете си изпънати назад, а брадичката - високо. Тялото ѝ беше гъвкаво и с изящни извивки. Изненадах се, че нямаше ангелски криле, ореол и не беше облечена в прозирна бяла дреха. Вместо това Ейми носеше скъпи дизайнерски дрехи. Но те не бяха най-добрият избор, тъй като привличаха по-скоро вниманието на жените, отколкото на мъжете. Прическата и маникюрът ѝ издаваха педантичност, която погасяваше чувственото ѝ излъчване. В присъствието на Ейми човек се чувстваше като в съвършено чист и подреден дом, който буди естетическа наслада, но не те предразполага да седнеш и да се почувстваш удобно.

Усмихнах ѝ се топло и я поканих в кабинета си, на което тя отвърна с бегъл поздрав. Почувствах се разочарована, защото имах желанието да се отдам на тъй хваленото от Кейси нейно обаяние. Двамата не се държаха като влюбени, седнаха в противоположните краища на кушетката - неговата поза издаваше поражение, а нейната - напрегнатост и неприветливост. Избягваха взаимния контакт с очи и гледаха само мен. Първата работа на Ейми беше да ме увери колко „безнадежден" е пациентът ми. Не ми стана ясно дали клевети него, или порицава мен. Тонът ѝ беше рязък, а нейната изящност постепенно се губеше с нарастването на тревожността ѝ.

* В него настъпи някаква промяна - продължи тя презрително. - Сексът се е превърнал в мания за него, непрекъснато предлага да опитваме нови пози, на нови места... да ме връзва... Разбирам, че му се искат и по-пикантни неща, но на мен ми се струва, че вече мисли единствено за секс. Затова ли се срещате? Това ли му казваш да прави?

Вместо да ѝ отговоря, попитах:

* И какви чувства поражда това у теб?

Ейми на свой ред пренебрегна въпроса ми.

* Но най-лошото от всичко е, че ме накара да гледам порно с него.

Разбираемо беше защо Кейси изглеждаше толкова мрачен.

* Чувствам се предадена! - продължи Ейми. - Какво, не съм ли му достатъчна вече? - Макар да отправи въпроса към мен, той беше предназначен за Кейси. Той извърна поглед.
* Струва ми се, че в момента не се чувстваш обичана от Кейси, така ли е?
* И капчица любов не долавям в отношението му към мен. Чувствам се използвана.
* А допускаш ли възможността да желае да разнообрази сексуалния ви живот, защото те обича?
* Какво? Нима това е неговият начин да показва любовта си? - попита тя саркастично.
* Встрани от сексуалното му поведение напоследък, имаш ли основания да смяташ, че Кейси не те обича?
* Никакви. Точно затова ситуацията е така объркваща за мен.
* Какво се страхуваш, че може да означава това?
* Че постепенно ме разлюбва. Че вече не го е грижа за мен. Струва ми се, че иска да ме използва единствено за сексуално удовлетворение.
* Това са силни думи.

Ейми ме изгледа кръвнишки.

* А възможно ли е, приканяйки те да споделиш еротичните му предпочитания, Кейси да се опитва да се сближи с теб?

Кейси беше придобил още по-мрачен вид, тъй като гневът на Ейми очевидно бе предизвикал у него прилив на срам и вина и бе погасил стремежа му към автентичност, върху който двамата бяхме работили така дълго. В този момент ми се искаше да ми помогне, като каже нещо, но той бе неспособен да проговори заради страха си от агресивността на Ейми.

* А разговаряли ли сте относно тези промени в сексуалния си живот?
* Не обсъждаме сексуалния си живот - отговори Ейми.
* Защо?
* Ако се обичаме, всичко в него ще е наред.

Не продължих разговора веднага. Оставих им малко време, за да помислят върху последното твърдение на Ейми.

* Това е опасен мит - казах после. - Сексът може невинаги да е добър, макар партньорите да са силно влюбени един в друг. - Двамата ме погледнаха едновременно, сякаш не бяха чували нещо по-нелепо през целия си живот. - Ако не общувате, между вас могат да възникват всякакви недоразумения. Кейси, ти си се опитал да наложиш своите нови идеи на Ейми, без да се поинтересуваш от мнението ѝ. Тя няма представа какво е значението им за теб. Ейми, ти пък автоматично си направила заключението, че той вече не те обича, и затова сега се чувстваш предадена.

Ейми бавно кимна. Кейси продължи да седи неподвижен.

Сексуалните желания на мъжете могат да предизвикат доста силни реакции у нас, жените, макар ние често да не разбираме изцяло произхода им. Не желаем да бъдем използвани или овещнявани. Това е кошмарен сценарий за жени като Ейми, както и за самата мен, тъй като съм израснала, обгърната с любов, и приемам романтичните отношения и обожанието за потвърждение на моята уникалност. Любовта е взаимодействие между неповторими личности, форма на обърнато овещняване, което не е в основата си сексуално. Мъжът се превръща в „любовен обект".

Ейми ограничавате секса до собствената си представа за „правене на любов", за актовете и чувствата, които според нея би трябвало да я изразяват. Всяка друга сексуална експресия за нея беше заплаха и свидетелство, че не е обичана. Не можех да я виня предвид всички свидетелства в човешката история, че сексът е бил използван за нараняване на жените, за тяхното обезсилване, унижаване, наказване и пр. Сексуалният акт е бил използван като оръжие срещу жената в много епохи и култури, но тук няма да навлизам в тази тема, тъй като на нея са посветени достатъчно книги.

Историческата отпратка ми беше необходима, за да поясня, че някои мъжки желания не без основание предизвикват страх у жените. Смятам, че на жените е била отнета свободата да се наслаждават на същите тези актове. Зоната на „правенето на любов" е приятна и безопасна. Но там те не могат да дишат, да израстват, жизнеността им бива потисната. В тази зона чувствата и на двамата партньори биват парализирани, любовта започва да напомня на контрол и властване над другия. За Ейми и Кейси сексуалният танц не беше лек и непринуден, в него липсваше креативността, свободата да споделят един с друг спонтанните си желания.

По мое мнение, мъжете и жените не се различават чак толкова по отношение на своите мотиви в сексуалното поведение. Смятам, че и двата пола копнеят еднакво както за любов, така и за „чукане". Нещо повече, смятам, че разграничението на правенето на любов от чукането е насилствено противопоставяне. Всичко е въпрос на лично възприятие, важно е всеки от нас да се замисля какви смисли придава на различните сексуални актове.

Тук ще направя кратко отстъпление, за да дам пример как на един сексуален акт могат да бъдат придадени различни смисли. Имам навика в работния си бележник да описвам особено интригуващите за мен сесии. Ханк (това, разбира се, не е истинското му име) беше мой пациент, чийто случай беше изключително интересен.

Веднъж Ханк с напрегнато, почти маниакално изражение и гневен тон ми обясняваше, че съпругата му отказвала да му прави фелацио. С гнева и негодуванието си той искаше да ми докаже, че заслужава орален секс. Бях го оставила да излива чувствата си, без да се опитвам да го успокоя или да структурирам разговора. Просто го слушах съсредоточено, мълчаливо си водех бележки за оплакванията му и само от време на време му давах подкрепяща обратна информация. Гневният монолог ми осигури богата информация за вътрешния свят на Ханк.

**Ханк:** Гледала ли си филма „Дон Жуан"? Аз съм Дон Жуан, опитен съблазнител. Но знае ли тя кой съм? И че мога да имам всяка жена? Бил съм с много жени, но се влюбих в нея, заради нея избрах да съм моногамен. И сега се чувствам като жребец, затворен в конюшня.

**Аз:** Смяташ, че не оценява какъв велик любовник си?

**Ханк:** Точно така. Тя въобще не знае кой съм. Пропилявам уменията си за нея. Трябва да си намеря жена, която ще ме оцени... Знаеш ли какво? Искам да бъда съблазняван. Жена ми е така пасивна, очаква от мен да върша всичко. Винаги ѝ правя орален секс, а тя никога не ми отвръща със същото! Трябва да я моля за фелацио и повярвай ми, когато склони, прави го така, сякаш върши някаква досадна работа. Като услуга. И отгоре на всичко го прави като неопитна тийнейджърка. Толкова е досадно. Искам сексът ни да е като танц, а тя се държи така, като че ли е уморена или я очаква някаква друга работа. Какво става?... Обременявам ли я с моите желания? За всичко друго има време... Може би не съм важен за нея? Писна ми да ме пренебрегва. Казах ѝ, че или ще започне да ми прави орален секс, или ще подам молба за развод.

**Аз:** Чувстваш се отхвърлен от нея.

**Ханк**: Тя предаде любовта ми. А аз се отказах от всичко заради нея.

**Аз:** От всички други жени ли имаш предвид?

**Ханк:** Именно. Отнасям се с нея като с безценен диамант. Обожавам я и ѝ давам всичко от себе си, а не получавам нищо в замяна.

**Аз**: Значи фелациото за теб би било свидетелство, че тя те цени, че те обожава, че ти дава нещо от себе си.

**Ханк**: Да, точно така.

**Аз:** А смяташ ли, че на нея ѝ е известно какво означава за теб фелациото?

Ето какъв смисъл придаваше Ханк на фелациото. За него то беше доказателство, че жена му го цени и обича. Ханк създаваше невротична връзка между любовта и секса, смяташе, че желанието му за орален секс беше първичната потребност, докато всъщност първичната потребност беше тази от любов.

Фелациото в нашата култура е особено наситено със смисли. То често се свързва с подчинението, а понякога и с унижението. Нерядко се използва от жените като средство да получат нещо от мъжете. Но сега нека разгледаме фелациото като акт на любов.

От опит знам, че когато някой пациент ревностно държи на сексуалния акт, той често има проблем с доверието. Не вярва, че някой постоянно ще задоволява потребностите му.

Когато една емоционална потребност е несъзнателно подплатена с физическа такава, отказът на партньора да удовлетвори физическата придобива характера на цялостно отхвърляне.

Ханк имаше нереалистични сексуални очаквания към жена си. Той поставяше знак за равенство между фелациото и любовта, но не осъзнаваше, че представата му е изопачена. Много мъже като него осъзнават единствено сексуалната си потребност, а когато бъдат разочаровани, винят за това моногамността си.

\*\*\*

Друг мои пациент, на когото предстоеше да се жени, потвърди за пореден път горното. Веднъж той ми каза:

„Ако ще трябва да се откажа от секса с много различни жени или най-малкото от тази възможност, за да се оженя и да правя секс само с една жена през остатъка от живота си, то по-добре бъдещата ми съпруга да прави добър секс“.

Върху плещите на жените действително тежи огромна отговорност. Вътрешният конфликт на мъжете - промискуитет срещу моногамия - е съвсем реален. Но той не може да бъде решен веднъж и завинаги в полза на едната възможност. У мъжа се води непрекъсната жестока борба, в която надделява ту едното, ту другото желание. И макар в много случаи желанието за любов и другарство може да се окаже победителят, все пак остава едно убеждение, че избраницата трябва да е достатъчно добра, за да компенсира загубата на всички останали.

Но този начин на мислене е изцяло порочен. Борейки се с дихотомията „много срещу една", мъжете се обричат на сигурна загуба. Пациентът от последния пример искрено обичаше годеницата си и твърдеше, че е щастлив, че ще прави секс единствено с нея. Но въпреки това имаше голяма вероятност да преживее разочарование поради високите си, ирационални очаквания към нея.

Не е възможно сексът в една връзка да е добър през цялото време. И ако човек убеждава себе си, че животът на самотник е прекрасен, а бракът е скучен, това го и очаква. Мъжете, които възлагат цялата отговорност за сексуалния си живот на своите половинки, най-често са най-неумелите в изкуството на съблазняването.

Мъже, чието сексуално самочувствие е основано на броя на жените, с които са преспали, имат най-много проблеми с моногамността, да не говорим, че представата, която поддържат за самите себе си, е нереална. Пациент ми сподели, че една вечер, когато съпругата му отказала секс, той гневно я попитал: „Знаеш ли колко жени ме желаят?".

Действителният отговор на този въпрос беше: николко.

Много мъже се страхуват, че сключвайки брак, напускат царството на безбройните възможности и навлизат в територията на сексуалния брачен апокалипсис. Те смятат, че с надяването на халката за тях настъпва „краят на времената", докато другите мъже продължават да си живеят живота.

Това е страх от загубата на мощта и жизнената сила. Както обичаше да казва един мой приятел: „Сексът е живот". Бях съгласна, че в основата си това е истина. Но съществуваше и екзистенциален елемент. Да, сексуалният нагон е свидетелство, че човек е жив, жизнен и креативен. Но страхът на мъжете, че ще попаднат в капана на брак, от който в един момент сексът ще изчезне, не може да се обясни с това, че имат прекомерен нагон. Страхът от смъртта на брачния секс не е просто страх от смъртта, както някои колеги твърдят. Защото смъртта на брачния секс е действителна смърт - смърт на духа, смърт на надеждата. Ейми вероятно щеше да се изненада, ако ѝ разкриех една истина, която бях научила от работата си с мъжете: че темата, която най-вече ги интересуваше по време на сексуалната терапия, беше... любовта.

Често обаче този факт оставаше скрит, тъй като любовта при тези мъже в много от случаите беше примесена с други, привидно противоположни импулси, възникващи по време на секс - например агресия и страх, - които ги объркваха и плашеха. Те с тревога се питаха: ще изгубя ли мощта, контрола си? А в съзнанието им се рояха мисли, като: „Мразя непрекъснато да се стремя към одобрение", „Мразя да съм зависим, някой друг да ме контролира", „Заслужавам ли съпругата си? По дяволите, тя не заслужава мен!". Имаше и такива с мазохистична наклонност, които си мислеха: „Желая да бъда доминиран и контролиран. Така ще се чувствам в безопасност".

Струва ми се, че един на пръв поглед нелогичен терапевтичен подход би бил много продуктивен. Ако мъжете и жените изоставят идеята, че са два пола със съвсем различна сексуална природа, и започнат да виждат „другия" в себе си, те биха могли да започнат да изследват сексуалността си заедно, като двойка.

\*\*\*

Имах чувството, че Ейми ще ме потърси след съвместната сесия, и се оказах права. Тя поиска да се срещнем насаме. Била изпаднала в депресия, от която не била способна да се отърси.

* Смятах, че съм идеалната партньорка - каза ми тя в началото на индивидуалната ни сесия, - но сега вече никак не съм убедена в това.

После се настани удобно на кушетката и ми разказа нещо, което ме изненада. Седнала на компютъра на Кейси и потърсила порносайтовете, които той посещавал, за да разбере какво толкова намирал в тях и защо тя не му била достатъчна. И онова, което открила, далеч надминало очакванията ѝ.

* Първоначалният ми импулс беше да започна да се сравнявам с тези жени и започнах да се вглеждам в лицата, в телата и дрехите им - макар да бяха облечени съвсем оскъдно. Но колкото повече ги разглеждах, толкова по-абсурдно ми изглеждаше сравнението. В един момент избухнах в смях. А после... после започнах да се възбуждам от сцени с действия, които бих отказала на Кейси. И мастурбирах.

Ейми беше надникнала в света на Кейси и това я беше хвърлило в смут.

* Онова, което гледах, ме отблъскваше и в същото време ме възбуждаше. Искам да знам какво означава това. Трябва да знам.

Не бях изненадана, че Ейми се бе възбудила от порнографията, макар да не бе харесала онова, което виждала на екрана. Умът и тялото при жените често може да не са в съзвучие.

Спомням си за едно интригуващо изследване, в което сексолози пускали запис на сексуални актове на групи от мъже и жени, към гениталиите на които бил прикрепен плетизмограф - уред, измерващ степента на кръвоснабдяване - признак за физическа възбуда. И двете групи видели сцени на хетеросексуален секс, хомосексуални актове между мъже и жени, мастурбиращ мъж, мастурбираща жена, красив мъж, разхождащ се по плажа, гола жена, играеща художествена гимнастика, и съвкупяващи се маймуни бонобо. На всички участници учените задали въпроси кое в записа ги е възбудило, а после сравнили отговорите им с показанията на плетизмографа.

Онова, което мъжете твърдели, че ги възбужда, съвпадало с данните от уреда. При хетеросексуалните мъже повишен приток на кръв бил регистриран по време на образите на жени и на сцените на секс с жени - техните тела не реагирали на образите на мъже или на хомосексуални актове. На хомосексуалните актове реагирали телата на хомосексуалистите. .

При жените обаче резултатите били съвсем различни. Техните тела реагирали на всичко, дори на образите, които те твърдели, че не ги възбуждат въобще. Притокът на кръв към гениталиите им се повишавал при сцените с хетеросексуални актове, хомосексуални актове, с гимнастичката и дори с маймуните бонобо. Това изследване демонстрира, че женската сексуалност е по-експанзивна от мъжката, или както казват китайците - „неизтощима". Двамата прочути съвременни изследователи на сексуалността - Уилям Мастърс и Вирджиния Джонсън, твърдят, че „заложената у жените способност да изпитват удоволствие би накарала всеки мъж да сведе поглед, засрамен".

Знаех какво е предизвикало възбуда у Ейми, затова я попитах какво е намерила за отблъскващо.

* Снимките бяха унизителни: животни, малолетни момичета, възрастни жени, жени, третирани по нечовешки начин... Какво им става на хората? Дори не мога да си представя, че участвам в нещо подобно!
* А какво би означавало това за теб?
* Не желая да се унижавам заради неговото удоволствие - отвърна тя презрително, наблягайки върху „неговото".
* Разбирам защо не желаеш да правиш нищо еротично - казах.
* Еротично? Фактът, че се възбужда от тези гнусотии, ме докарва до лудост.

Ейми се разстройваше от мисълта да се превърне в обект на оскверняване. Разбирах я. Тя желаеше мъжът да подхожда към тялото ѝ като към свещен предмет, а тя да му го предоставя като дар. И двете с Ейми бяхме възпитани от консервативни родители, със задръжки по отношение на секса, и предпочитахме да вярваме, че връзката ни с любимия мъж щеше завинаги да остане във фазата на еуфорията - макар действителността често да ни даваше знаци за обратното.

Ейми не беше напреднала в изследването на своята сексуалност. Тя просто се съгласяваше да участва в сексуалните игри, които Кейси инициираше за целите на терапията. И сега, когато Кейси беше започнал да осъзнава сексуалните си желания, Ейми се страхуваше да не стане негов обект за наслада. Често хората придават по-дълбок смисъл на ролите, свързани с доставяне и получаване на сексуално удоволствие. Ейми имаше избор как да възприема факта, че доставя наслада на Кейси, и аз исках да ѝ помогна да осъзнае това, но първо исках да науча още някои подробности.

* Кое точно те подлудява?
* Например това, че желае да се отнася с мен неуважително - отговори тя, сви вежди и ме погледна напрегнато, което беше знак, че у нея започва да се надига гняв.
* И какво лошо има в това? - попитах я съвсем целенасочено.

Тя ме погледна гневно, сякаш бях задала въпрос, чийто отговор е очевиден. Аз просто я водех към ядрото на нейната ярост.

