

КНИГИ, О КОТОРЫХ ГОВОРЯТ

ОТКРОВЕННО ▶

БРЭНДИ ЭНГЛЕР

←—————→
ПРИ УЧАСТИИ ДЭВИДА РЕНСИНА

МУЖЧИНЫ НА МОЕЙ КУШЕТКЕ

РЕАЛЬНЫЕ ИСТОРИИ О ЛЮБВИ, СЕКСЕ И ПСИХОТЕРАПИИ



ЭКСМО
Москва
2014

УДК 159.922.1

ББК 88.53

Э 63

Dr. Brandy Engler with David Rensin
THE MEN ON MY COUCH:
True Stories of Sex, Love and Psychotherapy

Перевод Э. Мельник

Дизайн обложки П. Петрова

Энглер, Брэнди.

Э 63 Мужчины на моей кушетке / Брэнди Энглер ; [пер. с англ. Э. И. Мельник]. — Москва : Эксмо, 2014. — 448 с. — (Книги, о которых говорят).

Книга, которую должны прочесть каждая женщина, желающая понять, чего на самом деле хотят мужчины, и каждый мужчина, который, безусловно, знает, что хочет, но не прочь выяснить, что об этом думают женщины. Книга, которая поможет вам избавиться от ложных представлений о любви и сексе и построить по-настоящему крепкие, надежные, счастливые отношения.

Когда молодой психотерапевт Брэнди Энглер открыла частную практику в Нью-Йорке, ее ждал большой сюрприз. Большинство пациентов составили мужчины. Дэвид, восходящая звезда Уолл-стрит, не пропускающий ни одной юбки, Чарльз, бизнесмен, конфликтующий с невестой, потому что она «слишком красива для него», Пол, служащий банка, женатый на потрясающе сексуальной женщине и при этом регулярно посещающий «массажные» салоны, и многие другие.

«Мужчины на моей кушетке» — это история путешествия женщины в мир эротических (и не только) мыслей мужчин. То, что доктор Энглер узнала о желаниях и поступках своих пациентов, не только застало ее врасплох, но и бросило вызов ее представлениям о мужчинах и самой себе, помогло избавиться от иллюзий и научиться грамотно строить отношения. Мы видим, как постепенно, от сеанса к сеансу, Брэнди растет как профессионал и человек, способный решать не только чужие (мужские), но и собственные (женские) проблемы.

УДК 159.922.1

ББК 88.53

© 2012 by Dr. Brandy Dunn and Rensin, Inc.
All rights reserved

© Мельник Э.И., перевод на русский язык, 2014

© Оформление. ООО «Издательство
«Эксмо», 2014

ISBN 978-5-699-73365-1

Имена пациентов и все личные данные были изменены, а в некоторых случаях скомпонованы с целью защитить права пациентов на конфиденциальность. Все диалоги и события основаны на имевших место в действительности беседах и переживаниях, хотя некоторые из них были сплетены вместе ради создания уникального в своем роде случая. Также я изменила имена своих друзей и возлюбленных.

Содержание

Прием открыт	9
Дэвид	19
Рами	62
Алекс	88
Пол	133
Чарлз	187
Мужская группа: эйфория	225
Блокнот терапевта: что хотят мужчины?	
Два разговора с Майклом	248
Мужская группа: гнев	258
Кейси	282
Марк	336
Билл	388
Заключительный сеанс	423
Постскрипtum	439
От авторов	440

Прием открыт

«**М**ужчины на моей кушетке» — это история моего путешествия в мир эротических мыслей мужчин. То, что я выяснила о желаниях моих пациентов и их поступках на перекрестке секса и любви, не только застигло меня врасплох, но и бросило вызов моим представлениям о мужчинах и о самой себе.

Женщина может познать истины, касающиеся любви, множеством способов. Одни занимаются медитациями или бродят в одиночестве по лесу. Другие закупают кипу книг по самопомощи, знакомятся в Интернете или тренируются, чтобы бежать марафон. Третьи едут на уик-энд в Вегас.

