## Ваш мужчина будет заниматься с вами любовью гораздо чаще, если вы чаще будете позволять ему просто секс

"Иногда, когда мой муж начинает ласкать меня, мне кажется, что он делает это автоматически, производя над собой усилие, что ласки идут не от любви, а от желания поскорее сделать все, что положено".

"Мне бы хотелось, чтобы Билл был более романтичным в постели. Я знаю, что он любит меня, но он так нетерпелив. Мне нравится заниматься любовью не спеша, со множеством поцелуев, объятий, нежных слов, а для него это просто секс".

Существует разница между сексом и любовью. Секс - это физиологический акт, в результате которого оба партнера получают удовольствие. Занимаясь же любовью, вы прежде всего погружаетесь в эмоциональную атмосферу любви и обожания.

У вас вполне может быть секс без любви. Вы также можете заниматься любовью без секса. Но, безусловно, наилучшим является сочетание любви и секса.

Опросив сотни мужчин и женщин, я пришла к выводу: женщины прежде всего хотели бы получать от своих мужчин любовь, мужчины предпочитают видеть в женщинах прежде всего сексуальных партнеров.

**Женщины больше любят:**

* объятия;
* долгие поцелуи;
* неторопливую прелюдию;
* разговоры о чувствах в постели;
* эмоциональные всплески во время занятий любовью;
* романтику.

**Мужчины больше любят:**

* спонтанность;
* физическую страсть;
* игривый здоровый секс.

Эти различия в сексуальных вкусах проистекают из различий между женщинами и мужчинами, о которых мы говорили в этой книге. Мужчины больше ориентированы на достижение цели; женщины больше заняты налаживанием взаимоотношений и связей. Большинству мужчин ближе простой секс, в то время как женщины предпочитают заниматься любовью.

Это отнюдь не означает, что женщины не любят просто секс, а мужчины не стремятся к любви. Это всего лишь наиболее распространенная тенденция.

И вот что вы должны знать.

**Порой, занимаясь с вами любовью, ваш мужчина не проявляет особого энтузиазма. Это происходит потому, что втайне он стремится просто получить сексуальное удовлетворение, но боится признаться вам в этом.**

**Раскрывая тайну ленивого любовника**

Этот секрет мужчин и секса был для меня большой неожиданностью, и я обязана его раскрытием своему нынешнему партнеру.

В одну из наших первых ночей я почувствовала, что мой партнер ведет себя вяло. И мне достаточно сложно дойти до пика возбуждения. Это озадачило меня, потому что наш секс всегда был окрашен необыкновенной эмоциональностью и

страстью. Но почему-то на этот раз его ласки и объятия не имели должного эффекта, и я заметила, что он ведет себя как-то по-другому.

Я лежала рядом с ним, с каждой минутой мне становилось все хуже и хуже, пока в конце концов я не почувствовала, что больше не могу выносить этого. Я села и сказала:

- Послушай, ты уверен, что хочешь заниматься любовью сегодня?

- Да, - ответил мой партнер. - Я действительно хочу.

- Но у меня такое впечатление, что ты не получаешь удовольствия, лаская меня: что-то не так?

Мой партнер помолчал минутку и затем со смущением сказал:

- Ну, если быть совсем откровенным, я здорово устал, и мне лень, но я действительно испытываю к тебе сильное влечение и возбужден - я хочу просто секса.

- Но почему ты мне прямо не сказал? - спросила я с удивлением.

- Ну, я боялся обидеть тебя, я не хотел, чтобы ты считала меня эгоистом. Я знаю, что женщины ужасно злятся на мужчин, которые предпочитают примитивный секс. Поэтому я решил попробовать и доставить тебе удовольствие. Я предполагал, что ты можешь сказать мне это. Я люблю тебя, но сегодня мне хочется просто секса.

Этот разговор явился открытием для меня. Я вспомнила, как в прошлом много раз испытывала подобное. Мужчины, которые были ласковыми и внимательными любовниками, порой по какой-то причине вдруг становились ленивыми, нечувствительными, отсутствующими. Я даже не подозревала, что истина была так проста - в те минуты они стремились просто получить сексуальное удовлетворение, но стеснялись прямо сказать мне об этом. В большинстве своем мужчины 90-х годов прекрасно осознают, насколько плох стереотип сексуальных отношений периода, предшествовавшего сексуальной революции, когда двухминутные ласки до и после полового акта считались нормой. И при этом мужчины удивлялись женской холодности и неудовлетворенности. Ни один уважающий себя современный мужчина не станет вести себя как похотливое животное. Наоборот, они делают над собой усилие и стараются демонстрировать свою любовь тогда, когда хотят просто секса. Мы, женщины, чувствуем, что что-то не так, обижаемся на мужчин, даже не подозревая, что они просто боятся откровенно высказать нам свои желания.