* Искам да ме обича - каза Ейми с тих глас.
* Значи за теб е важно да се чувстваш обичана. И когато в сексуалния акт спреш да долавяш любовно отношение, се чувстваш заплашена?
* Обичам „нормалния" секс. Харесва ми, когато той иска да правим любов.
* И въпреки това някои от снимките и клиповете, които си гледала, са те възбудили.
* Така е... и не разбирам защо.
* Това означава, че предпочиташ романтичния секс, но си готова да го обогатиш и с нещо друго.
* Не желая да правя нищо унизително! - отсече тя.
* Ейми, ти все още си във властта на реакцията към онова, което си видяла в интернет. Не те виня. Но хрумвало ли ти е да използващ други източници на възбуда?

Надявах се Ейми да откликне на същото предложение, което бях направила на Кейси.

* Не знам.
* Можеш да опиташ с най-важния: собственото ти въображение. Може би съществува начин да имаш еротични преживявания, без да се чувстващ унизена.
* Какво имащ предвид?
* Можеш да бъдеш сладострастна и същевременно да чувстваш любовта помежду ви. Много от снимките и клиповете, които си видяла в интернет, са създадени фрапиращи, за да привличат внимание. Те в общи линии следват някои основни мъжки сценарии в секса. Защо не си изработиш собствен сексуален сценарий - такъв, който да те кара да се чувстваш добре.

Ейми ме попита какво е нужно да направи.

* Да се препрограмираш - отговорих внимателно. - Но първо ми кажи вярваш ли, че Кейси те обича?
* Да, мисля, че ме обича. Имам предвид, ако не беше...
* Значи отговорът ти е „да" - прекъснах я, тъй като това ми беше достатъчно.
* Да.
* В такъв случаи първо трябва да престанеш да използваш секса като средство да се почувстваш обичана. Няма нужда да се тревожиш за това, тъй като вече знаеш, че си обичана.
* Хм, добре.

Ейми все още изглеждаше объркана.

* Искам да забравиш какво желаят мъжете. Ще възбуждаш Кейси повече, ако си наясно какво възбужда самата теб. Знам, че те възбужда „правенето на любов". Но макар да беше убедена, че единствено това те възбужда, разбрахме, че те възбуждат и други нещо. Така че помисли за някоя фантазия, на която би се отдала в добавка към правенето на любов, особено след като знаещ, че независимо от желанията си Кейси те обича и уважава.

\*\*\*

Ейми пожела да започнем да провеждаме индивидуални сесии и аз, след като се консултирах с Кейси, се съгласих.

Постепенно, с напредването на терапията ѝ, научавах все повече за Ейми. Тя беше на трийсет и осем години и в продължение на петнайсет години бе живяла под наем в Горен Ийст Сайд. След като получила дипломата си по бизнес икономика в Далас, решила да се премести в Манхатън (малко от пациентите ми бяха нюйоркчани), за да се опита да направи кариера в модния бизнес. Родителите ѝ не одобрили решението ѝ, но тя все пак отпътувала за Ню Йорк и това се оказало повратен момент в живота ѝ. Започнала работа като стилист на свободна практика и изпълнявала поръчки за различни каталози. Противно на първоначалното ми впечатление, Ейми беше щастлива и разговорлива жена, която постоянно експериментираше с облеклото и аксесоарите си. Когато влезеше в кабинета ми, трябваше да отделя известно време, за да я огледам добре, иначе в течение на сесията непрекъснато ме разсейваха смелите комбинации от цветове и ексцентричните бижута. Възхищавах ѝ се и ако се бяхме срещнали при други обстоятелства, тя би могла да стане една от приятелките ми. Непрестанно трябваше да си напомням, че ми е пациентка.

Ейми имаше доста познания в сферата на психологията и ми призна, че непрекъснато чете книги за самопомощ. Кейси често се шегуваше, че имала цяла библиотека със съвети, които никога не използвала.

Макар да беше жена, която очевидно се грижеше за външния си вид, Ейми не правеше това със сексуални цели. Тя по-скоро превръщаше себе си в произведение на изкуството и обичаше мъжете да я възприемат именно по този начин, а не да я вулгаризират, търсейки „евтиния“ сексапил. Всъщност Ейми беше донякъде асексуална. Предизвикателството пред мен беше да ѝ помогна да събуди чувствеността си и да се научи да преодолява ограниченията, които сама си беше наложила. Една от идеите на Фройд е, че непрекъснато потискаме сексуалните си инстинкти. Е, мислех си аз, щом сме способни да ги потискаме, тогава трябва да можем и да ги освобождаваме. На мнение бях, че е въпрос на избор да сексуализираме кой да е предмет или човек.

Тази идея можеше да се окаже прекалено амбициозна за Ейми, но аз реших да започна с нещо много просто и основно; с култивирането на сексуалната ѝ енергия. Тази енергия присъства във всеки от нас, въпреки че в много случаи може да представлява само мъждиво пламъче, задушавано от трескавата деятелност на тялото. Тя е и навсякъде около нас, обгръща ни като течението на могъща река. Понякога е необходимо единствено да се отпуснем, за да я усетим, но често трябва да я потърсим съзнателно, да я осъзнаем. Това не е никак трудно, тя присъства в страстната музика, в меката тъкан, в сиянието на свещта, в поезията. Освен това човек може да развие умението да се потапя в жизнената сила, която далеч надхвърля егоистичните стремежи, както и способността да се наслаждава на сетивните възприятия и да улавя красотата - а в нашия контекст и сексуалността - във всичко. Аз съм го изпитвала неведнъж: пясъчни дюни в Мароко, малка мотелска стая някъде в Югозапада, разпален разговор за вино във френско кафене, Цирк дьо Солей в Монреал, кален речен бряг, западнал джаз клуб и гробище в Ню Орлиънс, нощ в Мексиканския залив в разгара на лятото, когато температурата на водата е близо трийсет градуса, салса клуб в Ню Йорк, от който излизаш опиянен от музиката, усмихнат и разрошен.

През деня използваме телата си за толкова много практични действия, че лесно губим връзка с тяхната чувственост. Реших да опитам да обясня на Ейми как да възстановява тази връзка, но не по интелектуален, а по-интуитивен начин. Затова извадих от едно чекмедже на бюрото си черен ръчно направен шоколад с привкус на канела и люта чушка.

* Вземи - подадох ѝ блокче. - А сега затвори очи, вдишай дълбоко и отхапи от шоколада. Не го дъвчи, просто го задръж в устата си. Обърни внимание на вкуса му и го притисни с език към небцето си. Усещаш ли лютия нюанс? А сега преглътни и обърни внимание на послевкуса. Може би започваш да усещаш и канелата. Вдишай аромата на канела и разшири фокуса на вниманието си така, че да осъзнаваш как всяка част от тялото ти оживява и започва да изпитва наслада. - Ейми следваше указанията ми. - Вдишай и бавно издишай, представяйки си, че въздухът излиза през вагината ти. Леко напрегни вагиналните мускули и си представи, че гениталиите ти се събуждат... Още веднъж. Осъзнай усещането и се отпусни в него... Още веднъж. А сега искам да си кажеш наум: „Аз имам правото да изпитвам удоволствие. Аз имам правото да изпитвам удоволствие". Обърни внимание какви образи нахлуват в съзнанието ти. Позволи на ума си да развие всеки сценарий, в който ти изпитваш наслада. - Дишането на Ейми едва забележимо се ускори. - А сега повтаряй на себе си: „Аз съм чувствено същество". Представи си как приемаш и се наслаждаваш на сексуалността си. Обърни внимание на състоянието, което те обзема... Добре, а сега отвори очи.

Очите на Ейми бяха навлажнени.

* Как беше? - усмихнах ѝ се окуражаващо.
* Забравих колко бях разгневена на Кейси. Просто не мога да повярвам как досега не съм се замисляла за собствените си желания.
* Чудесно. Искам да се чувстваш преизпълнена с жизненост, а не застрашена.

За да смекча негодуванието на Ейми заради начина, по който Кейси търсеше удоволствие, исках да я насърча да изгради у себе си усещането, че и тя има право на удоволствие. А първата стъпка към това беше сама да си даде позволение да изпитва наслада. Ако престанеше да чувства неудобство, получавайки удоволствие, тя щеше с охота да доставя удоволствие на Кейси, без да се чувства в подчинена позиция.

\*\*\*

* Колко често през деня мислиш за секс? - попитах Ейми един следобед.
* Ха! Нито веднъж.

Интересно, помислих си, до каква степен сексът беше изтласкан от ежедневието ѝ.

* Склонна ли си да направиш един експеримент?
* Нека първо чуя в какво се изразява той.

Тя все още беше твърде предпазлива по отношение на секса.

* Искам три пъти на ден за по три минути целенасочено да мислиш за секс. Можеш да го правиш навсякъде - в метрото или докато вървиш по тротоара. Същевременно искам да обръщаш внимание на сексуалната енергия навсякъде около себе си.
* И в хранителния магазин ли? Хранителните стоки могат да бъдат много възбуждащи - пошегува се Ейми.
* Да. Всичко може да бъде пропито с еротика. Затова оставяй всякакви сексуални фантазии да навлизат в съзнанието ти. Не ги съди, не ги оценяй, просто им обръщай внимание. Това ще ти позволи да установиш контакт със сексуалното си въображение.
* Добре. Мога да опитам.

Междувременно продължих да се срещам и с Кейси. Макар случката в парка „Уощингтън Скуеър" да му бе помогнала да започне да осъзнава своите сексуални желания, той трябваше да свърши още много работа. Все още не беше способен да споделя всичките си еротични мисли с Ейми, защото се страхуваше от нейното неодобрение.

Помолих го да помисли защо одобрението на Ейми беше за него по-важно от собствените му потребности. Най-същественото в една връзка не е непрекъснато да получаваш одобрение от партньора си. Понякога има несъгласия и неодобрение, но това не убива любовта.

В територията на сексуалността човек е уязвим. Възклицание като „Пфу!" или изказване като „Това е отвратително!" могат да ни наранят дълбоко. Но трябва да сме готови да понасяме подобни критики, тъй като актът на споделяне е по-важен от самолюбието.

Непрекъснато задавам на пациентите си въпроса „Какви са твоите желания?" и ги насърчавам да бъдат себе си. Мнението ми е, че трябва на първо място да уважаваме себе си и да бъдем изцяло автентични, дори когато срещаме неодобрение. Защото в крайна сметка лъжата винаги излиза наяве.

Кейси и Ейми бяха започнали трансформацията си от диаметрално противоположни изходни точки: Ейми беше фиксирана върху демонстрациите на любов, а Кейси върху порнографията. Между двамата обаче имаше нещо общо - социалните ограничения, в чийто плен бяха. Опитвах се да ги направлявам през мочурищата на различните културни послания, лични символи и емоционални значения, за да ги изведа на твърда почва. Налагаше се да се срещам с Ейми на индивидуални сесии, за да не я гневи Кейси. Освен това исках тя да остава съсредоточена върху себе си, вместо върху него, и често ѝ напомнях, че упражненията, които ѝ възлагам, целят да подпомогнат нейното израстване. Но същинската ми цел беше да помогна и на двамата да се сближат отново.

\*\*\*

* Е, ще ми споделиш ли някакви сексуални преживявания? - попитах Ейми на следващата ни среща.
* Да. Първоначално ми беше трудно да мисля толкова често за секс, но после започна да ми става забавно и започнах да го правя дори за повече от три минути. Сякаш открих цял нов свят около себе си. Оглеждах мъжете във фитнес залата, представях си ги без дрехи. Записах се на тренировки по джудо - намирам боричкането по татамито за възбуждащо. Направих обиколка по художествените галерии - някои от картините с огнените си цветове пораждаха у мен усещането за сексуално напрежение. Дори си позволих да пофлиртувам с един охранител в кварталния супермаркет... Освен това инициирах секс с Кейси - нещо, което обикновено не правя. Винаги го чаках той да направи първата стъпка.
* Как реагира той?
* Хареса му. Дори забелязах, че през последните две седмици е по-нежен към мен.

Кейси Вече ми беше разказал за реакцията си към промяната в Ейми и ми беше споделил, че с готовността си да изведе наяве и да приеме своята сексуална страна тя насърчавала неговата любяща страна.

* Справяш се чудесно, Ейми. Изглеждаш въодушевена от сексуалното си развитие - отбелязах.
* Така е - отвърна тя.
* Радвам се за теб.

Ейми все повече се превръщаше в жената, за която Кейси копнееше в началото на своята терапия. Тя беше жизнерадостна, въодушевена и любвеобилна. Бях доволна.

Усилията, които Ейми положи, за да развие сексуалната си фантазия, имаха за резултат прилив на жизненост и личностна сила. Реакцията на Кейси беше просто приятен страничен ефект от това. А що се отнася до Кейси, той изпитваше повече топлота към нея от всякога. И повече страст.

Друг благоприятен страничен ефект беше значителното намаляване на интереса му към порнографията.

## **МАРК**

Тъкмо бях започнала да изпитвам наслада от психотерапевтичната работа с мъже, когато внезапно ме обзе чувството за безполезност. Много често, макар пациентът на кушетката ми да твърдеше „Всичко вече е наред. Проблемът ми е разрешен“, аз забелязвах стиснатата му челюст, нервно движещото се нагоре-надолу коляно, свитите вежди. Очевидно някакво чувство напираше отвътре, но тялото упорито се съпротивляваше на откровението. Понякога, докато ме уверяваха що за мъжкари са, някои пациенти буквално защипваха кожа от лицето или шията си, сякаш стискаха отвора на балон. А когато стискаш отвора на балон, разбира се, не позволяваш на въздуха да излезе от него. Така те не ми даваха възможност да продължа терапията и да изследвам чувствата им.

По същността си психотерапията е в противоречие с общоприетата представа за мъжественост. Затова често задавам на пациентите си въпроса „Какво означава да си мъж“. Зададен от жена, този въпрос често предизвиква неудобство. Тъй като често ми се налага да работя с пациентите си върху предефинирането на понятието за мъжественост, аз се чувствам като антрополог, който наблюдава, води си бележки, категоризира непознати победения и класифицира подвидовете на поведенчески модели.

Когато попитам на какво се дължи неохотата им да изразяват своите емоции, обикновено получавам някакъв вариант на отговора „Това е признак на слабост". Имах впечатлението, че всички мъже искаха да приличат на мъжкаря от рекламите на Марлборо. Изключение беше един млад банкер с каменно изражение, който влезе в кабинета ми и с тон на робот заяви: „Искам да се науча да чувствам. Можете ли да ми помогнете? Искам да ме накарате да се разплача".

Иначе повечето отстояваха стоицизма си. Един от пациентите ми, когото вече познавате веднъж ми каза: „Какво се опитваш да направиш с мен? Жените не обичат добрите момченца". Пол, с когото също се запознахте, ми заяви: „Не искам да изглеждам мекушав. Мъжът не трябва да показва на жената колко много я обича".

Когато възразях с аргумента, че проява на по-голяма сила е всъщност да изразяваш чувствата си, те ме поглеждаха все едно съм си изгубила ума и се опитвам да ги принудя да се откажат от мъжествеността си. Един пациент дори ми се разкрещя: „Искащ от мен да говоря като момиченце", на което аз отвърнах: „Какво толкова има в това да изразиш чувствата си? Нещо съвсем естествено е, съвсем човешки акт, посредством който предаваш информация за себе си". Знам, че доста мъже са склонни да отхвърлят тази гледна точка, тъй като чувствата се смятат за женска територия, но дълбоко в себе си, убедена съм, те знаят, че говоря истината. Наясно съм, че споделянето на чувствата не е уместно в доста от сферите, където се изявяват мъжете - спорта, бизнеса, стоковата борса и пр. Наясно съм, че един войник няма как да каже: „Сержант, с това, което казахте, вие наранихте чувствата ми", но става ли въпрос за психотерапия, а още повече за интимни взаимоотношения, мъжът спокойно може да свали бронежилетката си.

Мъжете смятат, че проявяват слабост не само когато заплачат или се натъжат, а и когато изпитват чувства като несигурност, страх и дори любов. Някои мъже умишлено не изразяват любовта си от страх да не изглеждат мекушави или женчовци. Но избягвайки разговорите за чувства, има опасност мъжът да насити секса със своите неизразени емоции и фрустрацията заради неудовлетворените си потребности. В резултат на това той ще започне да доказва мъжествеността си в секса, вместо да люби мъжествено.

\*\*\*

В интерес на истината страхът на мъжете от изразяването на емоциите не е съвсем без основание. Те смятат, че могат да загубят уважението на жената, или още по-лошо - самата нея, което е в известна степен съвсем реална възможност. Наскоро с приятелките ми обсъждахме кои мъжки архетипи фетишизираме и най-честите отговори бяха: полицаят, пожарникарят, воинът и дори мафиотът. Никоя от нас не желаеше да преспи с Екхарт Толе. Една от приятелките ми заяви с агресивен тон, неотговарящ на миловидната ѝ външност: „Понякога ми се иска с мен да се отнасят грубо, да ме мачкат!". Тези жени желаеха да са с грубияни, злодеи и вампири.

Мисля, че жените жадуват за мъжественост. Желаят да почувстват силата на мъжа - както мускулите му, така и вътрешната мощ. А когато мъжът е фиксиран върху желанието да задоволи жената и го тресе страх от провал, той много често изглежда жалък, а въпроси като „Така добре ли е?", „Какво искащ да направя?“ и „Нараних ли те?“ звучат в най-добрия случай угоднически. Това не е поведение на мъж, който знае какво прави. Така той предоставя контрола в ръцете на жената в момент, когато тя желае властта да е у мъжа.

Отблъснати от липсата на самоувереност, много жени търсят алфа-мъжкаря, но в крайна сметка попадат в ръцете на някой егоистичен грубиян, който знае единствено да иска, да експлоатира и да наранява. А определено и това не е мъжествеността, която търсят жените.

Един познат веднъж ми каза, че съществуват два основни типа мъже: гладиатори и градинари. Първите са физически силни, агресивни и добри в леглото, но не стават за компания извън спалнята. Вторите са чувствителни и поетични. Те ще ти решат косата и ще ти носят сладолед по време на предменструалния синдром, но не са така добри в леглото. Те любят, но не така, че да усетиш мъжествеността им.

Аз лично не си падам по нито един от двата типа. Чистият гладиатор е силен, но разрушителен. Чистият градинар пък става инертен и импотентен. Но когато се съчетаят най-добрите качества от двата типа, получава се силен мъж, способен на нежност. Жените най-вече се възбуждат от мъже, които притежават решителност, способни са да поемат отговорност и знаят какво да правят. Тоест мъжете, които са въплъщение на естествената тестостеронна енергия и дават воля на тази енергия в желанието си към жените. И накрая, жените обичат мъже, които излъчват страст, което, разбира се, предполага емоционалност.

Обикновено след като проведем задължителния разговор на тема „Какво означава да си мъж", пациентите ми вече се чувстват достатъчно сигурни с мен и отварят шлюзовете на чувствата си. Макар някои от тях в началото да ми създават доста трудности, в крайна сметка се разкриват. Никой друг не може да ме накара да се гордея така, както коравият мъжага от Куинс, който твърди, че в изминалия сеанс е изпитал малко тъга. На подобни пациенти аз отвръщам; „Това е чудесно! Поздравления! Означава, че си човешко същество, способно да обича и да се обяснява в любов. И няма нужда да изпадаш в паника заради това".