А мне нужно было просто ходить на работу.

* * *

Несколько лет назад я, будучи новоиспеченным клиническим психологом, приступила к осуществлению своей мечты — открыть частную практику на Манхэттене. Передо мной стояло всего одно маленькое препятствие: пока я не

была в этой области ни светилом, ни даже авторитетом.

Любой специалист в моей сфере скажет вам: для того чтобы обзавестись клиентами, требуется время. Некоторые коллеги полагали, что мне стоит избрать неторопливый привычный путь: поработать в существующей групповой практике, втереться в психотерапевтическое сообщество, наладить связи с врачами, психологическими отделениями колледжей и другими профессионалами, которые могли бы направлять ко мне пациентов.

Я рассмотрела их советы и оценила финансовые преимущества работы по найму. Но дело в том, что я только что завершила специальный курс подготовки по секс-терапии под руководством известного специалиста, и мой энтузиазм бил ключом. Мой супервайзер в Бруклинской больнице, где я проходила ординатуру, предостерегал меня от этой идеи. «Секс-терапия? Вы что, шутки со мной шутите? — вопрошал он. — Да это прошлый век! Сегодня все сидят на виагре. Ни у одного секс-терапевта больше нет клиентов».

Он предлагал мне работу в больнице, но я уже все для себя решила. Я открыла свой кабинет в самом сердце Таймс-сквер. Мне плевать было на виагру! Я защитила диссертацию о снижении сексуального влечения у женщин и хотела специализироваться на женской сексуальности.

Я была готова к тому, что моя клиентура будет складываться медленно. Женщины охотнее, чем мужчины, прибегают к психотерапии, если

страдают от тревожности, депрессии и прочих проблем в том же духе, но помощи в случае снижения либидо они ищут редко, поскольку приходят к трагическому выводу о том, что ослабление страсти — это норма. Так что меня устраивало медленное развитие событий с условием, что я буду заниматься тем, чем хочу заниматься. А поскольку эта проблема распространена повсеместно, я думала, что при должной рекламе моих услуг женщины со временем ко мне потянутся...

Как же я ошибалась!

Звонки посыпались сразу же.

И почти все звонившие были мужчинами.

* * *

Мужчины?! Вот уж не ожидала! И всего через пару месяцев их уже стало больше, чем было мне по силам принять. Они звонили и приходили с жалобами на всевозможные сексуальные проблемы: хроническое распутство, порнозависимость, проститутки, нарушения половой идентичности, ревность, эректильная дисфункция, страх близости, утрата желания, попытки понять смысл любви — и многое другое. Может быть, мужчины и реже прибегают к психотерапии в поисках средства от своих эмоциональных недугов, но когда пенис устраивает забастовку, они бегут за помощью.

И пусть лечение мужчин от половых проблем было не тем видом терапии, которым я намеревалась заняться (хотя моя подготовка, разуме-

ется, включала и его), я подумала, что смогу им помочь, — и подняла брошенную мне перчатку.

Я подозревала, что мне предстоит выслушивать истории, которые могут поколебать мое душевное спокойствие, но мне было свойственно любопытство. Так что я вооружилась решимостью добиться успеха, распахнула двери своего кабинета и начала принимать пациентов, готовая встретить лицом к лицу любые ожидавшие меня приключения.

И они меня не разочаровали.



«*Мужчины на моей кушетке*» скрытно проведут тебя, мой читатель, на конфиденциальные терапевтические сеансы, сделав свидетелем впечатляющих и провокационных диалогов, которые выявляют коренные проблемы, лежащие в основе сексуального поведения мужчины. Незримый, ты будешь наблюдать голые эмоции и истинные мотивы, стоящие за недугами половой сферы, помощи от которых искали мои пациенты. И в отличие от большинства других книг о мужском сексуальном поведении в «Мужчинах на моей кушетке» ты сможешь заглянуть даже в мои профессиональные и личные реакции — и те, о которых я говорила пациентам на сеансах, и те, которые остались невысказанными.

