
Biblioteka „POSEBNA IZDANJA”

Ričard Stivens

CRNA OVCA

Nije tako loše biti loš



Naslov originala
Richard Stephens
Black Sheep: The Hidden Benefits of Being Bad

Urednik
Nataša Anđelković

RIČARD STIVENS

CRNA OVCA

NIJE TAKO LOŠE BITI LOŠ

Prevod s engleskog

Radmila Ivanov



BEOGRAD
2017

Zahvalnica

Zahvalnica odlazi Mariji Dž. Grant, Džejmiju Džozefu, Nikoli Džons, Ijanu Kempbelu i Martinu Frišeru, zato što su na razne načine pripomogli u razvoju ideja u ovoj knjizi. Takođe hvala Marku Abrahamsu, Džejmsu Hartliju i Majklu Mariju na savetima i ohrabrenjima u tom procesu. Takođe hvala Alisoni Pikering na brznoj i efikasnoj uredničkoj pomoći. Želim da zahvalim učitelju moje ćerke u osnovnoj školi, gospodinu Buliventu, na koncepciji nauke kao „fer testa“. I na kraju, iskreno hvala sadašnjim i bivšim studentima Kilskog univerziteta, kako na energičnosti i entuzijazmu, tako i na tome što su mi omogućili da ostanem u kontaktu sa neprekidno promenljivim predelima psiholoških istraživanja.

6



Posveta

Ova knjiga je, sa puno ljubavi, posvećena mami i tati, Bet i Alanu; mojoj supruzi Mariji; i posebno mlađoj generaciji u našoj familiji, Dženi, Loreni, Leoni, Abigejli i prinovi Noi.



Sadržaj

Predgovor

1	NEOBAVEZNI SEKS	19
	Nova namena za staru opremu	
	Osećati se kao muškarac/žena	
	Bore, grimase i mimika	
	Još divne agonije	
	Seks, seks i još seksa	
	Seks opušta	
	U crvenoj boji	
	Samo recite „ne“	
	Emocije u pokretu	
	Dopunska literatura	
	Drugi izvori	
2	NA ISKAP	51
	Lekari protiv prohibicije	
	Alkoholičara više nema	
	Vaše dobro zdravlje	
	Poigravanje idejama	
	Klopka za osmehe	
	Biti originalan i zabavan	
	Jutro nakon prethodne noći	
	Poslednje porudžbine	
	Dopunska literatura	
3	PROKLETO DOBRO	87
	Kad	
	Ko	
	Borba ili beg	

Pišanje, sranje, jebanje, kurci i pičke
Kazna zato što ga je zbolelo
Ledeni izazov
Poziv u pomoć
Neizbežno psovanje
Da zaokružimo
Dopunska literatura

4 NAGAZI DO DASKE 119

Koja ste vrsta vozača?
Ko misliš da si – Najdžel Mensel?
Vozač formule 1 i klinički psiholog
Ostati na onom što se crni
Na drumu
Znamo gde živiš
Adrenalin bez posledica
Jedno dosadno putovanje
Tajvanski motociklisti
Kraj putovanja
Dopunska literatura

5 ZAMISLI MOLIM TE 145

Ljubav i cigarete
Dve marionete fale
Ljubav i vrtoglavica
Zakon proseka
„Šta je, uopšte, ljubav?“
Ljubavna boljka
„Zaljubih se, nisam hteo (Zavoleh te, nisam smeo)“
„Kad mi bude 64“
Nov hobi
Dobra strana ljubavi
„Ljubav će nas rastaviti“
Dopunska literatura

6	STRESIRAJTE SE VIŠE	177
	Odbrojavanje	
	Ko su oni koji jure za opasnošću?	
	Sećanje na slobodan pad	
	Bljesak na nebu	
	Gravitacija je super stvar	
	Prirodno naduvani	
	Ruske planine	
	Pretvaranje smeđih očiju u plave	
	Pridruživanje EU	
	Dopunska literatura	
7	DANGUBITE	209
	Razdrmaj se, lenji Gašo	
	Rad ili dosada	
	Obnavljanje energije	
	Tone vremena	
	Reč na D	
	Od predavanja do pranja	
	Uključite se, prilagodite se, izađite iz zone	
	1536 aritmetičkih problema	
	Kolekcionari CD-ova	
	Glup svršetak	
	Dopunska literatura	
8	UMRI MUŠKI	239
	Francuz posećuje Italiju	
	Čudesni slučaj nestalih zuba	
	Da niste zamalo umrli?	
	Najneobičnije naučne table	
	Kvazinauka protiv nauke	
	Od zamalo umreti do odista živeti	
	Najbolji od svih Božića	
	Ovo je kraj	