\*\*\*

Един от моите незабравими пациенти беше Марк, приветлив преселник от Средния запад с естествено добродушно обаяние. Допадна ми още в самото начало. Може би дружелюбният и сговорчив нрав, непринудената усмивка и луничките около носа му придаваха момчешки изглед, въпреки че беше преминал средата на трийсетте. Беше неженен и работеше в творческия отдел на рекламна фирма. Първата ни сесия започна с някакъв незначителен разговор за особеностите на живота в Ню Йорк и за нашумелия роман, който носеше със себе си. Определено с нервното си бъбрене се опитваше да отложи началото на терапията.

Когато накрая реших да го разпитам по-подробно за причината да ме потърси - еректилна дисфункция, - Марк ме прекъсна и каза, че има и нещо друго.

* Просто... просто искам да имам връзка, но кажа ли на някоя жена що за човек съм в действителност, нямам никакъв шанс. - Изчаках да продължи, не исках да го прекъсвам. Беше видно, че искаше да ми каже истината, но ужасно се страхуваше. Каква ли тайна криеше?
* Всичко е наред - окуражих го. - Тук няма от какво да се притесняваш.
* Аз съм садист - каза изведнъж той. - За да се възбудя, трябва да удрям жените.

За миг останах втрещена. Трудно ми беше да повярвам, че този човек с момчешки вид, който нервно кършеше пръсти на кушетката пред мен, можеше да е садист. Беше ли възможно подобен мъж да притежава властността, необходима за да осъществява садистичните си фантазии.

* Принадлежа към садомазохистичното общество в Ню Йорк - обясни той. Каза още, че притежавал богата колекция от камшици и бил редовен посетител на частен клуб с ограничен достъп само на няколко пресечки от туристическите атракции на Таймс Скуеър. - Там си намирам жени. С тях никога не навлизам в по-лични отношения. Не искам да знам къде живеят и какво работят. Не ми трябва да знам дори имената им. Единствената информация, която ме интересува, са предпочитанията им, пределът, до който са готови да стигнат, и паролата, с която да ме известят, когато трябва да престана. Но навън от клуба съм стеснителен и не мога да се реша да заговоря жена - добави той с мрачен вид.

Тук ще направя кратко отстъпление, за да ви споделя някои свои мисли относно садомазохистичното общество в Ню Йорк. Неговите членове са възрастни хора, които контролират сексуалното си поведение, определили са своите граници и се забавляват с опиянението, съпътстващо подчинението и болката. Те се различават от мъжете, представени в предните глави, които желаеха да доминират над жени, които смятаха за по-низши. Ето защо аз винаги подхождам към сексуалните предпочитания на клиентите си с любопитство, вместо с безусловно приемане, което според мен затваря в пациента вратите към себеизследването и израстването.

\*\*\*

Бях заинтригувана от този двойствен мъж, които беше нечий съсед, невзрачен колега или кандидат за романтична среща, когото някоя жена бе „отрязала", защото ѝ се е сторил твърде „задръстен". За да открия мотивите, които тласкаха поведението му, аз трябваше да разбера какво точно го възбужда. Неговите сексуални фантазии щяха да ми осигурят ключ към психологическите му потребности и неразрешените му емоционални конфликти. Очевидно беше, че се чувства некомфортно с мен. Държеше се предпазливо, затова внимавах да не проявявам осъдително отношение, но все пак се стараех да съм пряма.

Помолих го да ми опише по-подробно какво се случваше в този клуб и дали изпитваше тревожност там.

* Не изпитвам никаква тревожност. Дори напротив. - Там нещата се случват по утвърдени сценарии. Мога да се „скрия" в ролята, която изпълнявам, дори напълно да забравя себе си. Мога да се превърна в съвсем различен човек.
* Какви роли харесваш?
* Харесва ми жената да стои на колене пред мен, китките и глезените ѝ да са вързани заедно, а аз бавно да обикалям около нея с камшик, да оглеждам тялото ѝ, да я удрям през гърба, седалището и гърдите. Обичам да наблюдавам как плътта ѝ се зачервява, кожата ѝ настръхва, а очите ѝ се навлажняват. - Марк поизправи гръб и продължи: - Харесва ми да виждам страха, изписан по лицето ѝ, докато ме умолява да не я удрям повече. Да обещава, че ще направи каквото пожелая, ако я освободя. Аз пренебрегвам молбите ѝ и оставям между ударите достатъчно време, за да очаква с болезнен трепет всеки следващ. Обичам да ме умолява да престана. Това, разбира се, е част от играта и тя не го иска в действителност.
* Харесва ти да предизвикващ страх.
* Да.
* Да се страхува жената пред теб, не самият ти.
* Да.
* Защо обичащ да причиняващ болка на жените?
* Защото болката ги прави покорни.
* А как те кара да се чувстващ това?
* Уверен... Като господар, който има власт, контрол.

Разговорът беше приел много интересен обрат. Питах се дали Марк не проектираше своя страх върху

жените, след което, доминирайки над тях, се опитваше да го преодолее.

* После правиш ли секс с тези жени?
* Рядко - промърмори Марк. - Знам, знам, това е странно. Но въпреки че се надървям по време на тази игра, после винаги губя ерекция.

Фактът, че губеше ерекция, предизвика любопитството ми, но реших да оставя изследването му за по-нататък.

* Добре, научих как би желал да се чувстваш в присъствието на жените. Можеш ли в този контекст да ми разкажеш нещо за връзките си...
* Извън клуба би могло да се каже, че съм чувствителен и дори романтичен мъж... И че жените ме плашат - добави той смутено.
* Защо?
* Трудно е да бъдат задоволени. Последната ми приятелка, Кати, беше много властна. Бях всеотдаен, но колкото повече правех за нея, толкова повече тя изискваше от мен.
* Какво правеше за нея?
* Питай ме какво не правех - въздъхна той. - Ето един пример. Тя имаше куче чихуахуа, дяволско създание на име Руби. Беше изключително нервно и пикаеше навсякъде и по всяко време. Кати му слагаше дамска превръзка от своите, прихваната с лента за коса. Веднъж Руби изтича през вратата навън и тя ме накара да го гоня по Хюстън Стрийт.

Едва се сдържах да не прихна.

* Ясно ми е, че съм човек със склонност да угажда - каза Марк, сякаш за да се защити срещу някаква неизречена критика. - Такъв съм и на работа. Шефката ми обича да тъпче хората и непрекъснато работя извънредно и поемам допълнителни задачи. Без да се оплаквам. Като коня от „Животинска ферма" на Оруел съм, работник, нетърпелив да угоди на шефа си.

Вече бях добила представа за най-малко две страни от живота на Марк. Но какво беше отношението между тях?

* Какво представляваше сексът ти с Кати? - попитах го. - Тя знаеше ли за...
* Нямаше представа, че принадлежа към садомазохистичното общество - прекъсна ме той. - Със сигурност нямаше да ѝ се харесат моите предпочитания, затова в леглото правехме най-вече това, което тя желаеше... Тоест правехме любов.

Последните думи бяха друг познат рефрен, обикновено наситен с негодувание срещу зле разбираната представа на жените за „добър" или „приемлив" секс.

* Това не ти ли харесваше?
* В интерес на истината, харесваше ми - отговори Марк с неохота, - но много пъти губех ерекция точно преди да започнем със секса.

Това всъщност беше причината Марк да ме потърси. След въведението, което бях чула, можеше веднага да се заема да изследвам еректилната му дисфункция, но аз предпочетох да задълбая в неговия двойствен живот.

* Значи си пазил значителна част от себе си в тайна?
* Да... - Той направи пауза, сякаш внезапно си беше спомнил нещо. - Всъщност имаше един сценарий с домашен прислужник, който и двамата харесвахме. Ходех из апартамента на Кати по слипове, а тя ми нареждаше да измия чиниите или да почистя пода. Даваше ми заповеди с тон на сержант от армията, а после, докато ги изпълнявах, ме галеше нежно и с мек глас ме хвалеше: „Добро момче".

Дали в садомазохистичния клуб или извън него, животът на Марк беше белязан от мотива за подчинението. С анонимните жени господарят бе той. С Кати пък бе играл роба. Марк се чувстваше безсилен отвъд пределите на клуба, но беше съумял да еротизира своето безсилие.

Всичко като че ли се нареждаше, но нещо все пак ме смущаваше.

* Щом Кати е харесвала сценария с прислужника, какво те възпря да ѝ разкажеш за другите си фантазии?
* Тя винаги беше много критична към мен. Не исках да я разстройвам.
* А как се отнасяше към теб, когато беше разстроена?
* Крещеше ми и ме обиждаше, след това дълго не ми проговаряше - отговори той и побърза да приключи темата: - Затова гледах да не я разстройвам.

Забелязах, че Марк стисна челюсти.

* Долавям известно негодувание.
* О, не. Не, не. Ни най-малко.
* Значи обичаш да се жертваш.

Марк не знаеше как да отвърне.

* Изглежда, Кати е била доминиращата страна във връзката ви - задълбах още.
* Е, не съм егоист - отвърна той отбранително. - Гордея се, че съм човек, който не скъпи усилията си и се раздава на другите. Винаги съм вярвал, че това е много важен принцип. Имам силно развито чувство за справедливост...

Марк продължи да ми говори за достойнствата на алтруизма. Бях се натъкнала на солидна барикада, зад която той чувстваше превъзходство над останалите. Макар все още да не знаех какво точно представлява тя, неговите оправдания бяха признак, че се стараеше да се предпази от някакво чувство. Може би от гнева, който виждах да се процежда в усмивките му. Неискреността му ме нервираше, имах чувството, че зад любезното му изражение се криеше човек, който желаеше да откъсне главата на някого.

След като Марк си тръгна от кабинета, аз си дадох сметка, че въпреки раздразнението, което ме бе обзело накрая, сесията с него всъщност ми беше доставила удоволствие. Марк ме беше заинтригувал. Той притежаваше неподправен, добродушен чар, подплатен с интелигентност, и като цяло създаваше впечатлението за „добро момче". Но това за жалост беше част от проблема. Проникването в жена изисква агресия. Може би у Марк тлееше някакъв несъзнаван конфликт, който в реалния живот го принуждаваше да възприема пасивната роля.

Мислейки за пасивността на Марк, си спомних какво ми бе разказала близка приятелка по време на една сутрешна разходка из Сентрал Парк. Тъкмо беше започнала да излиза с нов мъж. Беше много въодушевена, цъфтеше от радост. Той изглеждаше съвършен: красив, успешен, свръхинтелигентен, интересен, вежлив... Но имаше един недостатък: не бе способен да взима решения сам. Приятелката ми обясни, че дори уговарянето на първата им среща било истинско мъчение:

* Искаше да знае каква храна обичам, в какви ресторанти обичам да ходя, в коя част от града. После ми се обади, за да ме попита дали часът, в който е резервирал маса, ми е удобен - при положение че вече го бях уверила, че цяла вечер ще съм на негово разположение. Не можеше ли просто да ми каже: „Резервирал съм маса в ресторант, ще те взема в осем" - оплака се тя. - Да вземе нещата в свои ръце, за бога!
* Как е в леглото? - пошегувах се.

Погледът в очите ѝ ми подсказа, че още не бяха стигнали до този момент, но и тя си задаваше същия въпрос.

* Какво да направя? Когато му кажа, че му предоставям пълната свобода да взима тези решения, той се дразни.

Понякога и Рами се държеше така. Реших да ѝ разкажа за него.

* Веднъж с Рами бяхме в Долен Ийст Сайд и търсехме ресторант, където да седнем, а Рами не спря да повтаря „Където ти избереш". Чувствах, че ако чуя още веднъж тази фраза, ще избухна, затова му казах: „Просто ми кажи къде искаш да седнем!", а той отвърна: „Нямам претенции - където на теб ти хареса".
* И какво направи ти? - попита приятелката ми.
* Първото, което ми дойде наум - изкрещях му: „Вземи решение на мига или те зарязвам тук на улицата!“, след което тръгнах надолу по тротоара.
* Той взе ли решение?
* Хвана ме за лакътя и ме дръпна в един мексикански ресторант на няколко метра от мястото, където бяхме. Храната беше ужасна, но аз бях щастлива.

\*\*\*

В първия от почивните дни след сесията с Марк се запътих към летището, за да посетя Рами. Спрях едно такси, седнах на задната седалка и се взрях през плексигласовата преграда, за да прочета името на шофьора.

* Здравей, Мохамед, ти женен ли си?
* Да.
* Кой командва в брака ви - ти или жена ти?

Мохамед се засмя.

* Жена ми е господар във всичко. Ум кроне.
* Ум кроне? Какво означава това?
* Жена с рог. Това е думата ни за жена, която е стъпила на врата на мъжа си.
* Тоест значението на тази дума е лошо.
* О, лошо е, много лошо.
* Обясни ми какво лошо има в това властта да е у жената - помолих го.
* Не е правилно властта да е у един човек, било той жена или мъж - отвърна Мохамед. - Има една арабска поговорка, която гласи: „Наречи някого свой господар и той ще те продаде на пазара за роби".

На мен пък „жена с рог" не ми звучеше никак зле. Но исках и мъжът до мен да има рог. Смятах, че енергията трябва да се движи и в двете посоки, че и двамата партньори трябва да подкрепят един у друг чувството за лична сила. Освен това бях на мнение, че самият сблъсък между две автономни личности създава необходимото напрежение за наличието на сексуална страст.

\*\*\*

В началото на следващата сесия Марк влезе в кабинета ми, промърмори нещо незначително, след което седна в единия край на кушетката и сложи една от възглавниците в скута си, сякаш за да се предпази от нещо. Погледна ме с очакване. Аз му се усмихнах, но не казах нищо. Той продължи да мълчи. Марк определено активираше моята контролираща страна и в работата ни започваше да се откроява определен модел: колкото повече той отстъпваше, толкова повече аз бях склонна да се налагам. Сигурна бях, че буди и у другите жени същата реакция. Реших, че е необходимо да обсъдим тази динамика, затова нарочно възприех пасивната роля. Виждах, че мълчанието поражда у него безпокойство, но въпреки това не желаех да проговоря първа. И двамата погледнахме встрани, след което отново срещнахме погледите си.

* Знаеш ли, че на стената точно до бюрото ти има дупка? - каза накрая той.
* Ъхъм - отвърнах, без въобще да се обърна, за да погледна дупката.
* Доста си мълчалива днес.
* Просто чакам да започнеш разговора.
* Не е ли това твоя работа?
* Искаш аз да реша за какво да говорим?
* Не ти ли плащам именно за това? - отвърна той с напрегната усмивка.
* Плащаш ми да ти казвам какво да правиш?
* Не знам за какво да говоря днес.
* Тогава ще изчакам, докато нещо ти дойде наум - казах аз, поставих едната ръка в скута си, а с другата започнах небрежно да си играя с кичур коса. Без да свалям поглед от Марк.
* Не мисля, че това ми помага - заяви накрая Марк и с гневно движение грабна чантата си, очевидно заплашвайки ме, че е готов да си тръгне.
* Като че ли си ми ядосан.
* Ако просто седим и се гледаме, нищо няма да се получи - промърмори той.
* Плащаш ми доста пари, за да ти помагам да работиш върху себе си - отвърнах. - Смятах, че ще бъдеш по-активен.
* Чувствам се в задънена улица.
* Разбирам те. Свикнал си жените да ти казват какво да правиш. Но мислех, че това не ти допада.
* Права си.
* Тогава защо искаш от мен да ти казвам какво да правиш? Осъзнаваш ли, че ми се разгневи, защото не те направлявам? Но ако върша вместо теб твоята работа, какво ще научиш?

Аз също изпитвах неудобство, защото не обичам мълчанията и бездействието. Те изваждат на повърхността собствените ми страхове - от това да изглеждам некомпетентна например. Разбира се, никак не ми се нравеше пациентите да ми се гневят, но техниката, която предприех, обикновено имаше успех.

Оставих Марк да помисли известно време върху тези въпроси, след което се заех да узная дали неохотата да поема отговорност не се коренеше в някакъв сериозен инцидент в детството. Нямаше как, дадох насока на разговора и започнах да го разпитвам за ранния период от живота му. Разказа ми, че баща му починал внезапно от инфаркт, когато той бил на дванайсет години. Скръбта сломила майка му, тя изпаднала в тежка депресия и едва намирала сили да ходи на работа, та какво остава да се грижи за двете си момчета.

Марк бил по-големият и много добре осъзнавал колко зле се чувствала майка му. Не желаел с нищо да я разстройва повече.

* Единственото, което исках, беше да я направя щастлива - каза ми той. За тази цел помагал в поддържането на домакинството и се грижел за по-малкия си брат, стараейки се и той да не причинява излишни главоболия на майка им. Когато брат му вършел пакости, налагало се той да го наказва. - Понякога нервите ми доста се опъваха.
* Значи си играел ролята на доброто момче - казах, подбирайки стратегически думите си.
* Да.
* А премина ли през бунтарска фаза?
* Не, нямах тази възможност. Бях изцяло съсредоточен върху това да направя мама щастлива. Не можех да си позволя да ѝ противореча или да ѝ се опълча.
* Какво щеше да се случи тогава?
* Тя беше толкова уязвима и тревожна. Щяха да ме измъчват угризения на съвестта, затова изпълнявах ролята на добрия син и се опитвах да усещам гордост от това. Бунтарски се държеше брат ми и го мразех заради това.
* Струва ми се, че и досега в отношенията си с жените ти изпълняваш същата роля.
* Да, във връзката с последната ми партньорка и на работа.
* Какво ти струва това?
* Какво имаш предвид?
* Лишава ли те от нещо тази роля?
* От собствен глас - отговори той. - Позволявам... на жените да ме тъпчат.

Марк формулира проблема си съвсем точно.

* Не желаеш да бъдеш непокорен, да се гневиш, да си свободен.

По ирония проблемът на Марк не можеше да бъде разрешен посредством техниките на традиционната сексуална терапия, тъй като генезисът му не беше сексуален. Преживяванията от детството бяха предизвикали разрив в личността му. Желанието му да бъде отговорен беше свръхразвито, докато желанието му за независимост се спотайваше в тъмните кътчета на психиката му и излизаше оттам единствено под прикритието на сексуалността. В света на фантазиите си Марк компенсираше онова, което му липсваше в ежедневието, но пребивавайки в този свят, той се лишаваше от способността да реализира желанията си в своите действителни връзки с жените.

Целта ми беше да му помогна да интегрира своите два свята. Ето защо беше необходимо да се съсредоточа не върху сексуалното му поведение, а върху гнева срещу майка му. Може би ако съумееше да осъзнае и разбере този гняв, той щеше да придобие реална самоувереност и да спре да се самозалъгва със сурогатната власт в садомазохистичните ролеви игри.

Марк не се стесняваше да иска удовлетворение на желанията си от жени, които не бяха значими за него. Но в рамките на връзките си той беше дотам обсебен от мисълта да направи партньорката си щастлива, че пренебрегваше собствените си желания. Щом една жена станеше важна за него, той регресираше до старата динамика в отношенията с майка си. Смятах, че несъзнателно проектираше гнева си към нея върху другите жени.