**Спонтанность, натиск, страсть - это те атрибуты секса, которые часто теряются во время более чувственного, медленного, поступательного процесса любви.**

Мужчины так же жаждут испытать радость сексуальной атаки, как женщины - нежность и ласку любви. Ошибка женщин заключается в том, что они осуждают своих партнеров за стремление к простому сексу, неверно считая, что в этом случае мужчины испытывают к ним меньше любви, чем в прошлую ночь, когда они были нежны и романтичны. Истина заключается в том, что мужчины будут более нежными и внимательными любовниками, если вы будете время от времени позволять им просто секс.

**Важно! Это не значит, что я советую вам позволять мужчинам быть с вами грубыми или бесчувственными в постели. Равно как и не имею в виду, что если ваш мужчина настроен на секс, а вы нет, то вы должны, стиснув зубы, позволить ему удовлетворить его желание. Чем бы вы ни занимались - любовью или сексом, вы всегда должны прислушиваться к себе и делать только то, что хотите.**

Это также не относится к тем случаям, когда ваш партнер предпочитает любви секс.

Если рядом с вами мужчина, который ценит только простой секс и никогда не дарит вам любовь, я советую вам либо серьезно поговорить с ним, либо посетить консультацию, либо пересмотреть ваши отношения, ибо вы явно не получаете от своего партнера того, что заслуживаете. В этом случае лучше положить конец таким отношениям.

**Как Карен и Тимоти удалось вернуть страсть в сексуальную жизнь**

Карен, тридцати шести лет, секретарь, и ее муж Тимоти, тридцати девяти лет, консультант по компьютерам, пришли ко мне на беседу, неудовлетворенные своей сексуальной жизнью.

- Похоже, мы утратили взаимопонимание в сексе, - начала Карен. - В большинстве случаев Тимоти стремится пройти со мной все стадии прелюдии любви, а я не возбуждаюсь, скорее, наоборот, страсть у меня стихает.

- Я пытаюсь доставить Карен удовольствие, - ответил Тимоти, - и не хочу набрасываться на нее. Я не понимаю, почему она недовольна.

Выслушивая эту пару, я заподозрила, что они, по всей видимости, не позволяют друг другу время от времени просто секс без длительных романтичных прелюдий.

- Тимоти, - спросила я, - не можете ли вы припомнить случай, когда испытывали к своей жене страстное сексуальное влечение?

- Да, - ответил Тимоти. - Это было на прошлой неделе, когда мы вернулись из гостей.

- Скажите мне, что тогда случилось.

- Ну, мы вошли в спальню, и я был готов сразу наброситься на Карен. Я подошел к ней и обнял ее, и она обняла меня в ответ, а потом пошла в ванную принимать душ.

- Вы сказали ей, что хотите ее?

- Напрямую - нет, - сказал Тимоти. - Я не хотел, чтобы она чувствовала, что я давлю на нее. Я знаю, как она любит романтичную любовь. Поэтому я дождался, пока она не вернулась и не легла в постель.

- Я помню эту ночь, - отозвалась Карен. - Ты был почему-то совсем бесчувственным и, стараясь возбудить меня, действовал почти механически.

- Вы действительно вели себя так, Тимоти? - спросила я.

- Похоже, что так, - ответил Тимоти. - Теперь, вспоминая, я думаю, что просто не был настроен на длительный процесс. Я испытывал сильное влечение к Карен и хотел просто секса. При этом я чувствовал вину перед Карен за эти свои откровенные желания. Карен всегда ожидает от меня романтичного соблазнения, а я не всегда настроен на это.

Я спросила у Карен, как она относится к идее секса, просто секса со своим мужем.

- Я никогда не думала об этом, - ответила она. - Я всегда обставляла наши любовные отношения как своеобразный ритуал. Я считала голый секс грязным, и, думаю, если бы Тимоти решил заняться со мной просто сексом, я бы решила, что он не любит меня.

- Тимоти, - сказала я. - Расскажите Карен, что вы испытываете к ней, когда хотите просто секса.

- О, это очень просто, - улыбнулся он. - Я хочу проглотить ее, поскольку она просто великолепна, неповторима, превосходна, я хочу ощутить поскорее ее близость, ее тепло. Я очень люблю тебя, Карен, и когда я испытываю чисто сексуальное желание, оно исходит от моей любви к тебе, а не от того, что я не уважаю тебя.