Predgovor

Znam čoveka koji se odrekao pušenja, alkohola, seksa i teške hrane. Bio je zdrav upravo do onog dana kada je izvršio samoubistvo.

Džoni Karson, voditelj, komičar, pisac, producent, glumac i muzičar.

U ovo informatičko doba, pod neprekidnim smo bombardovanjem činjenicama, brojkama i mišljenjima. Jedite ovo, ne jedite ono; radite ovo, ne radite ono. Priliv informacija nikako ne jenjava. Kroz sve to se provlači još i priča o tome šta treba da činimo da bismo ostali zdravi – da ne pijemo alkohol, izbegavamo masnu hranu, redovno vežbamo. U stvari, čini se da poruka glasi da, ako je to ikako moguće, treba da izbegavamo rizike bilo koje vrste. I gde je zadovoljstvo u svemu tome? Ko je ikada napisao knjigu, ili napravio film, o likovima koji ne žele da rizikuju?

Kao ljudska bića, treba da rizikujemo i podsetimo se da smo živi. Svakako, trik je u preduzimanju samo onih rizika koji će u krajnjem ishodu biti u našu korist, a ne onih od kojih bismo verovatno stradali. Na rizikovanje se obično gleda kao na nešto neodgovorno i loše – ali biti loš ima i svojih prednosti, ne samo za pojedinca nego i znatno šire. Ovo mogu da izjavim sa dosta smelosti zato što to zasnivam na nauci – na primer, ovakvoj:

Početakom osamdesetih godina dvadesetog veka održano je jedno veoma neobično predavanje. Jedan profesor je rizikovao, i zato je nešto što je moglo biti sasvim obično konferencijsko izlaganje, postalo jedinstveno i nezaboravno. Naslov tog predavanja, „Vazoaktivna terapija za erekktivnu disfunkciju“, nije bio neobičan za godišnju konferenciju Američkog urološkog udruženja. No kako je njegov govor odmicao, deo publike je postao zaintrigiran neobično neformalnom odećom za koju se uvaženi predavač opredelio te večeri. Na polovini izlaganja sve je, pak, postalo jasno. Izazivajući tihe uzvike zaprepašćenja, postariji profesor sa naočarima iskoračio je iza govornice i nategnuo pantalone svoje trenerke sasvim tesno oko prepona. To je otkrilo dve stvari, ne računajući uzvike i nevericu publike. Prva je bila da je govornik odabrao sopstveni penis za predmet istraživanja. Druga je bila da je njegovo istraživanje, izgleda, veoma dobro napredovalo...

Zamislite sada drugačiju scenu. Rano je proleće i šef katedre za psihologiju lakim korakom prolazi univerzitetskim hodnicima. Čuje se žamor aktivnosti studenata, koji sprovode istraživanje koje će opisati u svojim diplomskim radovima. Kroz odškrinuta vrata, profesor čuje mrmljanje odgovora na pitanja, kuckanje tastatura, čak i zvuke muzike, dok prilježni studenti stavljaju na probu svoje pretpostavke i hipoteze. Međutim, zvuci koji dopiru iza jednih vrata se znatno razlikuju, i profesor zastaje pokušavajući da zamisli šta bi to moglo biti kad jasan ali napet glas ponavlja slogove upadljive po svojoj neočekivanosti unutar svetilišta univerzitetskih zidova: „jebi ga... jebi ga... jebi ga...“. Moram da priznam, to je moja laboratorija i to moji studenti sprovode istraživanje o koristima koje se skrivaju u psovanju – otkrivajući, u konkretnom slučaju, da ružan govor može povećati našu toleranciju na bol.

