## МАСТУРБАЦИЯ

Мастурбацию можно определить как способ доставить сексуальное удовольствие самому себе с помощью той или иной формы физической стимуляции. Чаще всего мастурбация производится путем растирания, поглаживания, сжимания или какого-либо иного воздействия на гениталии; однако ее можно производить и путем самостимулирования других частей тела - груди, внутренней поверхности бедер или анального отверстия. Термин "мастурбация" относится к акту самостимулирования, независимо от его результата, т.е. стимуляцию можно назвать мастурбацией, даже если она не завершается оргазмом.

В этой книге мы намеренно называем мастурбацией только сексуальную самостимуляцию. Стимуляция, производимая партнером, будучи во многом с ней сходна, содержит элемент межличностного взаимодействия, а потому эти понятия желательно разграничить. Хотя самостимуляция может быть составной частью половой активности с участием партнера, нас в этой главе интересует главным образом мастурбация как сугубо индивидуальная активность.

Как уже было сказано, и мужчины, и женщины часто начинают мастурбировать в детстве и обычно продолжают делать это в течение всей жизни. Самостимуляция наблюдается и в животном мире, например у многих видов обезьян, а также других млекопитающих (Ford, Beach, 1951).

*Самцы дикобраза, например, в состоянии полового возбуждения ходят на трех ногах, а одну из передних лап держат на гениталиях... Самцы слонов иногда манипулируют своим полуэрегированным половым членом при помощи хобота... Кобели и коты регулярно облизывают свой фаллический орган, причем нередко это сопровождается конвульсивными движениями таза, что свидетельствует о стимулирующем воздействии возникающих ощущений... Среди находящихся в неволе дельфинов один из самцов имел привычку помещать свой эрегированный половой орган в струю воды, а другой (дельфин) терся набухшим половым органом о дно бассейна.*

Несмотря на кажущуюся "естественность" мастурбации с эволюционной точки зрения, в большинстве обществ мастурбация у взрослых людей не одобряется. Для того чтобы понять, как в обществе сформировалось отрицательное отношение к мастурбации, обратимся к истории.

## Исторические сведения

Происхождение слова мастурбация не вполне ясно, хотя оно существовало еще у древних римлян. Прежде считали, что оно происходит от латинских слов manus (рука) и stupro (осквернять), однако теперь полагают, что у этого слова греческий корень - mezea (гениталии) и оно означает "возбудить гениталии" (Bullough, Bullough, 1977).

Древние греки и римляне относительно редко упоминали мастурбацию, хотя Гиппократ (греческий врач, считающийся отцом медицины) отмечал, что чрезмерная потеря семенной жидкости вызывает истощение (Haller, Haller, 1977). Несмотря на то, что в Библии нет ясно выраженного запрета этой формы сексуальной активности, и традиционный иудаизм, и христианская религия считают мастурбацию греховной. [Историю Онана (Книга Бытия, 38:9-11), которую прежде считали эдиктом, запрещающим мастурбацию, современные ученые рассматривают как описание совершенно иного действия - прерванного полового акта. Тем не менее еще и в XX в. мастурбацию называли "онанизмом".]

Установки католической церкви не изменились и в последнее время; в одной из "Деклараций по сексуальной этике" (29 декабря 1975) Ватикан отмечает, что "мастурбация по своей истинной сущности - серьезное неправомерное действие". Далее в декларации говорится: "Даже если нельзя доказать, что в Священном писании содержится прямое осуждение этого греха, Церковь, руководствуясь своими традициями, правильно поняла, что он осуждается в Новом Завете, когда там говорится о "не целомудренности", "непристойности" и других грехах, противопоставляемых чистоте и воздержанию".

Служители церкви иногда называли мастурбацию "противоестественным" действием, потому что оно не направлено на продолжение рода, но позднее ее стали описывать как "самообман", "самоосквернение", "растление плоти". Такое отношение к мастурбации во многом связано с работами швейцарского врача С. Тиссо (1728-1797), который стал рассматривать ее как медицинскую проблему и превратил из простого греха в заболевание, требующее лечения.

Тиссо полагал, что любая половая активность опасна, поскольку вызывает прилив крови к голове, снижая кровоснабжение других органов, вследствие чего нервы и другие жизненно важные ткани постепенно дегенерируют. В соответствии с уровнем медицинских знаний своего времени он был убежден, что возникающее поражение нервной системы ведет к безумию. Тиссо считал мастурбацию особенно "опасной" формой сексуальной активности ввиду ее простоты и возможности начинать заниматься ею в детские годы, когда организм особенно уязвим. Кроме того, испытываемое мастурбатором чувство вины создает дополнительную нагрузку на нервную систему и увеличивает опасность нервных расстройств.

|  |
| --- |
| "Почему они называют это самоосквернением? А мне понравилось!" "Плейбой", март,  |

1984.