Я открыла для себя одну вечную истину: секс редко бывает *просто* сексом. Секс — это ком-

плексное переживание. Хотя поначалу я думала, что мне предстоит лечить сексуальные симптомы, вскоре весь этот бурлящий котел дал в сухом остатке психологию, которая стояла за поведением моих пациентов.

Я обнаруживала всевозможные смыслы, привязанные к их сексуальным привычкам. Некоторые использовали секс для проработки подавленных эмоций или смягчения эмоций неконтролируемых. Иногда они стремились заново пережить и разрешить прежние травмы, глубоко укоренившиеся в их фантазиях. Многие использовали секс для удовлетворения нереализованных потребностей во власти, одобрении, самооценности, утешении и привязанности.

Обычно мои пациенты слабо представляли себе мотивацию, которая ими двигала. Они инстинктивно стремились к *исцелению*, но пытались осуществить его на почве секса, и часто результатами становились дисфункция и отчужденность.

Я не собираюсь делать вид, будто знаю о мужчинах все или могу научить женщин, как изменить присутствующих в их жизни мужчин так, чтобы у них сложились замечательные отношения. Кроме того, эта книга не полемический трактат, заявляющий, что мужчины, чьи поступки и воззрения не согласуются с тем, что укладывается в наши социосексуальные нормы, непременно плохи. Однако в своем повествовании я действительно подхожу к мужчинам жестко, часто доводя их до взрыва гнева и слез. И все же я это делаю с глубоким ува-

жением к ним самим и к своему привилегированному положению их исповедницы.

Таким образом, для меня было важно избежать создания уничижительного и неглубокого портрета мужчин как поверхностных и морально ущербных негодяев (ну, сама понимаешь, «кобели, свиньи, неисправимые ублюдки...»), хотя временами я мельком замечала за собой и такие мысли. Я не пытаюсь обосновать или оправдать их поведение — или даже простить им тот вред, который они, возможно, причинили тебе, моя читательница; скорее, я прошу тебя быть свидетельницей этого полного открытий путешествия в мир психосексуальной мотивации мужчин — и того, что мужчины в нем обнаружили для себя.



Вместо того чтобы рассказывать, о чем мужчины думают или чего хотят, я позволю тебе прочесть то, что они рассказывают мне. Прилагаю к этому свой анализ и личные реакции — реакции не только как психолога, но и как женщины.

«Мужчины на моей кушетке» — это не просто серия полевых исследований, но мой собственный путь развития и открытий, дневник уроков, которые я усвоила в кабинете психотерапии, и рассказ о том, как они повлияли на мои личные романтические отношения.

Открывая практику, я сама переживала непростые отношения «на расстоянии» и, подобно моим

клиентам, разрывалась между желанием любить и непониманием, что, в сущности, это значит — любить. Что касается романтики и секса, я долгое время обитала в замечательном, созданном мною самой мире фантазии, где мы с моим возлюбленным могли держаться за руки и вечно бежать вприпрыжку по очарованным солнечным лугам.

Когда я влюбилась в моего бойфренда Рами (это не настоящее имя), «любовь» обзавелась иными качествами. Любовь внезапно сделалась болезненной, изменчивой и непредсказуемой. У нас был жаркий секс. У нас были проблемы с доверием. Мы были из очень разных миров. Началось страстное перетягивание каната, в котором я часто оказывалась проигравшей стороной, в том числе и по собственной вине.

Влюбленность в женщину отнюдь не гарантирует сексуальной верности. А неверность не обязательно подразумевает, что любовь мужчины неискренна и он не воспринимает ее всерьез.

По мере развития этих отношений уроки, которые я усваивала, обретали яркость и смысл благодаря моей работе. В конце концов, многим ли женщинам в их профессиональной жизни приходится исследовать перипетии любви и секса с мужской точки зрения? Многие ли выслушивают откровения о мужчинах от самих мужчин — истины,