Как многие женщины, Карен считала, что чисто сексуальное влечение к ней ее партнера свидетельствует о том, что он не любит ее, а просто использует, не думая о ней. Истина же была абсолютно в противоположном - Тимоти часто испытывал к Карен такую любовь, что буквально не мог справиться со своей страстью!

Тимоти с Карен согласились провести эксперимент: Тимоти обещал говорить Карен, когда он не будет настроен на долгую чувственную любовь, а Карен обещала попытаться получить удовольствие просто от секса со своим мужем. Поскольку Тимоти всегда подстраивался под ее сексуальные пристрастия, Карен согласилась, что было бы справедливо и ей попробовать то, что предлагает ее муж.

Когда я увидела Тимоти и Карен в следующий раз, я сразу обратила внимание на перемену в их общении друг с другом. Они испытывали несомненную обоюдную нежность и выглядели более раскованными и естественными. "Должна признаться, что мне не понравилось ваше предложение попробовать заняться просто сексом с Тимоти, - начала Карен. - Но умом я понимала, что всегда настаивала на своем подходе к сексуальным отношениям и что нужно попробовать и иной путь. Я даже представить себе не могла, как замечательно это может быть. Однажды ночью на прошлой неделе Тимоти обнял меня и сказал, что хочет меня. Я очень нервничала, но заставила себя ответить его желанию. И, перестав внутренне сопротивляться, я почувствовала, что на самом деле возбуждена так же, как он. По правде говоря, Тим был очень нежен и не забывал ласкать меня - я больше всего боялась, что этого не будет, если мы откажемся от долгой прелюдии. И что самое хорошее - я все время ощущала его любовь. Вы были правы: когда Тимоти испытывает ко мне сильное сексуальное влечение, им движет страсть, порожденная любовью ко мне".

"Это было великолепно, - добавил Тимоти с улыбкой. - К тому же я вдруг обнаружил, что после нескольких последних ночей с большим удовольствием занимаюсь чувственной любовью с Карен, поскольку у меня прошло ощущение, что я должен делать только то, что она хочет. Теперь, зная, что она позволит мне и просто секс, я принял и ее сексуальные пристрастия".

**Решение:**

**1. Поговорите со своим партнером о сексе и любви.**

Как сотни женщин, которым я давала этот совет, вы можете внезапно обнаружить сомнения вашего мужчины относительно того, стоит ли ему рассказывать вам о своих сексуальных пристрастиях. Он может побояться обидеть вас или испугается, что вы неправильно его поймете и расцените чисто сексуальные желания как свидетельство его черствости и эгоизма. Спросите его, делал ли он когда-нибудь "то, что положено", то есть соблазнял вас, не нуждаясь при этом в "прелюдии". Это может объяснить его "бесчувственность" или "недостаток внимания".

**2. Позволяйте мужчине время от времени просто секс.**

Проанализируйте свое отношение к сексу. Поскольку многие женщины воспитываются с мыслью, что девочки, любящие секс, "плохие", вы можете сами подавлять свою сексуальность, чтобы не быть в своих глазах "плохой девочкой". Женщины часто пытаются "удалить секс из секса", чтобы позволить себе сексуальные отношения. Попробуйте вместо долгой любовной прелюдии испытать со своим партнером прелесть чистого секса. Вы, как Карен, можете внезапно обнаружить, как страстность вашего партнера передается вам и как это может быть замечательно просто поддаться физическому влечению вашего возлюбленного. Обязательно обсудите вместе свои чувства после этого. И, безусловно, ваша сексуальная жизнь не должна превращаться исключительно в удовлетворение сексуальных пристрастий мужчин, здесь интересы обоих партнеров должны быть непременно учтены.

**3. Если вы чувствуете, что ваш друг ласкает вас чисто автоматически, поинтересуйтесь, может быть, он стремится поскорее закончить прелюдию и жаждет просто секса.**

Вспомните мою историю, когда мы оба были неудовлетворенны тем, что делали. Не лежите молча, осуждая про себя вашего друга. Спросите его, что происходит. Может быть, он не настроен на чувственный секс, и вас устроит то, что он хочет предложить вам. Возможно, вам не захочется такого секса, и в эту ночь вам вообще лучше ограничиться объятиями. (Это, безусловно, предполагает, что вы знаете этого человека достаточно хорошо и уверены, что обычно он хороший любовник.)

**Список использованной литературы:**

1. Барбара де Анджелис. Секреты о мужчинах, которые должна знать каждая женщина. ЭСМО-ПРЕСС, 2000 г.  
 Барбара де Анджелис - профессор, специалист по проблемам взаимотношения между мужчинами и женщинами.