"Доказательства" теории Тиссо нетрудно было найти в психиатрических больницах, где больных либо заставали за занятием мастурбацией, либо они сами признавались в том, что занимаются этим. К тому времени, когда представления Тиссо пересекли Атлантику и распространились в Америке, средний врач был вполне готов верить, что мастурбация ведет к психическим заболеваниям, эпилепсии, угрям, потере веса, снижению умственных способностей, слабости, летаргии и, наконец, к преждевременной смерти.

Родители в отчаянии искали способы спасти своих детей от этой напасти. Врачи с удовольствием стремились помочь; ведь в конечном счете долг врача в том и состоял, чтобы положить конец мастурбации. Была затрачена масса денег и энергии на способы лечения - от хитроумных замков, поясов и других приспособлений, преграждающих доступ к гениталиям, до хирургического "лечения", после которого у пациента не оставалось почти ничего, к чему хотелось бы прикасаться.

В XIX в. американские медики с жаром боролись с мастурбацией. Битва шла в основном по двум фронтам - диета и физические ограничения. Мастурбаторам (независимо от пола) запрещали подливы, спиртные напитки, устрицы, соль, перец, рыбу, желе, шоколад, имбирное пиво и кофе, так как считалось, что они раздражают нервную систему и усиливают сексуальное желание.

Другие врачи возлагали вину на тесную одежду, на трение о простыни, на прикосновение к гениталиям во время мочеиспускания и при купании детей нянями или родителями. Если после удаления из диеты раздражителей, а из шкафов тесной одежды мастурбация продолжалась, то принимались крутые меры. Врачи предписывали такие способы лечения, как смирительные рубашки на ночь, обертывание ребенка в холодные влажные простыни, чтобы "остудить" желание, или привязывание рук к кроватке. Патентное бюро США выдало несколько патентов изобретателям приспособлений, напоминавших средневековые пояса целомудрия, которые не давали детям возможности прикасаться к своим гениталиям. Родители могли запереть эти хитроумные "клетки для гениталий" на замок и спрятать ключ (рис. 14.1). В начале XX в. в продаже имелись металлические рукавички, удерживавшие маленьких детей от игры со своими гениталиями, а также колокольчики, звеневшие в спальне родителей, когда в кроватке ребенка начиналось движение (Lo Piccolo, Heiman, 1978).

|  |  |
| --- | --- |
| Рис. 14.1 Приспособления для борьбы с мастурбацией, применявшиеся в XIXв.  |  |

Тем, кто искал более кардинальное решение проблемы (всевозможные приспособления, пояса и металлические рукавички приходилось снимать во время купания, вводя тем самым ребенка в искушение), врачи предлагали другие методы: пиявки на область гениталий, чтобы отсосать кровь и устранить гиперемию, вызывавшую сексуальное желание; прижигание ткани гениталий электрическим током или раскаленным железом (полагали, что это убъет нервы и понизит чувствительность и вожделение). Крайние меры - кастрация и удаление клитора - были очень популярны в 1850-1860-е гг. Медицинские журналы США в середине 1800-х годов сообщали также, что кастрация часто успешно излечивала психозы.

С начала 1900-х гг. американское медицинское общество постепенно стало понимать, что мастурбация не может быть причиной угрей или психоза. Несколько смелых врачей даже рекомендовали женщинам мастурбировать, чтобы снять истерию, а мужчинам заниматься мастурбацией, вместо того чтобы ходить к проституткам (с риском заражения венерическими болезнями). Однако еще совсем недавно, в 1930 г., один из авторитетных медиков продолжал предостерегать от опасности "онанизма", таящейся в таких действиях, как лазание по канату, езда на велосипеде или кручение швейной машины. Он настаивал, что "этот путь ведет к слабоумию и преждевременной старости", "утрате духа, потере памяти, зависимости", "апатии", "раздражительности, головным болям, невралгиям, ухудшению зрения" и т.п. (Scott, 1930).

## Современные взгляды

К тому времени, когда появились отчеты Кинзи (1948, 1953), взгляды на мастурбацию со стороны как общества, так и профессионалов значительно отошли от существовавших в начале нашего века. Однако какие-то отголоски прежних представлений сохранились до сих пор: даже сегодня некоторые люди полусерьезно считают, что мастурбация может привести к росту "волос на руках" или деформации гениталий: другие убеждены, что мастурбация ведет к стерильности, половой дисфункции, утомляемости и потере памяти.