* И така, когато желанията ти не бъдат удовлетворени, обвиняваш за това партньорката си и ѝ се разгневяваш.
* В повечето случаи дори не осъзнавам, че съм гневен. Просто ставам раздразнителен и потиснат. Не давам никакъв израз на гнева си, докато не реша да сложа край на връзката, както постъпих с Кати. Това се случи преди две години, но и досега чувствам вина. Тя изглеждаше съсипана. Все още беше влюбена в мен. - Марк замълча за кратко. - Защо постъпих така?
* Имал си нужда от свобода, тъй като не си бил способен да бъдеш себе си. Потискането на гнева и изобщо на спонтанното себеизразяване води до раздразнителност и депресия.
* Може би затова се почувствах така свободен, след като я напуснах. Не изпитвах никаква тъга по нея. Но вината ме преследва и до днес.
* Сега вече знаем защо ти е толкова трудно да се разгневиш. Вината блокира тази твоя способност. Ти все още щадиш уязвимата си майка.

В паметта на Марк очевидно нахлуха спомени и той ми разказа следното:

* Тя имаше навика да седне на кухненската маса, да скупчи пред себе си сметките за домакинството и мълчаливо да се взира в тях... Веднъж брат ми падна от колелото и си направи голяма рана на едната буза. Когато майка ми го видя, се разплака, а след това страшно се разгневи. Сграбчи го за раменете и по погледа ѝ познах, че е изгубила контрол върху себе си. Изпаднах в паника и се намесих, за да предпазя от гнева ѝ брат си... Никога няма да забравя този поглед.

Отговорността за психичното равновесие на майка му е била за Марк тежко бреме.

* Кой беше твоята опора? - попитах.
* Нямаше такъв човек - сви рамене Марк. - Бях способен да се чувствам добре единствено полагайки усилие тя да е щастлива. Чистех къщата, грижех се за брат си. Спреше ли да плаче, усмихнеше ли се, всичко беше наред и аз можех да съм спокоен.
* Душевното ти равновесие е зависело изцяло от нейното щастие. А пречеше ли това на себеизразяването ти?

Бях сигурна, че гневът, криещ се под пасивността на Марк, е златният ключ, който щеше да му позволи да промени цялостния си модел на поведение и да освободи своята личностна сила. Хората често смятат гнева за отрицателна емоция, която трябва да се избягва по очевидни причини. Но гневът е една от моите любими емоции, защото е признак за наличие на здрава идентичност. Той е сигнал, че някакви важни права или граници са били престъпени. Трябваше да помогна на Марк да възвърне усещането си за идентичност, без да се отрича от любовта към майка си.

Реших да използвам известната техника с празния стол от гещалт терапията и двамата се престорихме, че майка му е при нас в кабинета. Помолих го да си представи, че тя седи на празния стол, и да ѝ каже всичко, което е чувствал като юноша. Аз застанах така, че да съм извън полезрението му, и се намесвах само от време на време, за да отразя чувствата му. Както обикновено, опитвах се да разпалвам емоциите му.

* Кажи ѝ всичките причини, поради които си се чувствал бесен - дадох му указание.

Марк като че ли не се сещаше какво да каже.

* Хайде, кажи ѝ от какво си имал нужда - подканих го.

И тогава Марк се отприщи:

* Имах нужда да спреш да цивриш и да ми бъдеш майка, по дяволите! - почти изкрещя той и леко се присви, сякаш опитвайки се да задържи вълната на прииждащата емоция. Но беше твърде късно.
* Кажи от какво още си имал нужда - окуражих го с мек глас.
* Имах нужда да признаваш присъствието ми, но ти беше изцяло погълната от собствената си скръб. Защо беше неспособна да се вземеш в ръце? - извика Марк.
* Бил си ѝ много гневен - подсказах му.
* Чувствах се така, сякаш въобще не съществувам за теб. Дори не се сещаше за нас. Постоянно беше някъде другаде. - С пламнало лице и разтреперан, Марк се наведе към невидимия образ на майка си. - Аз се грижех за всичко. Аз станах бащата, главата на семейството.
* Марк стисна юмруци. - Нямах избор, бях хванат в капан. В шибан капан!

Да, обичах гнева, но когато се озовях в кабинета си насаме с разярен мъж, честно казано, обземаше ме страх. Надявах се Марк да не изгуби изцяло контрол върху себе си. От една страна, той имаше нужда да изрази този гняв - най-лошото, което можеше да стори сега, беше отново да го потисне, както беше правил в продължение на години. Още повече че се нуждаеше от жена - аз, - която да прояви достатъчно сила и да приеме чувствата му.

Марк дишаше учестено.

* Татко почина... и ти също ме изостави.

Ето че след гнева на повърхността изплува и скръбта. Марк скри лицето си с длани и се извърна от мен. Раменете му се разтресоха от неудържим плач. Изчаках малко и му дадох една от възглавниците на кушетката, казах му да я стисне здраво. Да наблюдаваш чуждата скръб е покъртително. Не исках да плача заедно с Марк, но нямаше начин да остана безучастна. Захлипах.

След като Марк беше освободил гнева и скръбта си, въпросът беше какво щеше да направи с тези мощни преживявания. Дали щеше да ги използва, за да преодолее вината си, или щеше отново да се затвори в себе си и да се върне към познатия си модел на поведение? Щеше ли да съумее да остане с истинската си самоличност? Беше ли в състояние да се възползва от възможността да стане мъж?

\*\*\*

Същия следобед проведох още един сеанс, след което отидох да се разходя в близкия Брайънт парк. Отново обмислях да сложа край на връзката си с Рами, но този път наистина и окончателно. Бях започнала да се подготвям умствено - да събирам кураж и да изготвям план.

От ума ми не излизаше случилото се една вечер преди няколко месеца, тъкмо след поредната ни минираздяла. Без да ме извести. Рами бе долетял в Ню Йорк и ми се обади от малък испански ресторант в Ийст Вилидж. Със съвсем небрежен тон, сякаш случайно минаваше през квартала, той ми предложи да се срещнем. Сърцето ми се разтуптя, едновременно от възбуда и тревога, тъй като го познавах достатъчно добре, за да доловя в преднамерено небрежния му тон действителното желание да ме види. А това желание означаваше само едно; че не желае да се разделяме.

Съгласих се да отида в ресторанта при него, но бях твърдо решена да не се поддавам на увещания за събиране. Щяхме просто да вечеряме, да изпием по чаша вино и да поговорим. След като преполовихме бутилка вино, ние вече разпалено обсъждахме живота, който бяхме мечтали да водим заедно. Той взе двете ми длани в своите и ми каза:

* Хабиби, няма нужда да работиш, няма нужда да се тревожиш за каквото и да било. Аз ще поема изплащането на студентския ти заем, ще се погрижа за всичко. Ще пътуваме където ни хрумне, можеш да пишеш книги и изобщо да правиш всичко, което те прави щастлива.

Какво предложение! Почувствах как ме обзема познатата топла еуфория. Израснала съм в семейство от средната класа и винаги съм знаела, че ще трябва да работя здравата, за да си изкарвам прехраната. В интерес на истината така и не бях успяла да повярвам, че стилът на живот на Рами би ми подхождал, но въпреки това неговите обещания бяха в съзвучие с моите най-съкровени желания този красив, щедър и по-възрастен от мен мъж да ме спаси и да се погрижи за мен. След което да заживеем щастливо и безгрижно.

* Искам също така да усъвършенстваш арабския си, в случай че решим да останем за по-дълго в къщата в Ал Бирех - добави той.

В главата ми нахлуха множество други идеи, буквално се задъхвах от вълнение пред възможността мечтаният от мен живот да стане реалност. Пред очите ми се заредиха сцени с наргилета и арабски жасмин, всичките места, които исках да посетя. Исках да кръстосам надлъж и нашир целия Близък изток - Тунис, Ливан, Йордания. Да, можех да стана новата Фрея Старк, знаменитата писателка и пътешественичка, изследователка на Близкия изток. Пред мен се откриваше възможността да пътувам където и когато поискам, да осъществя всеки свой творчески импулс. Кой не би се възползвал от подобен шанс, мислех си. Щях да участвам в доброволчески мисии, да напиша книга, да заснема документален филм. Исках също така да посетя Бразилия, Танзания и Гърция. По това време бях изцяло обсебена от едно градче в Централно Мексико, наречено Гуанахуато - център за търговия със сребро по колониално време, - известно със своята красота и романтика.

Исках да водя екзотичен, необикновен живот. Може би все пак имаше някакъв начин да поправим отношенията си.

* Основният ни дом ще е във Флорида - не спираше Рами.

Стомахът ми се сви. Не отново! Неведнъж бяхме спорили по този въпрос.

* Рами, много добре знаеш, че не желая да живея във Флорида! - повиших тон.
* Не се тревожи - засмя се той. - Почти няма да се прибираме.

Да напусна Ню Йорк? Никога! Обичах този град много повече от Рами и не бих го заменила с Флорида. Не желаех да изоставям кариерата си, приятелите си. Там бях щастлива и доволна. Осъзнах, че за предложението на Рами трябваше да заплатя прескъпо: с всичко, което имах. Ако приемех, дали в действителност щях да спечеля?

Унесена в тези размисли, седнах на една пейка. Спомних си и за вечерята ни предния ден. Рами седеше срещу мен, мълчалив и взрян някъде в пространството зад мен. Не проявяваше почти никакъв интерес към онова, което му говорех за пътуванията, политиката, работата си и неговия живот. Сякаш говорех на дърво. Питах се дали вече не го отегчавам. До такава степен ли му бях дотегнала, че да не бе способен дори да симулира интерес? Чувствах се като някаква стара дреха, с която собственикът така е свикнал, че вече не забелязва красотата ѝ.

Бурите в нашата връзка, изглежда, бяха взели своето и моите най-лоши страхове се сбъдваха. Страстта между нас отшумяваше. Освен това напоследък Рами беше силно разтревожен. Икономиката се сриваше и той губеше много пари в бизнеса си. Може би щеше да му олекне, ако ми беше казал, но това не беше в стила му. Той просто се бе оттеглил в онази малка тайна стаичка, която има дълбоко в душата си всеки мъж, за да си блъска главата сам върху световните проблеми. Като истински мачо не желаеше да узная, че се намира на ръба на отчаянието. Въпреки това очите му непрекъснато шареха насам-натам и аз се чувствах напълно невидима. След всяка раздяла ни събираха отново мечтите за бъдещето и ние навлизахме в кратък период на еуфория, който прекарвахме опиянени от коктейлите на съвместните ни фантазии, след което, няколко месеца по-късно, внезапно се „свестявахме", седнали един срещу друг, гледайки се с празни очи над две порции паста.

Знаех, че трябва да се освободя от Рами. Същата вечер, докато бях сама в апартамента си, аз започнах да си давам сметка, че по-страшно за мен беше да се разделя с мечтите си, отколкото с него.

Трябваше да разбера дали бях в състояние да си създам собствени мечти.

\*\*\*

Един ден Марк Влезе в кабинета ми изключително потиснат. Това всъщност беше положителна промяна, тъй като беше захвърлил маската на фалшивата си любезност. Попитах го как се чувства и той отговори;

* Не ми е леко. Но ми харесва да съм естествен. Започнах да изразявам и отстоявам позицията си на работа и това ме кара да се чувствам много добре.
* Направил си голяма крачка напред! - похвалих го. Бях горда с него. През последните няколко месеца Марк постепенно утвърждаваше себе си във всички области на своя живот. Исках да подкрепя постигнатото от него ниво на автентичност. - Сега е по-лесно човек да се сближи с теб. Това ще ти помага във връзките с жените.
* Докато сме на тази тема, искам да ти кажа нещо - внезапно се оживи той. - Влюбен съм в теб.
* О, така ли? - беше единственото, което успях да отвърна.

Бях стъписана и усещах лицето си пламнало, но всъщност не бях напълно изненадана. От известно време усещах нещо в атмосферата между двама ни и ако трябваше да съм честна, и аз си падах по Марк. От много месеци работехме заедно и бях започнала да очаквам сесиите с него с нетърпение. Веднъж дори се улових, че си оправям грима, преди да изляза в чакалнята, за да го поканя в кабинета.

Дали аз не бях предизвикала това? Господи! Надявах се да не съм направила нещо, с което да го поощря. Може би несъзнателно бях флиртувала с него? Действително го чувствах по-близък, отколкото всеки друг от пациентите си. На моменти разговорите ни бяха по-скоро приятелски, отколкото терапевтични. Реших да задържа фокуса на вниманието ни върху него.

* Разкажи ми повече за чувствата си.
* Чувствам, че ме разбираш.

У мен се разля приятна топлина.

* Това сякаш е ново преживяване за теб. Опиши ми какво е да разговаряш с човек, който се опитва наистина да те разбере? - попитах.
* Никога не съм се чувствал по подобен начин - разголен, но същевременно обгърнат със загриженост. Никога преди не съм имал подобни отношения с жена, дори с майка ми.

За Марк аз бях силна жена, способна да го преведе през гнева със спокойна ръка - нещо, което майка му заради скръбта си не бе съумяла да стори. Припомних си думите на един мой наставник в психотерапията: „Винаги създавай у пациента впечатление за вътрешна сила. Твоята сила сама по себе си е лечебно средство". Бях осигурила на Марк безопасно пространство, където можеше да изостави ролята си на предан син и да се прояви като човешко същество.

* Този род отношения действително крият огромна сила - обясних. - Харесва ти, че виждам истинската ти същност. Освен това аз те приемам безусловно, а на теб именно това ти липсва.

Надявах се Марк да разбере, че чувствата му към мен се кореняха в успешните ни терапевтични взаимоотношения, които бяха основани на познаване и приемане на неговата най-съкровена същност. И досега ме поразява човешката потребност от изслушване и безусловно приемане. Работата ми беше да я удовлетворявам, не проявявах специално отношение към него. Марк нямаше представа що за човек бях извън кабинета си и какви бяха представите ми за романтична връзка.

* Чувствам се като глупак - каза той и извърна поглед. Не обичах да го виждам смутен.
* Изисква се кураж, за да разкриеш чувствата си. Това е достойно за уважение.
* Бих искал да мога да го правя и с другите жени - продължи Марк. - През почивните дни излязохме с приятели и в едно заведение се заговорихме с една жена. Всъщност аз я заговорих, което е новост за мен. Тя беше интелигентна и интересна, разговаряхме цялата вечер и си тръгнахме заедно от бара. Изпратих я до дома ѝ и пред входната врата се целунахме. После - за моя изненада - тя започна да ме опипва и поиска да се кача с нея горе. Но аз отказах. Просто знаех, че няма да съм способен да поддържам ерекцията си.

Почувствах пристъп на ревност. Но веднага след това изпитах облекчение, че вече разговаряхме за друга жена, не за мен. Именно от това имаше нужда Марк - да започне да излиза с жени по обичайните за другите хора места. Трябваше да се придържам към терапевтичната си роля и да овладея личната си реакция към своя пациент. Подобно нещо не ми се беше случвало до този момент.

* Прекрасно е, че си се сближил с тази жена и най-вече че ти си направил първата крачка. Но когато отношенията ви са започнали да преминават в зоната на сексуалното, твоята тревожност отново е изплувала на повърхността. Да се съсредоточим върху този момент.
* Допадна ми, че беше агресивна. Още в мига, в който прояви тази своя черта, я харесах.
* Защо?
* Защото това сваля напрежението в мен.

Казах на Марк, че е необходимо да се изправи лице в лице с това напрежение, вместо да го избягва.

* Добре, в такъв случай ще ти кажа, че имам една сексуална фантазия с теб - заяви внезапно Марк.
* О, не! Отново се превърнах в тема на разговора ни. Може би фантазираше, че ме пляска? Колкото и да ми беше неудобно, трябваше да чуя съдържанието на фантазията му и да се възползвам от него терапевтично.
* Разкажи ми за нея.
* Не знам...
* Ти очевидно искаше да ми я разкриеш - казах аз, леко объркана и изнервена от самоувереността, която Марк проявяваше спрямо мен. - Няма нужда да ми я разказваш в подробности. Кое беше основното в нея?
* Топлотата, нежните докосвания, страстните целувки. Представих си, че си в апартамента ми, че сме заедно в леглото ми, вплели тела.
* Как се чувстваше по време на фантазията си?
* Бях възбуден от нежността, която проявявах към теб.
* Помисли сега какво тази фантазия разкрива за теб в този момент от живота ти.

За моя радост Марк прие новата посока, в която тласнах разговора.

* Разкрива, че съм способен да изпитвам нежни чувства и възбуда едновременно.

Това беше действително подобрение. Любовта беше навлязла в сексуалните фантазии на Марк, а той беше станал по-самоуверен в ежедневния си живот. Същевременно като че ли изпитваше по-малко гняв. Атмосферата в кабинета ми беше някак по-лека. Под усмивките му вече не прозираше омраза. Марк беше станал по-щастлив мъж.

В края на сесията двамата се изправихме и той тръгна към вратата, но се спря до мен, сякаш обмисляйки нещо. Усмихнах му се мълчаливо. Но усетих как бузите ми поруменяха, защото си представих как ме сграбчва, притиска ме към вратата и започва да ме целува. Минах зад стола си в несъзнаван опит да се предпазя от собствената си фантазия или, пази боже, от това да се издам. Бях в много необичайна ситуация. Никога не бях чувствала нещо подобно към свой пациент, а повярвайте ми, немалко привлекателни и интересни мъже бяха сядали на кушетката ми, някои от които ненаситни донжуановци. Никога не бях чувствала привличане към някой от тях.

Марк ме изгледа продължително и отново тръгна към вратата. След като останах сама, закрачих из кабинета.

Чувствах се като след любовен акт, а също така виновна, сякаш бях извършила нещо крайно нередно.

Размишлявайки върху сесията с Марк, аз осъзнах, че между нас се беше случило нещо далеч надхвърлящо обичайното увлечение, което често възниква в рамките на терапевтичните отношения. В личността на Марк се осъществяваше коренна промяна. От пасивно-агресивен мъж той се превръщаше в самоуверен и храбър човек.

Той беше поел риска да сподели чувствата си към мен и аз бях въодушевена от неговото откровение. За да се поддържа една връзка, е необходим точно такъв кураж, мислех си. Марк беше демонстрирал качество, с каквото аз самата не можех да се похваля в личния си живот. Предпочитах да скъсам с Рами - или да фантазирам, че го правя, - вместо да се заема с разрешаването на проблемите между двама ни. Но с пациентите си не можех да скъсам. Трябваше да съм до тях и да им създавам усещането за безусловно приемане. Именно благодарение на това аз се чувствах преизпълнена със сила, каквато не бях чувствала в присъствието на друг мъж. Не говоря за онази лъжлива сигурност, произтичаща от зависимостта, а за куража да взимаш решения и да предприемаш действия. Лесно е да се впуснеш в една връзка, защото не обичаш да си сама или ти харесва да бъдеш обичана, но да отвръщаш с любов се изисква способност да поемаш рискове и да понасяш несигурността.