Sada zamislite da vozite kola. Dan je lep, ima i drugih vozila ali nema gužve, i vi lepo napredujete. Dok prolazite ispod jednog od mnogih nadvožnjaka preko autoputa, želim da zamrznete sliku i ispitajte scenu pred vama – prizor pod mostom, šoferšajbnu, unutrašnjost automobila, sopstveno telo. Sada – šta radite sa rukama? Jesu li vam obe na volanu? Možda vam je jedna na menjaču, ili je opuštена kroz otvoren prozor. Psiholozi sa Kanterberijskog univerziteta u Novom Zelandu posmatrali su mnoge automobile u prolazu ispod sličnih nadvožnjaka i mogu prepoznati kakav ste vozač i kolika je verovatnoća da doživite saobraćajnu nesreću na osnovu tako jednostavne stvari kao što je način na koji držite volan. Jasno da je loše voziti jednom rukom, ali su psiholozi otkrili jednu skrivenu korist – jednostavna činjenica kako držite volan, može da signalizira koliko je verovatno da doživite nesreću.

Pored toga što pružaju naučni pogled na skrivene koristi od naših slabosti, prethodni pasusi su i primeri onoga čime se bave psiholozi istraživači. U vreme pisanja ove knjige, baza podataka PsycINFO® Američkog psihološkog udruženja sadržala je detaljne izveštaje iz više od tri miliona psiholoških istraživanja objavljenih u svetu. Teme istraživanja su u rasponu od društvenog odbacivanja do emocionalne inteligencije, od uživanja u muzici do percepcije bola, od religije do smrti. To je mikrokosmos ljudskog života koji pokazuje da je svet psihologa istraživača podjednako raznovrstan kao i stvarnost koju nastoji da protumači. Psihologija nastoji da kroz istraživanja odgovori na ogroman broj raznovrsnih pitanja o ljudima. Ona ima šta da kaže o seksu (šta leži u osnovi fizičke privlačnosti?), zavisnostima (zašto kod nekih ljudi dolazi do alkoholizma?) i psovanju (da li psovanje služi nečemu?), da navedem samo nekoliko oblasti. Šta god bilo

ono što vas pokreće, za bilo koju oblast ljudske aktivnosti, sasvim verovatno postoji neko psihološko istraživanje koje može da objasni tu zainteresovanost.

Ova knjiga je puna najneverovatnijih priča iz sveta psihologije kao nauke, koje ilustruju da biti loš skriva i izvesne koristi. Učinio sam sve što je u mojoj moći da precizno predstavim tu nauku u ovoj knjizi, ali u tome leže i neke zamke. Ponekad pojednostavljeno opisujem istraživanja, pa umesto da o njima govorim do finesa, govorim samo o delovima koji su relevantni. To činim jedino zato da bih čitaocu lakše objasnio psihološku nauku i olakšao mu njeno razumevanje. Ali nisam opsežno istraživao kompletnu literaturu o svim istraživanjima koja postoje na neku od konkretnih tema. Može se dogoditi da se objavi istraživanje koje pokazuje da je X tačno, ali da naknadna istraživanja ne mogu da proizvedu iste rezultate. To se događa – nauka je prepuna kontradiktornosti i psihologija nije nikakav izuzetak. Spominjem neke takve slučajeve (na primer, kontradiktorno istraživanje o tome da li žvakaća guma može da olakša stres, u poglavlju 7). Međutim, kako ova naučno-popularna knjiga ima za cilj da ispriča zanimljivosti o istraživanjima, druge sam verovatno propustio. Nemojte smatrati da su objašnjenja na ovim stranicama apsolutna istina.

Ljudi često razmenjuju mišljenja o politici, muzici i sportu, ali retko o nauci. Ipak, danas postoje društveni pokreti čiji je cilj da nauku uvedu u glavne tokove i tako povećaju opšti nivo „naučne potkovanosti“ u savremenom životu. Takvi primeri su televizijske emisije *Razotkrivanje mitova* i *Naučni klub Dare O Briena*, kao i večernje emisije uživo *Naučni kafe* i *Skeptici u krčmi*. Smatram da jedan od problema leži u tome kako javnost razume šta je nauka. Opšte je uverenje da se kod nauke radi samo o laboratorijama, aparatima visoke

tehnologije i nerazumljivim jednačinama. Ali to nije suština nauke – ona je zapravo sasvim jednostavna. Kad naučnici izvode eksperimente, oni nastoje da postave nepristrasan test za posmatrani fenomen – ni manje, ni više od toga.