Судя по результатам исследований, проведенных за последние 20 лет, к мастурбации стали относиться гораздо спокойнее, чем прежде. По данным Ханта (М. Hunt, 1975). опубликованным в журнале "Плейбой", из шести опрошенных мужчин и женщин в возрасте от 18 до 34 лет только один относился к мастурбации как к чему-то порочному. Среди мужчин и женщин 45 лет и старше примерно одна треть относилась к мастурбации отрицательно. При опросе 230 студентов и 205 студенток оказалось, что большинству из тех, кто не занимался мастурбацией, просто не хотелось делать это. Среди последних 32% мужчин и 14% женщин считали мастурбацию напрасной тратой времени, аморальной или пошлой. Только небольшая доля тех, кто не занимался мастурбацией, называли причиной своего "воздержания" чувство вины. запрет или религиозные убеждения. По данным другого опроса, 40% не мастурбировавших студентов воздерживались от мастурбации, потому что считали ее аморальной (Atwood, Gagnon, 1987).

Как уже говорилось в гл. 9, многих подростков все еще волнуют возможные воздействия мастурбации на их здоровье. Это юмористически описал Филип Рот в своем романе "Portnoy's Complaint'':

*Это случилось к концу первого курса колледжа и первого года занятий мастурбацией: я вдруг обнаружил на нижней стороне своего члена, там, где его тело переходит в головку, небольшое бледное пятнышко; как потом оказалось, это была веснушка. Рак. Я сам вызвал у себя рак. Вся эта возня с собственной плотью, все эти потирания и сжимания привели к неизлечимой болезни. А мне нет еще и четырнадцати! Ночью, в постели, я обливался слезами. "Нет", говорил я, задыхаясь от рыданий. "Я не хочу умирать! Пожалуйста, не надо!" Однако, если мне все равно суждено очень скоро стать трупом, то я буду вести себя по-старому.*

В наши дни к мастурбации относятся спокойнее, чем когда-либо в прошлом, однако она продолжает вызывать некоторые сомнения.

1. **Мастурбация греховна.** Такой взгляд, разумеется, определяется моральными или религиозными убеждениями и является сугубо личным делом. В нескольких исследованиях было установлено, что глубоко верующие люди мастурбируют реже, чем неверующие или имеющие менее прочные религиозные убеждения (De Manino, 1979).
2. **Мастурбация противоестественна.** Логику подобного утверждения понять трудно. Если под естественностью понимать то, что происходит в природе, то оно неверно, поскольку мастурбация наблюдается у многих животных, а также, как показывают многочисленные данные, в младенчестве и раннем детстве.
3. **Мастурбация может быть одним из компонентов процесса созревания, но если мастурбацией занимаются взрослые люди, это свидетельствует об их психологической незрелости.** По теории Фрейда, мастурбация взрослых людей служит симптомом психосексуальной незрелости, за исключением тех случаев, когда она заменяет гетеросексуальный половой акт по причине отсутствия партнера (Marcus, Francis, 1975). Сегодня большинство специалистов считают, что мастурбация у взрослых - законная форма сексуальной активности (см., например, Hite, 1977; De Martino, 1979; Peters, 1988: Calderone, Johnson, 1989). Расхождение между этими двумя точками зрения обусловлено различными представлениями о психологической зрелости; в то же время нет никаких данных, которые бы подтверждали, что мастурбирующие взрослые люди менее зрелые, чем немастурбирующие. Некоторые специалисты полагают, что мастурбацию можно объяснять "незрелостью" лишь в тех случаях, когда, несмотря на полную доступность других возможностей, человек прибегает исключительно к ней (Ellis, 1965). Тем не менее многие студенты не одобряют мастурбацию, считая ее плохой заменой партнерского секса.
4. **Мастурбация может войти в привычку и помешать развитию нормального сексуального поведения.** Большинство сексологов и психотерапевтов считают подобные заявления возвратом к мышлению XIX в. Накапливается все больше данных о том, что отсутствие опыта мастурбации может создать психосексуальные проблемы, такие, как нарушение эрекции или аноргазмия (Barbach, 1975; Hite, 1977; De Martino, 1979; Money, 1980) и во многих программах по оказанию сексологической помощи центральное место занимает разъяснение того, что такое мастурбация (Lo Piccolo, Lobitz, 1972; Barbach, 1975, 1980; Kaplan, 1974, 1989; Heiman, Lo Piccolo, 1988).

Кроме того, теперь стало ясно, что мастурбация имеет ряд дополнительных преимуществ. Например, она дает реальный (и доставляющий удовольствие) выход сексуальным потребностям людям, не имеющим партнеров, в том числе пожилым. Она может помочь также в случае, когда сексуальные потребности человека в данный момент превышают потребности его партнера. В эру СПИДа это одна из главных форм безопасного секса (Kaplan, 1987; Money, 1988). Наконец, мастурбация часто может быть приятным способом снять напряжение и расслабиться.

**Список использованной литературы:**

1. Основы сексологии (HUMAN SEXUALITY). **Уильям Г. Мастерc**, **Вирджиния Э. Джонсон, Роберт К. Колодни.**  Пер. с англ. — М.: Мир, 1998. — х + 692 с., ил. ISBN 5-03-003223-1