Интимността изисква храброст. Марк ми разкри своите желания вероятно с ясното съзнание, че ще бъде отблъснат, и аз желаех по някакъв начин да възнаградя постъпката му. Много от клиентите ми са неспособни на реална промяна в сексуалността си, тъй като им е трудно да разкриват еротичните си желания. Защо? Защото това предизвиква съмнения в собствената стойност, страх от отхвърляне и опасения да не бъдеш възприет като извратен. Ето защо фокус на сексуалната терапия много често става придобиването на самоувереност - без нея интимността е невъзможна. Разкривайки се пред мен, Марк направи още една крачка към себеприемането.

Стигнах до убеждението, че идеалът за мъжественост всъщност е онова, върху което се гради успешната връзка. Често разговарях с пациентите си какви мъже биха искали да са в отношенията с партньорките си и това ми помогна да уточня някои важни въпроси, които жените бе добре да си задават, когато си търсят подходящ партньор. Как се справя мъжът с емоциите си? Способен ли е да управлява гнева и скръбта си? Губи ли контрол върху себе си, или потиска тези емоции, без да им дава никакъв външен израз? Отреагира ли несъзнаваните си конфликти, нападателен ли става, или се затваря в себе си? Как се справя със стреса? Способен ли е да дава и да получава любов? Способен ли е да осигурява подкрепа и сигурност? В състояние ли е да поддържа любовта си в моменти на фрустрация и трудности? Способен ли е да не губи себе си в любовта и да помага на жената до себе си да е възможно най-автентична?

Опитвах се да моделирам нагласите и отношението на пациентите си към жените. Често дори най-благи наглед мъже поддържаха популярната идея за гладиаторската мъжественост. Бях се убедила, че тази представа е препятствие пред личностното израстване, и бях решене да предефинирам у тях понятието за мъжественост. Исках да помагам на пациентите си да влизат в контакт, освен със своята вътрешна сила, и със своята чувствителност. Помагах на всеки от тях да си изясни какво означава за самия него да бъде мъж.

А какъв беше идеалният мъж за мен? Той запазваше самообладание, сблъсквайки се със съпътстващата любовта несигурност, както и с гнева на жената и заплахите ѝ да го напусне. Задоволяваше потребността си от власт, без да унижава, а силата си използваше за съзидание. Личната си сила набавяше не взимайки от другите, а раздавайки се. Помагаше на другите да израстват, в това число и на жената до себе си. В най-висша степен уважаваше себе си и своята избраница. Не виждаше в чуждите успехи заплаха, тъй като имаше стабилна и реалистична самооценка. Не изпитваше необходимост да се възползва от чуждите слабости.

Да помагам на пациентите си да постигнат своите идеали обаче не беше никак лесно. Понякога, разочарована от някой от тях, се обаждах на майка ми и ѝ се оплаквах, че съм на прага да се откажа. „Защо помагам на този?", питах я, обзета от презрение към някого. Веднъж тя ме посъветва да отворя Библията на „Първо послание на свети апостол Павел до коринтяни" и да прочета стих четвърти от тринайсета глава. Той започваше с „Любовта е дълготърпелива". Ама че скука, помислих си.

Но точно в този момент осъзнах в какво се изразяваше проблемът ми. Съпротивлявах се срещу собствената си способност да обичам. Любовта не беше като мимолетните влюбвания и флиртовете за една нощ. Любовта не представляваше единствено топлота, затова тя изискваше известна вътрешна твърдост и издръжливост. Вече знаех, че мъжете са несъвършени и ни разочароваха. Те не живееха, за да изпълняват нашите желания, а ако го правеха, вероятно щяхме да ги намразим. Истината беше, че нито един мъж не можеше да стане мой спасител, моят Иисус, моят Буда или моя майка. Мъжете бяха просто хора.

\*\*\*

Що се отнася до поносимост към близостта, всеки си има свой праг. Отношенията ни с Рами представляваха непрекъснат танц - приближах ли го, той се отдръпваше, отдръпнех ли се аз, той тръгваше след мен. Никой от двама ни не желаеше да преследва, всеки искаше да е преследваният. Разкриеше ли той нещо съкровено пред

мен, аз започвах кавга. Проявях ли уязвимост пред него, той ме нападаше. Всичко това се дължеше на несигурност, не на страст. Никой от двама ни не беше смел.

По време на връзката си с Рами пишех често в дневника си. Най-вече объркани списъци и дълги излияния, изразяващи копнежа ми за яснота в отношенията ни. Между всички редове като че ли надничаше въпросът: Обича ли ме наистина?

Но същинският въпрос беше: Способна ли съм да обичам?

Въпросът, който Дейвид си задаваше.

Търпение, кураж, търпимост. Това бяха качествата, от които зависеше отговорът. Бях задавала този въпрос на пациентите си и им бях помагала да открият собствения си отговор. Постепенно и аз започвах да разбирам какво представляваше умението да се обича. Изброените три качества касаеха често пренебрегваните и не толкова бляскави страни на любовта.

Марк беше започнал да посещава по-рядко садомазохистичния клуб и прекарващо все повече време с приятелки. Ограничаването на посещенията на клуба не беше сред целите в терапията ни, тъй като не се заемах да променям сексуалните навици на някого, ако те не му създаваха проблеми. Но работата ни беше помогнала на Марк да стане по-самоуверен извън пределите на клуба, а това очевидно беше наложило нов баланс в потребностите му. Колкото по-силен се чувстваше той, толкова по-малка нужда изпитваше да бие жените с камшик - макар да признаваше, че това ще си остане завинаги в набора му с възбуждащи техники. Сега той просто искаше да срещне жена, която да обикне.

Следващите ни няколко сесии бяха непродуктивни - изпълнени с празнодумство и без емоционална дълбочина.

Никой от двама ни не заговаряше за онова, което се бе случило помежду ни. Като че ли бяхме навлезли в задънена улица. Можех да повдигна въпроса директно, знаех как да действам, когато усетя съпротива, но не го направих. Почти съзнателно избягвах този разговор, тъй като имах чувството, че той може да сложи край на срещите ни. В крайна сметка мълчанието наруши Марк:

* Чувствата ми към теб са истински - каза той с уверен глас. - Не са просто фантазия, която проектирам върху теб, уверявам те. Затова ще ти задам един въпрос, на който искам да ми отговориш, без да прибягваш до психологически интерпретации. За момент престани да си мой терапевт и бъди просто себе си.
* Какъв е въпросът?
* Ти имаш ли чувства към мен?

Исках да отвърна с „не", исках да излъжа, но почувствах, че скрия ли истината, ще извърша престъпление спрямо него. Винаги бях проповядвала автентичността. Истината беше, че действително изпитвах някакви чувства, а не исках да предизвиквам у него съмнения в собствената му интуиция.

* Да, но... - Беше трудно. - Ти всъщност не ме познаваш, Марк. А и не мисля, че в рамките на тези ни взаимоотношения би могъл да ме опознаеш.
* Напротив, познавам те, Бренди. Може да не знам къде живееш и къде си родена - ти не споделяш нищо за себе си, - но познавам погледа в очите ти, усмивката ти, топлотата ти, острия ти ум. Познавам те добре, срещаме се вече година, не можеш да скриеш себе си.

Не знаех как да отвърна. Марк беше прав. А аз действително чувствах нещо към него. Но какво? Не можех да определя. Дали не бях просто поласкана. Дали той не задоволяваше моята потребност да бъда видяна, разбрана. Пациентите рядко се опитваха да ме опознаят. Обикновено ме питаха каква ми е квалификацията, за да се уверят, че съм способна да им помогна. Повечето от онова,

което знаеха за мен, беше продукт на собствените им проекции. Чувствах, че истинската ми същност, жената зад психотерапевта, бе започнала да става невидима. Заета със задачата да насърчавам тяхната автентичност, аз потъпквах своята - усърдно прикривайки своите настроения и истинските си мисли. Независимо дали бях отегчена, уморена или изпълнена с буйна радост, аз оставах скрита под маската на несмутимата сериозност, която осигуряваше на пациентите ми необходимото чувство за безопасност, за да излеят пред мен своите сълзи, страхове и отчаяние. Съсредоточено следях всеки признак за емоция в телесния им език, нюансите в подбираните от тях думи, тона им. Търсех скритата им същност и отразявах неща, неосъзнати още от самите тях. А през това време моята лъчезарност се губеше сред страховитите сенки в кабинета ми.

Копнеех да изляза на слънце, да разказвам за себе си, да разкривам различни мои страни. Понякога се случваше да разкажа за някоя случка в метрото, театрална пиеса, която съм гледала предната вечер, или за книга, която съм прочела. Но тогава с реакцията си пациентите ми напомняха, че не бива да използвам времето, което те плащат, за да ги занимавам със себе си.

Терапевтичните взаимоотношения са едностранчиви, в тях съществува известен паразитизъм. В някои дни се чувствах използвана и изпълнена с негодувание. А Марк искаше да ме опознае, беше успял да надзърне зад фасадата ми, и вниманието, което проявяваше към мен, ме изпълваше с енергия и съживяваше падналия ми дух, както водата съживява съхнещо цвете. Никога преди не ми се беше случвало подобно нещо. Чувствах импулса да се разкрия пред него и това пораждаше у мен вина.

Вниманието на Марк не беше нещо, което можех да интерпретирам, тъй като не беше продиктувано от невротични мотиви, както при други пациенти - например Дейвид. При тях използвах отиграна стратегия: отразявах начина, по който се отнасяха с жените въобще. Марк демонстрираше изцяло ново поведение. Той поемаше истински риск и беше напълно искрен. Трябваше да подходя с най-голяма предпазливост към чувствата му.

* Да, Марк - казах накрая. - Имам романтични чувства към теб, но не е уместно да ги проявявам.
* Това е нелепо - отвърна той. - Мъжът и жената могат да се срещнат навсякъде - случи се така, че ние се срещнахме в кабинета ти. Ако се бяхме срещнали някъде другаде, нещата по-различно ли щяха да се развият?
* Понякога се влюбваме в човек, когото не можем да имаме.
* Проучих етичните норми в професията ви. След две години можем да сме заедно.
* Марк, никога не бих започнала връзка с теб. Работата ни, както знаеш, беше много важна за самата мен, но ролята ми се изчерпва с това да ти помогна да се промениш. Тя е временна роля.

\*\*\*

Това беше последната ми сесия с Марк. Решихме, че работата ни вече няма да е продуктивна. Препоръчах му да продължи терапията си при един терапевт, мъж, в Долен Ийст Сайд. Знаех, че така е редно да постъпя според етичния кодекс на професията си, но не бях предполагала, че ще се озова в подобна ситуация.

В определен смисъл Марк беше постигнал успех с мен. Решението да ми разкрие истината беше достойно за уважение. Беше проявил кураж и решителност, въпреки възможността да бъде отхвърлен. И това беше възбуждащо. В очите му бях видяла непозната до този момент решимост, пред мен сякаш бе застанал друг мъж - силен, мъжествен. Марк беше се превърнал в мъж, от когото се възхищавах и когото желаех.

Мислейки за своите реакции към Марк, си дадох сметка, че след първоначалната трудна фаза често водехме разговорите си без усилие. Чувствах го като сродна душа и в присъствието му се държах по-спокойно и свободно. И макар да не забравях професионалните си задължения, в сесиите с него аз бях повече себе си, отколкото с всеки друг.

Марк не беше екзотичен мъж. Принадлежеше към средната класа, нито красив, нито грозен, средно богат, средно интелигентен. Не проектирах върху него фантазии за необикновен живот и приключения. Общуването ни беше чисто, съдържателно и задушевно. Виждах го като реален, земен човек и се радвах на присъствието му. Марк ми даде нещо, което до този момент ми беше липсвало: общуване с реален мъж, когото приемам такъв, какъвто е, без да го товаря с очаквания и без да желая да го променя. Двамата бяхме просто мъж и жена, които се радваха един на друг.

Безпокойство обаче бе предизвиквал у мен фактът, че Марк беше мой двойник, огледало, в което виждах своето отражение, или по-точно онази част от себе си, която се бях опитвала да забравя - обикновеното момиче от Флорида, което бе избягало от посредствения и безцветен живот на родното си място. У Марк съзрях красота, която ми помогна да приема реалността.

\*\*\*

Няколко седмици по-късно по телефона ми се обади Рами.

* Купил съм самолетни билети за Мексико - съобщи ми той. - Онова местенце, за което ми говореше, Гуанахуато...

## **БИЛ**

Повечето пациенти са твърде предпазливи на първата среща с психотерапевта и аз бях свикнала да бъда „изпитвана" в началото на всеки терапевтичен курс. Ситуацията обикновено наподобяваше първа романтична среща в ресторант: мъж и жена седят един срещу друг и си задават въпроси, опитвайки се да разберат ще си паснат ли, ще потръгне ли връзката им.

Бил обаче прескочи прелюдията:

* Преди да започнем, искам да знам как ще процедираш - каза той и се облегна в канапето, скръствайки ръце на гърдите си.

Почувствах се като подсъдим, чиято присъда предстои да бъде произнесена всеки момент.

* Питаш се дали ще съм способна да ти помогна? - попитах, повдигайки вежди с усмивка.
* Именно.

Пациентите бяха ми задавали най-различни въпроси с цел да разберат дали съм способна да им помогна: къде бях работила преди това, къде бях получила образованието си или дали имах личен опит с проблем като техния. Отговорите често не ги задоволяваха, затова се бях научила на гъвкавост: „Неомъжена съм, но съм провеждала успешна терапия на брачни двойки", „Нямам деца, но съм лекувала майки", „Лекувам мъже с еректилна дисфункция, въпреки че нямам пенис", „Може да не съм изпадала в ситуация като вашата, но вие ми плащате заради специализираните умения, които притежавам, не заради сходствата с вашия живот".

\*\*\*

В редки случаи получавах присъда още преди да съм отворила уста. Веднъж, когато отворих вратата на кабинета си, за да поканя възрастната жена, която си бе записала час за първа среща с мен, тя ме изгледа набързо, възкликна „О, не!" и побърза да си тръгне. Изтичах след нея в коридора и я помолих да се върне и да ми каже защо е реагирала така. Тя се съгласи и ми обясни, че не вярвала някой толкова млад като мен да може да ѝ помогне. Впоследствие стана ясно, че изпитваше срам да се обръща за помощ към млади хора. В крайна сметка започна терапия при мен и щом преодолях първоначалната ѝ съпротива, нещата потръгнаха.

Но скептицизмът на Бил далеч надминаваше обичайния. Той сякаш бе дошъл при мен с твърдата нагласа, че няма да съм способна да му помогна. Изглеждате като фрустриран мъж, убеден, че никой не е в състояние да задоволи потребностите му. Налагаше ми се да се защитавам още преди да сме започнали работа.

* Кажи ми какво очакваш от терапевта? - попитах.
* Със сигурност не и да седи и да кима през цялото време - отговори Бил.
* Тоест искаш да ти дава преки напътствия.
* Да, но не съм сигурен, че ти ще можеш да го правиш. - Бил ме изгледа преценящо от главата до петите. - Може би трябвате да потърся мъж терапевт. Ти ще ми действаш твърде разсейващо.
* В такъв случай може би точно аз съм терапевтът, от когото се нуждаеш - отвърнах с мисълта, че щом предизвиквам такава реакция у него, то най-добре аз самата бих му помогнала да я изследва.
* Да, може би - подсмихна се Бил. - Но ти всъщност не си мой тип. Както и да е, имам нужда от сериозна помощ. Вероятно ще се наложи да идвам всеки ден.

Това беше следващият тест: проверка на готовността ми да съм на негово разположение.

* Изглежда, състоянието ти е сериозно.
* Пристрастен съм към секса. Знаеш ли какво представлява тази пристрастеност?

Предизвикателствата му започнаха да ме изнервят, но си напомних да съм търпелива.

* Защо не ми я опишеш? - подканих го.

Бил се намести по-удобно и започна:

* Ето какво представлява... Обичам да преспивам децата си, да им чета и да гледам как спокойно се унасят в сън. Но обичта, която изпитвам в тези моменти, е примесена с трепетно очакване на онова, което ще правя, след като заспят дълбоко. Вероятно ще си помислиш, че чувствам вина заради онова, което предстои да извърша, но ще сгрешиш. Вината идва след това. Всичко, за което съм способен да мисля в този момент, е онова, което желая.
* И какво е то?
* Да изпитам тръпката от първата среща с жена. Харесва ми да се кача в колата и минавайки покрай притихналите домове в квартала, да се запътя към Бронкс. Опасно и вълнуващо е.
* Търсиш тръпка.
* Никога не знам какво ще ми се случи. В тези моменти се чувствам както когато бях тийнейджър и в петък вечер с приятелите кръстосвахме града в търсене на някакви вълнуващи преживявания. Задявахме момичета, сбивахме се или намирахме начин да влезем в някой стриптийз клуб. Да, обичам тази тръпка, нетърпеливото очакване, но понякога самият ритуал преди излизането е по-вълнуващ от самото приключение.
* Как се чувстваш в тези случаи?
* Разочарован и потиснат. Но не спирам да търся още, докато не получа онова, което желая.
* Да търсиш още какво? - поисках уточнение.
* Още жени. Мога да бъда с четири или пет на нощ. Стигал съм и до десет.
* Това е удивително.
* Осъждащ ли ме?
* Не, просто съм изненадана. Броят ми се стори невероятен. Нима е във възможностите ти? - усмихнах се.

Бях изненадана също от факта, че не изпитвах презрение към Бил, нито пък отвращение или желание да разбия крехките му защити. Бях спокойна, но не и безчувствена. Можех да слушам Бил съсредоточено и с емпатия, без да се отнасям в свои размисли. Чувствах се изпълнена с доброта и вътрешна сила. Винаги бях смятала, че точно такова трябва да е състоянието на психотерапевта по време на сесии, но сега за първи път го изпитвах наистина.

* Да, във възможностите ми е, но не е задължително да преспивам с всяка - обясни Бил. - Ако някоя ми хареса, оставам с нея. Много е важно да ме разбереш, да не ме съдиш. Всичко ми е наред: бизнесът върви, имам красива жена, обичам децата си повече от всичко. Но не мога да намеря покой, нещо вътре ме яде. Сякаш в съзнанието ми непрестанно изниква въпросът: Това ли е всичко? Не трябва ли да има още нещо?

\*\*\*

Бил беше успешен строителен инвеститор, току-що прехвърлил петдесетте години, който почти се беше оттеглил от активния бизнес. Живееше в Кънектикът, а работеше в Манхатън, когато му беше удобно. За забавление играеше голф и разговаряше с проститутки в интернет. Винаги носеше пуловери „Ралф Лорън" в крещящи цветове: розово, червено или жълто. Като цяло поведението му беше сдържано и безинтересно, единствено тези пуловери издаваха, че в него мъждееше някакъв вътрешен живот. Бил познаваше удоволствието, но не и щастието. Той с потрес бе открил, че животът, който водеше и към който така дълго се бе стремил - прехваленият „добър живот", предоставящ редица малки и големи удоволствия, - всъщност не му носеше реално удовлетворение. И преди се бях сблъсквала с този проблем и смятах, че той е характерен за богатите мъже, на които не се налагаше да работят. За тях вече нямаше предизвикателства, територии за завоюване, цели за постигане. Незаетите с работа дни предоставяха на Бил свобода, която беше идеална почва за екзистенциални кризи. Той вече нямаше мечти и амбиции, не бяха кой знае колко причините, които сутрин го караха да става с желание от леглото. В него нямаше плам и страст, липсваше импулс за активност и усещане за смисъл на съществуването.

Счетоводителят на Бил неочаквано го бе облял със студен душ, съобщавайки му, че е похарчил половината от приходите си от предната година за извънбрачни приключения. Обзет от паника, той потърсил съвет от приятели и един от тях го насочил към мен.

* Нещата съвсем излязоха от контрол - обясни ми Бил. - Преди си водех сметка за парите и контролирах поведението си, но вече съм неспособен да го правя. А как да скрия огромните разходи от жена си?
* Колко си похарчил?
* Двеста хиляди.

Неволно присвих очи.

\*\*\*

Няколко дни след това на вечеря с приятелки споделих, че имам нов пациент с пристрастеност към секса. Може би заради изпитото вино те се запревиваха от смях.

* Хайде, Бренди - каза Маргарет, когато се овладя. - Ти сериозно ли? Мъжете открай време мислят единствено за секс, а сега изведнъж това се превърна в психично разстройство. Не е ли малко пресилено да се патологизира обичайното мъжко поведение?
* Ами, да, тази диагноза служи единствено за оправдаване на безсрамията им - добави Джейн. - Благодарение на нея копелетата излизат сухи от водата. Че отгоре на това трябва и да ги съжаляваме. Клетите мъже: те просто страдат от разстройство, затова не могат да държат пениса в гащите си!
* Мисля, че и аз съм пристрастена към секса - обяви една от съквартирантките ми и всички насочихме погледи към нея.
* Да, със сигурност е така - потвърдихме полу на шега, полусериозно, тъй като предната вечер бе довела в апартамента ни поредния мъж, когото бе забравила да попита за името.
* Наистина ли ги жалиш, Бренди? - попита ме Маргарет, която наскоро бе преживяла изневяра.
* Е, в конкретния случай чувствам емпатия към пациента си - отговорих.
* Тогава може би трябва да основеш благотворителна фондация в полза на горките развратници - каза тя.
* Не ви убеждавам да съжалявате пристрастените към секса мъже, да оправдавате поведението им или да им прощавате. Щом не ви идва отвътре, не го правете. Единственото, което исках да кажа, е, че те са болни и заради това заслужават състрадание - поне в кабинета ми.

Не бях изненадана от реакцията на приятелките ми. Сексуалната пристрастеност беше нова сфера на изследване. Тази диагноза - все още невключена в "Диагностичен и статистически наръчник на психичните разстройства" на Американската психиатрична асоциация - беше тема на разгорещени дебати.

\*\*\*

Въпросното поведение обаче е съвсем реален феномен - има разлика между пристрастените към секса и женкарите. Пристрастените към секса обикновено се срамуват от поведението си и не могат да го контролират. Често изпадат в депресия. Женкарите се чувстват прекрасно и съзнателно управляват поведението си. Те целят удовлетворяване на егото си, докато страдащите от пристрастеност към секса мъже сякаш търсят нещо друго.

Сексуално пристрастените губят чувството си за мярка и самоконтрола си. Тяхното сексуално поведение е натрапливо и често с пагубни последствия, като пресушаване на банковата сметка (поради плащания за сексуслуги) или загуба на работата (заради посещения на платени порносайтове за сметка на фирмата). Въпреки това те не могат да спрат. С времето това поведение се превръща във физиологично състояние, при което в мозъка им се наблюдават същите неврологични изменения, както при пристрастените към упойващи вещества. Също както при другите зависимости, способността им да изпитват наслада се притъпява - състояние, известно като безчувственост към удоволствието: прагът на удоволствието става толкова висок, че зависимият се нуждае от все повече и повече сексуални преживявания, за да почувства наслада. Така че ако емоционалните конфликти зад сексуалната пристрастеност не са достатъчно убедителни за скептиците, съществуват емпирични доказателства, че в основата на това разстройство има патологична физическа потребност.

Опитвам се да помогна на страдащите от сексуална пристрастеност да осъзнаят в по-голяма степен същинската природа на своите желания. Старая се да направя несъзнаваните мотиви осъзнати. В сексуалните желания на мъжете обикновено са вплетени множество най-разнообразни копнежи, които те не осъзнават или не признават.

\*\*\*

Бил потвърди, че се нуждае от все повече сексуални преживявания, за да почувства желаната тръпка. Този копнеж поглъщал изцяло мислите му през деня и го правел неспособен да прекарва пълноценно времето със съпругата и децата си вечер. Часове наред прекарвал пред компютъра в четене на електронни писма от жени, с които се бил запознал в интернет.

Не мога да ги оставя непрочетени - сподели той с отчаян тон. - Ако не ги прочета, мисълта за тях ме обсебва. След това се свързвам с някои от тези жени в чата и мастурбирам. С други си уреждам срещи през деня - стига да се убедя, че биха правили каквото желая.

И какво желаещ? - попитах.

Да бъдат доминиращи, но в същото време добри и нежни. На това са способни малко проститутки.

Предполагам, че е така - отвърнах.

Желанието на Бил ми звучеше страшно познато.

Искам жената да поеме нещата в свои ръце, да ми позволи да поставя глава на гърдите ѝ и да ме целува по челото, докато гали члена ми. Искам да ми шепне с грижовен глас да се отпусна, да ме уверява, че ще се погрижи за мен. - Гласът на Бил потрепна от неудобство. - Много от тези жени не желаят да правят това. Когато го поискам от тях, гледат ме като... извратеняк.

Не смятах, че Бил заслужаваше да бъде наречен "извратеняк" заради желанието си да изпита определена страна от женската природа, макар да бе сексуализирал това си желание и да го задоволяваше с проститутки. Всъщност в тази негова потребност дори имаше нещо красиво.

За повечето проститутки важни са единствено парите - продължи Бил. - Те не знаят как да съблазняват, не се целуват, не проявяват нежност. Понякога попадам на такива, които са склонни да ми угодят. Но въпреки това го правят механично, хладно. Често опитвам с няколко на вечер.

Успяваш ли в крайна сметка да получиш удовлетворение?

Рядко. Когато се уморя, се прибирам. Да се опитваш да откриеш нежна проститутка е като да се опитваш да издоиш камък. Обикновено после съжалявам за парите, които съм пропилял. Чувствам се като спонсор на шибаните кучки!

Гневният тон на Бил вече ме безпокоеше, но пренебрегнах страха си, защото исках да му помогна да излее чувствата си. Отразих фрустрацията му:

Значи търсиш любящо и нежно отношение от жени, които не са склонни на това?

* Да, желая малко топлота... да, именно това желая. Никога преди не съм се опитвал да дефинирам онова, което търся, но то е именно топлота. Никога не съм изпитвал топлота, затова не осъзнавах, че нея търся.

В този момент ми се прииска да прегърна и утеша този мъж, с двайсет години по-възрастен от мен, който приличаше на нещастно дете. Този импулс силно ме изненада, предвид факта, че миг преди това бях слушала за неговите изневери - нещо, което обикновено предизвикваше у мен почти неудържимо отвращение. Помолих го да ми разкаже още.

* Знаеш ли, умееш да предразполагаш - каза ми той, сякаш внезапно осъзнал нещо много важно.
* Защо ми казваш това?
* Не мога да повярвам, че споделям всичко това с теб.
* Поласкана съм, Бил - отвърнах съвсем искрено.
* Чувствам се... разголен.
* Ти си разголен. Какви чувства буди това у теб?
* Неудобство, но ти го разсейваш.
* Радвам се. Също така се радвам, че приемаш неудобството си и въпреки него се разголваш пред мен. За това се изисква кураж, Бил.

Дълго след като Бил си тръгна, останах във властта на състраданието си към него. Очите ми се пълнеха със сълзи, докато си припомнях откровенията му. Оправих кушетката, измих чашата си за чай, заключих кабинета и тръгнах към къщи. Чувствах се зрял човек.

\*\*\*

Бил предизвикваше у мен някаква първична женска реакция, затова на следващата сесия го помолих да ми разкаже за майка си. Описа я като „погълната от себе си алкохоличка. Непрекъснато устройваше купони, имаше много гаджета и винаги изглеждаше прекрасно. А аз се чувствах като пречка на пътя ѝ. След запоите винаги имаше махмурлук и по цял ден лежеше по диваните у дома и ми се караше, ако смутях покоя й". Когато се чувствал зле, отивал в стаята на майка си, изваждал от гардероба ѝ една дълга сатенена нощница и се утешавал с нея.

Майката на Бил се грижела за ежедневните му потребности, но почти не общувала с него.

Не проявяваше към мен нежност, топлота, не ме напътстваше... - Бил замълча, сякаш до този момент бе говорил на майка си и внезапно бе осъзнал, че няма смисъл да се опитва да предизвика отклик у нея. После ми разказа как наскоро посетил своя дом от детството и докато ходел из празните стаи, всичките едновремешни чувства изплували на повърхността: самотата, усещането за безприютност.

Жена ми също не е особено любяща, но между нас има силна химия и здрава интелектуална връзка - продължи Бил. - Тя е рускиня - добави той, сякаш произходът обясняваше особеностите на характера ѝ.

Как е сексът с нея? - попитах.

* Не е зле. Вероятно ѝ досаждам с честите си желания - правим секс най-малко четири-пет пъти в седмицата. И с нея нещата не са твърде емоционални. Преди се оплаквах, но вече съм се примирил.
* Сякаш съзирам някакъв модел, някаква повторяемост, в отношенията ти с жените.
* В това, че все попадам на жени, студени като майка ми?
* В това, че се опитваш да накараш студени жени да проявяват любов към теб.
* Как се опитвам да ги накарам?
* Например, като им плащаш, за да получиш от тях нещо, което те не желаят да ти дадат, и това те гневи.
* Е, проститутките поне знаят как да доминират.
* Всъщност ти им диктуваш как да го правят, което означава, че ти контролираш ситуацията. Какво ти харесва в доминиращата жена?
* Че поема нещата в свои ръце и ми казва какво да правя. Но с нежност.
* Това ли очакваше навремето от майка си?
* Да.
* Тоест потребността ти от майчина любов е фрустрирана.

Желанието на Бил да бъде доминиран не беше мазохистично. Той всъщност копнееше за родителска грижа. Но потребността му не се проявяваше в съвсем чист вид. Бил копнееше за есенцията на майката, за онези качества, присъщи и на двата пола, но асоциирани най-вече с майката: грижовност, способност за утеха и подкрепа, вътрешна сила. Въпреки че материално беше подсигурен до края на живота си, що се отнася до междуличностните отношения, Бил беше бездомен и беден човек. Натъжавах се от мисълта, че при него не беше задоволена една базисна човешка потребност. Без женската топлота и грижа ние всички сме сираци в този свят.

* Имам нужда от любов, остра нужда - каза Бил. - Може би затова настоявам да получавам толкова често секс от жена си.

Ето че стигнахме до онова място, където потребността му от топлота и грижа приемаше друга форма. Защо мъж, който желаеше любов, се опитваше да я получи посредством секса? Ако човек е жаден, сандвич ли си купува? Ако е гладен, чаша вода ли изпива? Този случай беше поредното свидетелство за дълбоко вкоренената в мъжкото мислене убеденост, че не е редно да си емоционален, но е съвсем в реда на нещата да си сексуален. Ето защо мъжете изразяват и се опитват да удовлетворяват своите емоционални потребности по сексуални начини.

Това създава объркване. Вместо сексуалността да е свободен израз на любовта и жизнеността, тя бива натоварена с най-различни очаквания. При Бил взаимовръзката между любовта и секса беше станала невротична. „Либидото ми е високо" и „Много обичам секса" - оправдания, които често чуваме от сексуално пристрастените - всъщност маскират зависимостта като желание. В дъното на сексуалната зависимост стои незадоволената емоционална потребност, желанието да получаваш доказателства, че си обичан. Повторяемостта в поведението при сексуално пристрастените може да бъде тълкувана като непрестанно повтаряне на мотива: „Обичаш ли ме? Обичаш ли ме? Сигурен ли си? Не ти вярвам. Кажи ми го отново".

Пристрастеността към секса е известна още като „разстройство на способността за интимност". При едно изследване на сексуално зависими е установено, че 78 % от тях произлизат от семейства, определяни като „ригидни и дистанцирани", което означава, че между членовете не е съществувала емоционална връзка и те са се чувствали дълбоко отчуждени един от друг. Мъжете, жертви на подобно отчуждение, са като лешояди в постоянно търсене на остатъци топлота. Жените долавят тази отчаяна настървеност и се отдръпват, а проститутките и порнопродуцентите печелят милиони от нея. За жалост в контекста на брака тази неутолима несигурност убива еротиката. Някои съпруги се примиряват с нея и правят секс от чувство за задължение, произтичащо от собствената им зависимост. Такъв беше случаят със съпругата на Бил. Тя смяташе, че ако удовлетворява сексуалните желания на съпруга си, той никога няма да ѝ изневери. Само че не подозираше, че тази стратегия не върши работа при сексуално зависимите.

През отпуската си заминах за Гуанахуато. Да, с Рами. Това градче беше най-романтичното място на света, атмосферата му беше дотам пропита с романтика, че певци по цяла нощ вървяха из улиците и пееха балади, а след тях се виеше върволица от влюбени двойки, които пиеха вино и им припяваха. Тази процесия неизменно завършваше на Алеята на целувките, където всички, разбира се, започваха да се целуват. Ако човек можеше да има град, сродник по душа, моят такъв беше Гуанахуато. Исках да сключа брак в голямата църква с розово кубе в самия център. Бях забравила, както навярно сте се досетили, намеренията си да скъсам с Рами и връзката ни навлезе в своята най-спокойна и стабилна фаза.

Рами дори подаде молба за развод, по собствен почин. Това беше изненада за мен. Знаех, че споразумението им да не се развеждат се основаваше на финансови съображения. Решението за развод щеше да му струва огромни загуби, които бях сигурна, че ще преживее тежко - знаех с какви усилия бе натрупал състоянието си. Неговата история беше същинска приказка за емигранта, осъществил американската мечта. Той беше израснал в бежански лагер и бе пристигнал в САЩ със самолетен билет, закупен със заем, който беше връщал цяла година след това. Кацнал в Ню Йорк с 67 долара в портфейла си и заедно с осем други мъже наели апартамент в Бей Ридж, Бруклин.

Започнал работа в деликатесен магазин и спестявал заплатите си, докато с колегите си успели да отворят собствен магазин. Купили помещение, устроили го и започнали да печелят повече, отколкото някога били мечтали. След броени години Рами имал множество магазини и недвижими имоти. Вече нямало нужда да работи, но пазел стария си портфейл с 67 долара вътре, за да му напомня, че някога би могъл да се озове в същото положение. Което беше добра идея, тъй като често действаше по-импулсивно и необмислено от мен. Осъзнавах сериозността на решението да се разведе, уважавах жертвата му и съзирах великодушието зад постъпката му. Това за мен беше сигурен знак, че Рами вярваше във връзката ни.

\*\*\*

Няколко седмици по-късно Бил ми каза, че у жена му се породили подозрения, че ѝ изневерява, и поискала да присъства на една от сесиите ни. Предупреди ме, че смятала психотерапевтите за шарлатани, които печелят от мъката на хората.

* Вероятно иска да се увери, че действително ходя на терапия, а не се срещам с друга жена - обясни Бил.

Насърчавах пациентите си да включват и своите партньорки в терапевтичния процес. Освен това исках от тях да са искрено с половинките си, но Бил беше излъгал, че се лекува от лека депресия. И без това нямаше да ми е леко да се срещна с Наташа, а ситуацията беше допълнително усложнена от факта, че тя не беше наясно как в действителност стоят нещата. Някои терапевти отказват да работят с партньорите от двойката поотделно. Терапията се обезсмисля, когато те пазят тайни един от друг.

Наташа беше жена на средна възраст, държеше се с достойнство и се стараеше да прикрие нервността си. Беше облечена в проста блуза с копчета и удобен панталон.

Косата ѝ беше руса и късо подстригана. Определено в кабинета ми не се чувстваше в свои Води - влезе с напрегнат и бдителен вид, сякаш пристъпвайки в свърталището на някоя вещица.

Усмихна ми се насила, подаде ми отпуснатата си ръка и задържа за съвсем кратко моята, след което огледа вътрешността на кабинета ми и се настани в единия край на кушетката.

Въпреки предпазливостта на Наташа аз долових у нея топлота, което бе в разрез с представата, която Бил ми бе създал за нея. Руменото ѝ, свежо лице излъчваше доброта.

През първите няколко минути Наташа рядко проговаряше, но очите ѝ ми казваха много. Разглеждаше ме внимателно, а когато я погледнех, извръщаше очи към Бил. На няколко пъти ни изгледа последователно с присвити очи, след което се отнасяше в някакви свои мисли.

* За какво си говорите тук? - попита тя Бил тихо.
* За депресията ми.
* Помага ли ти това?
* Да.
* Но ти се държиш така хладно у дома, въпреки че идваш тук. Почти не се прибираш. Забрави ли децата си? - Наташа внезапно избухна в сълзи. Побутнах кутията с хартиени кърпи към нея.
* Всяка вечер ги приспивам - възрази Бил.
* А после излизаш.

Наташа беше поставила ръката си върху неговата, но той седеше безучастно. Тя го гледаше в очите с погледа на жена, която знае всичко, но желае да чуе истината, изречена от него. Очите ѝ бяха изпълнени със страх и същевременно с надежда, че той ще е откровен с нея.

Бил обходи с бърз поглед стаята.

* Да, срещам се с приятели. Искам да се наслаждавам на пенсионерския си живот. Не възнамеряваш да ме лишиш от това удоволствие, нали?
* Просто имам чувството, че правиш нещо нередно.

Навлезли в задънена улица, двамата се умълчаха. Бил не отговаряше с истината, отблъскваше опитите на жена си да общува откровено с него. С болка наблюдавах сцената отстрани. Интуицията, тази божествена женска дарба, в момента беше извор на страдание за Наташа, защото безчувственото лице на Бил издаваше, че той лъже. Наташа ме погледна с умоляващи очи, в които се четеше и оскърбление. Тя се досещаше, че аз знам истината, и недоумяваше защо съпругът ѝ е избрал да каже на мен - на тази млада жена, тази терапевтка - онова, което засягаше нейната съдба. Едва се сдържах да не разкажа на Наташа всичко от край до край. Знаех, че не мога да го направя, но бях изключително гневна на Бил заради пораженията, които бе нанесъл на съпругата си със своя егоизъм. Тази жена миг след миг губеше вярата в собствената си преценка, докато очертанията на истината се размиваха пред очите ѝ като в мъгла.

Подобно на други мои пациенти Бил казваше, че изпитва вина и разкаяние заради изневерите си, и беше достатъчно честен, за да признае, че постъпките му бяха в противоречие с ценностната му система. Но това все пак не можеше да го накара да промени поведението си.

Замислих се как обикновените хора се покваряваха. Покварата беше резултат от дълъг и коварен процес, който започваше някъде под прага на съзнанието, с пренебрегването на тихия глас на съвестта. Тя постепенно метастазираше и се превръщаше в непреодолима сила, проникнала цялото същество и заставяща тялото да действа пряко личните идеали и нравствени правила. Предаността към обичания човек биваше изтласкана на заден план, а гласът на покварата, който непрекъснато крещи „Аз искам!" и „Аз имам нужда!", се превръщаше в сляпа компулсия. Някои се покваряват от алчност, други от самота, завист, себененавист или ревност.

Бил беше покварен от потребността си от любов.

Когато Бил влезеше в кабинета ми, никога не знаех какво ще последва, затова не бях подготвена за бомбата, която той взриви няколко седмици по-късно.

* Мисля, че се влюбвам - заяви той. - Отговорих на една обява в интернет и си уредих среща в един бар в Бронкс. На срещата се появи млада латиноамериканка, истинска красавица.
* О! - бе единственото, което успях да отвърна заради изненадата.
* Почакай, най-интересното предстои - увери ме Бил.

Дали най-сетне беше открил жената, която бе готова да бъде едновременно властна и грижовна с него?

* Заведох я в един скъпарски мотел в Йонкърс - продължи Бил. - Щом влязохме в стаята, тя ми каза, че била мъж. Можеш ли да повярваш?

Бях изгубила ума и дума, затова просто оставих Бил да продължи. Толкова често бях му задавала въпроса „Какви чувства предизвика това в теб?", че той по навик продължи с отговора.

* Кълна се, беше толкова красива, че нямаше как да позная преди това. Очаквах да изпадна в ярост, но тя притежаваше някакво обаяние. Допаднахме си. Седнахме на леглото и разговаряхме в продължение на часове. Каза ми, че проституирала само за да събере пари за операция за смяна на пола. Насърчих я да ходи на училище. Оттогава прекарвам доста време с нея: правим секс, а понякога просто се размотаваме заедно. Често дори я карам с колата до следващия ѝ клиент просто за да прекарам още малко време с нея.

Лицето на Бил сияеше.

* Кое е различното в нея? - попитах го.
* Карла се държи така, сякаш наистина я е грижа за мен. Изслушва ме и ме разбира, както никоя друга жена досега. Вчера ми каза, че изглеждам самотен и тъжен. Не осъзнавах, че се чувствам така, но тя беше права...

Заговорих на това двайсетгодишно момиче/момче за ужаса си от пустотата на съществуванието и то ме слушаше с разбиране... Въобще не ми пука, че тя е всъщност мъж.

* Тя е доловила твоята същинска потребност - обобщих. Блестяща прозорливост, помислих си. Тази проститутка беше схванала, че Бил в действителност не търси секс.
* Много е умна - продължи Бил. - Питам се какво ли би се случило, ако се беше родила в Кънектикът, вместо в Бронкс, ако не трябваше да се тревожи дали кварталните гаменчета няма да ѝ сритат задника, защото е обратен мъж? Ако разполагаше с възможност да учи и да пътува? Карла не знае кои са Ницше, Стайнбек или Пруст, не е чувала за президента Рузвелт или Трухильо, за историята на бащината си страна, Доминиканската република, дори никога не е излизала от Ню Йорк, но е толкова проницателна, толкова мъдра, че ценя мнението ѝ повече от това на своите приятели. Само да можеше природната ѝ интелигентност да се култивира по някакъв начин, животът ѝ щеше да се преобрази.

Бил не знаеше как да се отнася към Карла, като към жена или като към мъж. Не беше наясно дали поведението ѝ беше истинско или роля. Беше сигурен единствено в това, че беше срещнал същество, което го виждаше в истинската му светлина и му беше вдъхнало желание за живот. Във всичките му разкази за Карла имаше един неизменен мотив: той отделяше много време, за да я убеди да кандидатства в колеж. Бил недоумяваше как тя въобще не беше се замисляла да продължи образованието си. Започна да ѝ купува книги - история, художествена проза, поезия - и през деня я извеждаше по кафенета, за да четат. Изглеждаше сякаш в лицето на Карла Бил бе открил смислена жизнена цел, която да го избави от екзистенциалното униние. С месеци се бях опитвала да го изведа от неговия мрачен свят, в който се чувстваше безполезен, отегчен и безжизнен. Отвлечените ни философски дискусии не бяха ни отвели никъде. Трябваше да се появи Карла, за да открие нов смисъл в живота си.

Бил планираше да плати операцията на Карла и обучението ѝ в колеж. Не бях убедена, че ще може да осъществи плана си, предвид финансовите си проблеми и необходимостта да поддържа Наташа и децата си. Може тези намерения да бяха поредното проявление на неговата зависимост, но аз имах чувството, че дълбинната мотивация на Бил започваше да се променя.

Карла беше изтръгнала Бил от катранената яма на егоцентричните копнежи и фрустрации. Светът за него вече не се изчерпваше само с Кънектикът, голф игрищата, нощните клубове и Бермудските острови. Очите на Бил се бяха отворили за всичките му измерения и макар да беше потресен от онова, което Карла му разказваше за живота си, той не отвръщаше поглед от жестоките истини. Дори напротив, чувстваше се преизпълнен с нов живот, а в ума му се рояха безчет идеи и решения. Искаше да участва в живота, да върши значими дела, да се чувства полезен. При това в сексуалното му поведение липсваше предишната натрапливост.

Сега умът му, не тялото, беше във властта на мощна възбуда.

За жалост въодушевлението на Бил от плановете да промени живота на Карла съвсем скоро бе охладено. Един ден той влезе в кабинета ми, обхванат от паника.

* Наташа прегледала текстовите съобщения в телефона ми и разбрала, че я лъжа къде ходя. После претършувала бюрото ми и открила тайния ми мобилен телефон и кредитната карта, с която плащам хотелските стаи, абонамента за порносайтовете и подаръците за Карла. Вдигна ми свиреп скандал и заплаши да ме напусне с децата.

Честно казано, първата ми реакция беше да го попитам: Нима само те е заплашила? Но това щеше да е проява на безчувственост.

* Обясни ли ѝ какво се случва?
* Няма как... Не съм способен да ѝ кажа истината - заекна Бил. - Бях толкова разстроен, че се качих в колата и шофирах три часа до дома на майка ми. Чувствах, че преживявам нервен срив. Майка ми не си беше вкъщи.

Това пътуване очевидно беше изкарало на повърхността с години насъбирана болка.

* Разбирам те. Бил. За пореден път си потърсил майка си, от която си имал отчаяна нужда, но отново не си я открил.
* Там си спомних за изнасилването.

Какво? Защо не ми беше казвал за това преди? Запазих хладнокръвие, защото знаех каква ще е реакцията на Бил дори към най-малкия признак на осъдителност.

* Мразя да говоря за това, но когато бях на дванайсет, един от приятелите на майка ми ме изнасили.

Бил сякаш рухна вътрешно, но аз трябваше да го изведа от този мъчителен момент.

* Какво чувстваш сега, след като ми разказа това?
* Съмнявам се дали не съм хомосексуален. Правих секс с Карла, а сега всичките тези спомени, които изплуват в паметта ми. Мисля, че когато приятелят на майка ми прави секс с мен, може да ми е харесало. От години се опитвам да разбера това.
* Виждам, че си смутен и объркан - казах. - Какво по-точно може да ти е харесало, имаш ли предположения?
* Той ми обръщаше внимание. Беше дружелюбен, водеше ме на бейзболни мачове. Държеше се като баща, какъвто никога не съм имал.
* Разбираемо е, Бил, имал си нужда от бащина фигура.
* Не разбирах защо трябва да прави секс с мен. Подозирах, че не е редно, но бях объркан. Той беше така мил, не изглеждаше лош човек. - Бил сви устни. - Мисля, че дори ми харесваше да ме докосва. Така че не знам...
* Това не е необичайна реакция - казах на Бил. - Тя не означава, че си искал да правиш секс с него. Приятелят на майка ти се е възползвал от теб. Но дори да ти е харесало, това не говори нищо за сексуалната ти ориентация.

Бил изглеждаше все така объркан.

* Не мога да определя дали сексът с Карла ми харесва, защото съм хомосексуален или просто защото обичам да съм с нея. Обикновено в сексуалните ми фантазии не присъстват мъже, а по улицата ми правят впечатление единствено жени.

\*\*\*

С времето Бил установи, че имаше известни бисексуални склонности, които се кореняха в травмата от детството му. Но в по-голяма степен дистресът му се дължеше не на самото изнасилване, а на факта, че майка му не беше го предпазила. Тя беше позволила на приятеля си да прекарва много време насаме с Бил. Понякога се заключвала в спалнята си, докато пияни купонджии вилнеели из дома им, друг път спяла по канапетата или подовете, дрогирала се пред очите на Бил. Всичко това оставило в психиката на сина ѝ неизличими белези. Хората често се интересуват защо е необходимо психотерапевтът да разравя миналото на пациента. В случая преживяното от Бил в детството обясняваше отношението му към жените в настоящето. Майката на Бил била непостоянна, затова той се научил никога да не разчита на жените. Това негово убеждение му пречеше да осъзнае, че съпругата му заслужаваше доверие както в емоционален, така и в сексуален план. Всичко, което Бил трябваше да стори, бе да започне да приема онова, което жена му беше готова да му даде. Попитах Бил защо според него не получава от Наташа грижовно отношение. Отговорът му беше неубедителен:

* Твърде заета е да обръща внимание на децата.
* Съжалявам, Бил, но не смятам, че това е истината - възразих. - Тя дойде тук и се опита да разговаря с теб откровено. Тя желае да е близка с теб. Хайде, кажи ми какво ти пречи да се отвориш към нея?
* Самата тя.
* Тя сега не присъства, затова нека се съсредоточим върху теб. Какво според теб би се случило, ако от този момент нататък станеш верен на Наташа?

Бил изрази опасение, че тя не би била способна да задоволява потребностите му.

* Тоест нямаш доверие в нея.
* Да.
* Но първоначално ти нямаше доверие и в мен.

Бях уверена, че възприятията на Бил са изопачени, сякаш се намираше в къща с криви огледала.

* Копнежът ти за любов е силен и изопачен, а жените смяташ за студени и сдържани. Ето върху какво трябва да работим - силния страх и отчаяната потребност от любов.

Прозрението е много важен момент в психотерапията. Щом пациентът започне да приема своите страхове, задачата му вече е да се научи да се справя с тях. Чак тогава може да започне и трансформацията. Тя е дълъг процес. При някои хора може да продължи до края на живота им. Възстановителните упражнения се изразяват във въздържане от реакция в моментите, когато страховете изплуват на повърхността. Утвърдена в когнитивната терапия практика е, когато бъде обзет от страх, пациентът да говори за него и да изпълнява дихателни техники. С Бил работихме по този начин в продължение на месеци, за да се научи да понася безпокойството, съпровождащо опитите му малко по малко да се сближи с Наташа.

Същевременно Бил се учеше да споделя всичко с нея и новопридобитата от него храброст и откритост предразполагаха и нея да прави крачки към сближаване. Бил не потърси повече Карла, макар да ѝ беше благодарен, че му бе помогнала да осъзнае, че животът му може да бъде осмислен с нова цел. Карла го беше вдъхновила да трансформира усещането си за екзистенциална празнота в страст да помага на другите. Бил реши да стане доброволец в организация, която помагаше на ученици да подготвят документите си за кандидатстване в колеж. Освен това подсигури обучението на Карла и създаде ежегодна стипендия на нейно име.

На последната ни сесия Бил се обърна към мен с насълзени очи:

* Искам да ти благодаря, че се отнасяше с толкова топлота и състрадание към мен. Независимо какво ти разкривах за себе си, ти ме приемаше. Накара ме да се почувствам като достоен за обич човек. Уверявам те, че именно това ми донесе изцеление.

Избърсах своите сълзи и въздъхнах. Бях удивена как от всичките техники, които прилагах в терапията на пациентите си, искрената обич беше се оказала най-ефективното средство. Особено благотворно тя бе подействала на Бил, който никога не беше се доверявал изцяло на жена. Колкото до мен, нямаше нужда да стимулирам емпатията си към Бил - в разговорите си с него винаги откликвах на състоянията му и го слушах съсредоточено. Това беше и причината нашите взаимоотношения да са така целебни. В психотерапията това се нарича „корективно емоционално преживяване": пациентът преживява в отношенията си с терапевта нови чувства, които изменят неговите дълго затвърждавани убеждения и илюзии за хората и света. Но това не става на интелектуално/понятийно ниво, промяната е по-скоро „органична", породена от преживяванията.

Крайният резултат е раждането на надеждата.

## **ЗАКЛЮЧИТЕЛНА СЕСИЯ**

Размишлявайки за всеки от случаите, представени в настоящата книга, аз си дадох сметка, че през първата година от практиката ми най-ползотворно за мен беше развенчаването на митовете по отношение на мъжете, които бях възприела посредством общуването си с другите жени. Тези митове са така вездесъщи, че са придобили статута на истини, макар дълбоко в себе си всички да знаем, че са продукт на грубо опростяване. Първо, клишета са твърденията, че: мъжете разграничават секса от любовта, искат от жените само секс, желаят секс през цялото време, правят секс единствено с гениталиите, имат вроден биологичен импулс да сеят спермата си навсякъде. И въпреки това много от нас приемат тези клишета за истини. Само след няколко сесии с пациенти, които на пръв поглед потвърждаваха с поведението си тези митове, аз неизменно установявах, че сексуалните мотиви на мъжете не бяха толкова различни от тези на жените.

Оказа се, че за мъжете не бе така лесно да разделят секса от любовта. Осъзнах, че потребността да се получава и дава любов е една от основните човешки потребности и не може да бъде пренебрегната с лека ръка. Потребността от любов пропива всичко, което правим,

включително сексуалното ни поведение. Направи ми впечатление, че мъжете, които търсеха неангажиращи сексуални преживявания с мимолетни партньорки и проститутки, се оплакваха, че желаят повече страст. А страстта се отличава от похотта по личната ангажираност. Така че идеите ми за подобряване на интимността в терапията не са основани на мои проекции, а на факти, които съм чула да излизат директно от устата на недоволните мъже. Те копнеят за близост, те искат сексът да е за тях нещо значимо, нещо специално.

Не твърдя, че сексът винаги трябва да е израз на любов или че сексът без любов е нещо лошо или нередно. Дори признавам, че съществуват убедителни аргументи в полза на неангажиращия секс. Понякога е от полза човек да избяга за кратко от идентичността си и да се наслади на плътската страна на своята природа, без да се обременява с товара на емоционалната обвързаност. Този род отношения могат да донесат истинска наслада. Истината е обаче, че мъжете, които сядаха на моята кушетка, не отдаваха на неангажиращия секс първостепенно значение. И не аз, а те сами повеждаха разговора ни към темата за любовта, независимо от причината, поради която бяха дошли в кабинета ми. Мисля, че това беше така, защото сексът между двама души се осъществява най-вече в контекста на тяхната връзка и отношенията между тях неизменно проникват сексуалния акт. Но дори при отсъствие на връзка естествените емоционални потребности поставят своя отпечатък върху секса и това за мен е най-интригуващо от професионална гледна точка.

За моите пациенти сексът се беше превърнал в сурогат на любовта. Онова, което те не получаваха в емоционално отношение - тъй като не смееха да си го поискат, - те се опитваха да набавят посредством секса. В секса заместваха стремленията на егото си: желанието да са специални за някого, да се чувстват важни, силни, желани. Сексът заместваше всичко, което майката, съпругата или проститутката не им даваха. Или пък онова, което не можеха да открият в самите себе си. Вместо да положат усилие и да се научат да се грижат за потребностите си, те прибягваха до въображението - създаваха си сценарии, а после търсеха актриси, които да изпълняват женската роля в тях. Тази роля се променяше според настоящите им потребности. Тези мъже се надяваха, че жените могат да усещат интуитивно желанията им и да ги удовлетворяват безусловно. Но това, разбира се, беше нереалистично.

В този вид отношения обаче не може да става и дума за любов, тъй като в тях има толкова дълбочина, колкото в тези с касиерката в магазина.

\*\*\*

Преди време мой пациент беше един много успешен текстописец. В първата ни сесия той ми каза:

* Печеля, пишейки текстове на любовни песни, но не вярвам в любовта.

Фактът, че именно това бяха първите му думи, говореше много за него. От всичко, което можеше да ми разкрие за себе си, той бе избрал да започне точно с това.

* Любовта е илюзия - продължи той. - феромони, допамин, секс, възпроизводство - това е реалността. Любовта е романтична фантазия.
* А иска ли ти се любовта да съществуваше наистина? - попитах го.
* Не, искам да живея в реалността.
* А реалността е изцяло биологична?
* Ами, да... Когато хората казват, че са влюбени в някого, те всъщност казват „този човек повдига самочувствието ми". Но това е просто утвърждаване на твоята личност от страна на другия. Не ме разбирай погрешно, не виждам нищо нередно в утвърждаването - харесвам го и всъщност живея за него, - но то е твърде непостоянно. Затова сега се чувствам така ужасно. Приятелката ми не става за нищо.
* Но щом всичко е биология, тогава нека просто приемем този факт. Защо дори не го отпразнуваме?

Той се изправи и закрачи из кабинета.

* Трябва да се раздвижа. Мразя да седя и да бръщолевя, за да бъде бръщолевенето ми после анализирано. Това действително ли помага? Тук съм, защото се нуждая от помощ. - Той отново седна, но не на кушетката, а на табуретката пред моя стол и мълчаливо се взря в мен, сякаш се опитваше да прочете нещо в лицето ми. Аз също го гледах с въпросително повдигнати вежди, леко смутена. После той рязко стана и продължи да крачи из стаята. - С лекота издържаш погледи.
* Отклоняваш се - отвърнах. - Мислех, че искаше помощ.
* Съжалявам. Страдам от дефицит на вниманието, а освен това изпих твърде много кафе... Не знам какво говоря, объркан съм, в главата ми е пълна каша.
* Твърдиш, че любовта е биология, аз пък ти казвам: „Какво от това? Наслаждавай се на биологията".
* Но в такъв случай ще съм един празен човек - отвърна той и се върна на кушетката.
* Но какво искаш тогава? - попитах.
* Искам любовта да е нещо значимо за мен.
* Позволи ѝ тогава да придобие значимост.
* Но тя е безсмислена.
* Знаеш ли, може би си прав, в главата ти е пълна каша!
* Ако искаш да ми кажеш да оставя кафето и Киркегор, съжалявам, скъпа, но няма как да стане. Те са част от моя свят.
* Скъпа?
* Извинявай, извинявай - каза той с усмивка, сякаш флиртуваше.

Засмяхме се и двамата.

* Изпитвал ли си някога любов? - попитах го.
* Да, струва ми се. Мисля, че обичах бившата си съпруга. Изпитвах към нея всички онези чувства, които приемаме, че съставят любовта.
* Значи все пак съществуват и чувства?
* Така смятах преди. Макар и под формата на химически реакции в тялото.

Той извади клетъчния си телефон и започна да го върти в ръцете си.

* Разочарова ли те тя?
* Меко казано.
* Значи заради разочарованието, което тя ти е донесла, ти си отхвърлил цялата идея за любовта. И вече не вярваш на никоя жена.
* Е, вслушвам се в шефката.
* Имаш ли потребност да бъдеш обичан?
* Да.

Тъй като повечето от нас не разбират любовта, те не знаят какво да очакват от нея. Все още не знаех какво се беше случило между този мъж и бившата му съпруга, но очевидно някои негови очаквания не са били оправдани и той беше реагирал с промяна във философията си. Аз обаче знаех, че никой не можеше да отрече, че изпитва присъщия на всички хора глад за онова, което наричаме любов. Питах се дали ще успея да го убедя, че биологическите императиви и потребността от утвърждаване бяха само няколко от съставките на любовта. В момента той беше способен да види единствено тези няколко елемента, без да си дава сметка, че любовта е нещо много по-обхватно.

* Любовта не се изчерпва с романтичната връзка между двама души - казах. - Тя е далеч по-обхватна. Можеш да обичаш животните, природата, децата, приятелите. Потребността да даваме и получаваме любов ни е вродена и можем да правим това по ред начини, не само обвързвайки се с един обект. В известен смисъл можеш да обичаш всичко около себе си. - Той не отвърна нищо, просто ме гледаше скептично. Затова продължих да развивам тезата си: - Дай ми пример за нещо, което обичаш.
* Обичам да свиря на китара.
* Какво обичаш в свиренето на китара?
* Потапянето в мелодията. Тогава всичко става без усилие.
* Добре, сега да замълчим за малко. Продължи да мислиш за свиренето на китара наум.
* Добре...
* Чувстваш ли как го обичаш?
* Това е странно. Какво всъщност искаш от мен?
* Просто ми угоди.
* Добре... - Той се умълча за кратко. - Чувствам топлина.
* Сега пробвай да усилиш това чувство.
* Ъм... добре...
* Сега помисли за нещо друго, което обичаш.
* Малката ми сестра.
* Остани с това чувство. Позволи му да се насъбере у теб.

Очите му се навлажниха.

* Ти успя. Способен си да генерираш у себе си толкова любов, колкото пожелаеш. По всяко време.

\*\*\*

Продължихме в тази посока още известно време и аз научих, че той обичаше много неща, сред които умрялото си куче Шърман и сладолед на клечка. Чувствах се доста неловко, тъй като през цялото време долавях снизхождението му, колкото и съвестно да се опитвате да следва указанията ми. Определено смяташе, че по отношение на любовта съм с нагласата на Полиана. Затова пък беше достатъчно отчаян в нещастието си, за да ми съдейства, и не спираше да изрежда имената на хора и названията на дейности, които обичаше. Така предизвикваше и поддържаше в себе си усещането за любов и сам доказваше моята теза, че любовта може да бъде култивирана. Исках да го накарам да признае, че тя беше нещо реално и конкретно и можеше да бъде усетена с тялото. Той действително призна това и допълни, че усещането му харесва.

Срещнахме се още само веднъж, след което той внезапно прекъсна терапията си, заминавайки на обиколка из Европа. В заключителната ни сесия ми сподели, че приема това заминаване по-скоро като задължение, тъй като нищо вече не било способно да го развълнува.

* Целият свят е безсмислен.

Подозирах обаче, че беше дошъл при мен за искрица надежда.

* Би ли ми дала определение за любовта?

Този неочакван въпрос ме затрудни ужасно.

* Любовта, която така възхваляваме, е приятно, интимно усещане - започнах неуверено, - но тя всъщност е умение, което обхваща широк спектър от поведения и чувства...
* Моля те, спри дотук - вдигна ръце той. - Това ли говориш на пациентите си? Смятам, че трябва да измислиш нещо по-добро. Нещо по-лесно за запомняне, може би кратка мантра, която да не звучи така медицински.

Беше прав. Това, което бях изрекла, звучеше сухо и скучно.

* Добре - отвърнах. - Да изпитваш любов означава да признаваш красотата на всички и всичко около себе си... А ти имаш нужда от любов, за да откриеш отново вдъхновението да твориш, да пишеш песни.

Месец по-късно получих от него имейл. Беше в Брюксел. Благодареше ми и завършваше писмото със следното: „Имам един последен въпрос. Какво ще се случи, ако никога повече не изпитам любов?".

В отговор му писах: „Вярвам, че ще я изпиташ отново. Ако знам нещо със сигурност, то е, че всеки се нуждае от любов - както да я дава, така и да я получава. И тази потребност не изчезва с края на една връзка. Любовта не се изчерпва с чувствата към определен човек".

После той ми писа, че след последния ни разговор оставил Сартр и започнал да чете Руми.

За мое голямо удоволствие подобна промяна в мисленето на пациентите ми се случваше често. Случваше се някои от тях да ми казват: „Вече не търся любовта. Искам самият да съм любов". Еволюцията от „жените са кучки" до „Преди се питах дали съм обичан. Сега се питам дали някога съм обичал" винаги ме изпълваше с възторг. Струваше ми се невероятно, че мъже изричаха подобни думи пред мен. Когато фокусът на вниманието им се изместваше от онова, което желаеха да получат, към това, което бяха способни да дадат, аз се чувствах удовлетворена.

\*\*\*

Връзката ни с Рами от известно време беше в застой, затова решихме, че голямото разстояние помежду ни трябва да бъде елиминирано. Ако желаехме да съхраним отношенията си, един от нас трябваше да смени местожителството си и да се премести при другия. И един ден, напълно в негов стил, Рами се появи на вратата ми и обяви:

* Местя се в Ню Йорк. - Беше нахвърлял част от нещата си в колата и бе шофирал от Флорида. - Ти си любовта на живота ми. Ще живеем заедно, независимо каква цена трябва да платя.

Аз ликувах. Най-сетне на спора кой да се премести щеше да бъде сложен край и аз щях да имам едновременно Рами и Ню Йорк. Сбогувах се със съквартирантките си на Таймс Скуеър и наех жилище за двама ни с Рами в Горен Уест Сайд. Най-накрая можехме всяка вечер да вечеряме и да си лягаме заедно. Мечтите ми обаче се сбъднаха само за около два месеца. Ще спестя на читателите подробностите и ще разкажа накратко само края на историята:

Рами ми купи годежен пръстен. Скарахме се. Той си взе обратно пръстена, продаде го и си купи „Ролекс". После хвърли „Ролекс"-а в река Хъдсън и се върна във Флорида.

За първи път останах сама В Ню Йорк.

Не бяхме скъсали, не изпитвахме лоши чувства един към друг. Просто възстановихме старото положение. На Рами му липсваше голямата къща във Флорида, казваше, че не може да живее като хората в Манхатън.

Лежах в студиото, което бях наела за двама ни - толкова малко, че от леглото можех да протегна ръка и да отворя хладилника, - и размишлявах. Реших, че е необходимо да повиша стандарта си на живот. Докога щях да използвам кухня с размерите на телефонна будка, а мишки да притичват около мен, докато спя? (Държах ключовете и обувките си до леглото, за да ги хвърлям по тях.)

Спомних си своето обещание да се върна във Флорида след година в Ню Йорк, както и причината да не го спазя. Имахме проблем с доверието помежду си. Аз така и не бях успяла да се почувствам сигурна с Рами, затова и не бях готова да поема този риск. Реших да остана в Ню Йорк, Вместо да се срещна лице в лице с тревожността, която щеше да съпътства преместването ми при Рами. Това е лудост, мислех си. Насърчавах пациентите да проявяват смелост в отношенията си с обичаните хора. Беше време и аз да поема риск.

И така, най-накрая се обадих на Рами и му казах, че ще се преместя при него във Флорида. Уведомих наемодателите си, че освобождавам кабинета и апартамента си, и се сбогувах с всичките си приятелки.

* Полудяла ли си? - попитаха ме те, когато ги събрах в едно заведение в Горен Ийст Сайд, за да изпием по чаша вино и да им съобщя за решението си. Въпреки смайването, с което реагираха, аз бях спокойна. Беше ме обзело онова спокойствие, което спохожда човек, когато вземе трудно и дълго обмисляно решение. Въодушевени, с Рами отново крояхме планове за бъдещия си съвместен живот.

Няколко дни по-късно, докато събирах багажа си, Рами ми се обади по телефона.

* Може би е добре да си наемеш собствен апартамент тук. Вместо да се нанасяш при мен - каза ми той.
* Какво? Защо?
* Ами ако започнем да се отегчаваме един друг? Не искам това да се случва. - После продължи да ми говори объркано, сякаш се опитваше да се оправдае заради нещо. Бях така вбесена, че почти не го чувах. - Бих искал да ти изпратя да подпишеш документ, който ме освобождава от финансова отговорност към теб.

Пуснах слушалката, свлякох се на пода на празното си студио и се разридах неудържимо.

Рами се беше уплашил - с моето решение бях го подложила на изпитание, каквото ми беше предложил Мохиндер, шофьорът на такси.

До този момент бях вярвала, че ако направя тази крачка, във връзката ни най-сетне щеше да настъпи хармония. Осъзнах, че въздържайки се от този избор, през всичките тези години бях осигурявала на Рами удобство - нищо че той постоянно ме обвиняваше, че желая да съм далеч от него.

И тогава осъзнах какво съм сторила. В кабинета ми скоро щеше да работи друг, а студиото трябваше да освободя до две седмици. Току-що бях променила целия си живот, взимайки смело решение в името на любовта.

Взех се в ръце и си купих билет за първия полет до едно място, където винаги бях искала да отида: Калифорния. В рамките на няколко дни избрах и наех стая в красива къща в близост до брега и отлетях обратно за Ню Йорк, за да взема и последните си неща. Реших да ги събера в кафяви кашони и да ги изпратя на новия си адрес. Докато надписвах кашоните, на вратата се появи Рами, което никак не ме изненада. Искаше да разговаряме. Този път просто го помолих да ми направи услуга и да отнесе кашоните до пощенската служба, тъй като бяха тежки.

Това беше краят.

Да, Рами ме нарани. С лъжите, с женкарството, с отхвърлянето си. Въпреки това никога няма да се съглася, че съм постъпила глупаво, взимайки решението да се преместя при него или обичайки го. Защото съм била вярна на самата любов. Да, той ме разочарова, но това беше следствие от собствената му неспособност да обича. Горда съм със смелостта, която проявих, и със своята способност да обичам. И макар често да допускам грешки, те ми помагат да израсна.

Един от най-честите въпроси, които пациентите - мъже и жени с разбити сърца - ми задават, е: Защо да отварям отново сърцето си? Тези хора се опитват да се примирят с факта, че въпреки възможността да бъдат наранени от любовта имат нужда от нея. Въздържането от интимни отношения не е добра алтернатива, тъй като самотата също причинява болка. Затова на последния въпрос аз отговарям откровено; „Да, ще бъдете наранявани, но така ще научите един от най-важните житейски уроци - че болката е неизменна спътница на любовта и че дори в нея има красота".

Не исках да допускам цинизма у себе си, той не отговаряше на стила ми. Съхраних привързаността си към романтиката, но я обогатих с една по-реалистична перспектива, която бях придобила в работата със своите пациенти мъже. Всеки път, когато заключех, че Рами е злодей, той демонстрираше невероятната си способност да бъде добър. Неговата двойственост дълго време ме озадачаваше, докато накрая осъзнах, че тя всъщност е присъща на човешката природа. Това прозрение оказа върху мен освобождаващо въздействие и ми помогна да се отърся от своята критичност. Късах с него може би десетина пъти, но това ми беше необходимо, за да се изправя накрая лице в лице с истината - нещо, към което непрекъснато подтиквах своите клиенти. Трябваше да преодолея несигурността и да освободя в себе си място за състраданието и разбирането.

За това щеше да е необходимо дълго време, но моите пациенти ме бяха научили как да бъда търпелива, смела и толерантна. Никога не бях предполагала, че тези добродетели ще придобият такава важност, каквато имаха за мен любовните вълнения, но те са основа, без която по-приятната част от любовта е невъзможна. В началото бях неспособна да отговарям на въпросите на тези мъже за същността на любовта, но търсейки определение за нея, ние се лекувахме взаимно.

## **ПОСЛЕПИС**

Рами се завърна към така обичания си ергенски живот и пътешествията, а по-късно започна да строи сиропиталища в развиващите се страни.

Аз имам частна практика в Лос Анджелис и съм щастливо омъжена за мъж, с когото преживях повече приключения, отколкото буйното ми въображение би могло някога да си представи. Той е от Айова.

## **БЛАГОДАРНОСТИ**

### **Бренди:**

Идеята за тази книга ми хрумна на Коледа, съвсем наскоро след като бях се преместила от Ню Йорк в Калифорния. Шофирах сама от Лос Анджелис до малък съседен град. Оскъдният пейзаж в този район винаги успокоява ума ми и идеите ми избуяват с невероятна бързина. Така се случи и в онзи коледен ден. Спрях на паркинга на едно крайпътно заведение и нахвърлих изложението в най-общи линии. Искам да благодаря на Сю Шрейдър и Мат Джонстън, моите първи приятели в Калифорния, които ме насърчиха да не се отказвам и да напиша книгата си, след като прочетоха първоначалния вариант. Тяхното доверие ми даваше сили през цялото време, докато работех по книгата.

Бих желала също така да изразя сърдечната си благодарност към Рами, чието име промених, тъй като той не желаеше подробностите около личността му да стават публично достояние. Желая да подчертая, че съм описала връзката ни от моя гледна точка. Обадих му се по телефона, за да поискам позволение да разкажа за нашите взаимоотношения. Единственото, което той ми отговори, беше: „Не забравяй да напишеш, че все още те обичам". „Моля те, имай предвид, че тази книга наистина ще бъде издадена!", казах му, на което той с типичното си великодушие отвърна, че ме подкрепя и се радва, че желая да опиша своята истина. И отново подчерта: „Нека читателите узнаят колко много те обичам". Надявам се, че споделяйки най-мъчителните епизоди от нашата връзка, не съм засенчила това, което той държеше да се знае.

Бих желала да изразя благодарността си и към Дейвид Рензин. За мен като прохождащ автор беше истинска чест да работя с такъв опитен и утвърден професионалист. Той пое риска да повярва в мен и да ми помогне. Дълбоко благодарна съм му заради това решение, както и заради интереса му към психологията на сексуалността, състраданието към представените пациенти и уважението към техните проблеми. Дейвид беше мой пациент и търпелив наставник в писателския занаят, притежаващ тайнствената дарба да ме предразполага да се разкривам пред читателя. Първоначално не желаех да описвам личната си история, но той използва всякакви прийоми за убеждение и в крайна сметка успя да ме придума да представя себе си не само като професионалист, но и като жена от плът и кръв. А след това беше до мен във всички моменти, когато ме обземаше тревожност от себеразкриването. Постоянно ме насърчавате да съм автентична, въпреки съпътстващата автентичността уязвимост, също както аз насърчавах своите пациенти.

На литературния си агент Брайън де Фиоре съм благодарна за непоклатимата му вяра в този проект, въпреки всичките трудности. А на Денис Силвестро от „Бъркли Букс" благодаря за шанса, който ми даде.

Благодаря на Сузи Питърсън, Ейми Алкън и Стефани Уилън за редакторската работа, която свършиха.

Благодарна съм и на скъпите си приятелки, които подкрепиха начинанието ми: Сузи Койл, извор на мъдрост и прозрения, Карън Сандовал, която ме научи, че в уязвимостта има красота, Ейми Райхенбах, заради чувството ѝ за хумор, окуражението и вдъхновението. И други приятели ме подкрепяха и насърчаваха; Бет и Лаура Райхенбах, Уенди Маккарти, Мери ван Лент, Стийв Смит, Робърт Слусаренко, Джейми Кук-Тейт.

На пациентите, представени и непредставени тук, съм благодарна за това, че ми позволиха да стана част от тяхното личностно израстване. В работата си с тях придобих знания, с които ще съм от помощ на бъдещите ми пациенти.

Признателна съм на майка си Айрийн Дън, която винаги ме е обичала и ме научи да използвам любовта си като средство за изцеление. Благодаря на Робърт Дън, Брайън Дън и Карла Спуунър за хумора, с който ме разведряваха по време на писането.

И накрая искам да изразя любовта и благодарността си към Франсис Енглър, моя съпруг. В деня на самотното ми пътуване през пустинята аз му отказах да ме придружи - решение, в резултат на което се разделихме за две дълги години. Реших да напиша тази книга, за да запълня времето си и да смекча болката от тази раздяла. Но неговата подкрепа и вяра в способността ми да напиша книгата ме вдъхновяваха през цялото време. Всички уроци, които научих, както и въпросите, които си задавах през тези две години, ме тласнаха обратно към него.

### Дейвид:

Безброй благодарности на Брайън де Фиоре заради неговата вяра в съвместния ни проект с Бренди и ценните напътствия.

За моралната подкрепа, насърчението и търпението, с които изслушваха непрестанното ми бъбрене за книгата (макар често с помощта на силно питие) в продължение на цели две години, благодаря на: Синтия Прайс, Ейми Алкън (едва ли подозира колко много съм ѝ благодарен).

Нанси Ромелман, Лиза Кусел, Зориана Кит, Сара Грейс, Ерика Шикел, Стийв Рандъл, Джейн Айер, Джоузеф Мейл- ендър. Лиза Стръм Суийтингъм, Глег Крицър, Ерик Естрин, Бил Земе, Денис Силбестро и нейния отличен екип в Бъркли, Джуд Клингър, Роман Ген, Джо Рензин, Джил Стюърт, Джейн и Гари Питърсън, Пол Питърсън, Джордж и Шарлът Клинтън, Дженифър Лори, Стийв Оуни и Франсис Енглър. Ако съм забравил някого, станало е съвсем случайно заради недоспиването.

Най-вече съм благодарен и задължен на д-р Бренди Дън Енглър, че ми се довери и ме направи свой съавтор. Тя безстрашно разкри пред читателя своя живот и така придаде на книгата си неповторимо измерение. Освен това великодушно задоволяваше моето неутолимо любопитство и с готовност се впускаше в разпалени разговори с мен относно психологията на сексуалността и любовта... през времето, когато трябваше да работим. Признавам, че постоянно питах за мнението ѝ относно моите виждания и най-безсрамно се възползвах от експертните ѝ знания. Бренди ми помогна да придобия една съвсем свежа и изчистена от излишна критичност гледна точка към човешкото поведение. Всичко това се отрази положително върху книгата, така че може би в крайна сметка сме вършили някаква работа.

И накрая, както винаги, бих желал да изразя любовта и благодарността си към своята съпруга Сузи Питърсън и към сина си Емет Рензин. Те са моята радост на този свят. Хората могат да кажат много неща, но те двамата са всичко в живота ми.

*д-р Бренди Енглър с Дейвид Рензин*

МЪЖЕТЕ НА МОЯТА КУШЕТКА

Отговорен редактор Вера Янчелова

Компютърна обработка Ана Цанкова

Коректор Невена Здравкова

**Американска, първо издание**

**Формат 84/108/32**

**Печатни коли 19**

ИЗДАТЕЛСКА КЪЩА „ХЕРМЕС"

<http://4eti.me>

<http://ekni.ga>