Iskreno se nadam da vas u to mogu ubediti dok čitate ove stranice, i takođe se nadam da mogu podstaći vašu zainteresovanost da otkrijete više o psihološkim istraživanjima. Ovo je knjiga o seksu, zavisnostima, lošem izražavanju i brznoj vožnji. Ona govori o skrivenim koristima od raznovrsnih aktivnosti, od žvrljanja do žvakanja gume i od hodanja pasarelama do vožnje rolerkosterom. Biće tu romanse, avanture, bliskih susreta sa smrću i obilja zanimljivih ideja i fascinantnih istraživačkih otkrića, od kojih su mnoga neočekivana. Vrata u psihološku nauku su otvorena; izvolite unutra.

Ričard Stivens
Februar, 2015.



1

Neobavezni seks

Bilo je predveče na godišnjem skupu Američkog urološkog udruženja 1983. godine u Las Vegasu, i naučnici i njihovi pratioci u publici već su bili obukli smokinge i večernje haljine, spremni za svečanu večeru. Poslednje predavanje za taj dan, „Vazoaktivna terapija za erektnu disfunkciju“, treba da objasni lečenje impotencije na nov način, direktnim injekcijama leka u penis. Međutim, kako je to primetio Lorens Kloc (*Laurence Klotz*), koji je prisustvovao predavanju i ostavio belešku o tome za budućnost, način na koji su predstavljeni rezultati istraživanja i preneti zaključci, bio je jedinstven i nezaboravan [*videti* Klotz na kraju poglavlja].

Kako je izlaganje odmicalo, u publici je bilo onih koji su pomislili kako govornik, profesor Dž. S. Brindli (*Giles S. Brindley*) sa Instituta za psihijatriju Kraljevskog koledža u Londonu, obično ne nosi toliko neformalnu odeću kakvu je odabrao za to veče. Međutim, brzo su na to zaboravili kad je niz eksplicitnih slajdova projektovan na filmskom platnu amfiteatra. Nije bilo sumnje u količinu i kvalitet prikazanih erekcija, no ipak, svako sa zdravim naučnim skepticizmom ubrzo bi primetio da slike same po sebi ne dokazuju mnogo. Ta ista misao mučila je izgleda i samog govornika, i to ga je navelo da publici postavi jedno čudno pitanje: „Da li bi normalna osoba doživela seksualno uzbuđenje kao posledicu držanja predavanja?“ Oso-

koljen odmahivanjima glavom, susret je krenuo neočekivanim tokom kada je profesor Brindli objavio da je lek bio ubrizgao u sopstveni penis neposredno pre govora.

Publika jedva da se pribrala od tog šokantnog otkrića kad je vremešni profesor sa naočarima iskoračio iza govornice, i uz uzdahe nategao donji deo trenerke oko svojih prepona. Teško je znati da li je ono što je potom usledilo bilo odvažno ili nepromišljeno. I dalje nezadovoljan demonstracijom, Brindli je učinio nečuveno skinuvši pantalone i donji veš, da bi bolje izložio nesumnjivo impresivan rezultat svog istraživanja. Uzvici ženskog dela publike nisu se još bili ni sasvim utišali kad se on uputio prema prvom redu, sa pantalonama oko članaka, nudeći prisutnima priliku da se lično „uvere u stepen nabreklosti“. Međutim, galama je sada se već postala toliko burna, da se on, mada ne shvatajući sasvim šta se događa, na kraju predomislio. Podigao je pantalone, vratio se za govornicu i brzo zaključio govor – ali i ušao u istoriju. Danas stranica na Vikipediji posvećena Džajlsu Brindliju beleži kako, uprkos dostignućima u mnogo različitih naučnih oblasti, on ostaje najpoznatiji po svojoj najneobičnijoj i nezaboravnoj prezentaciji na konferenciji.

Ali zašto je reakcija bila toliko histerična? Zato što se na seksualnu aktivnost, u svim njenim brojnim i različitim oblicima, gleda sa neodobravanjem od strane društva još od biblijskih vremena. Na primer, Postanje 38.9 kaže: „A Avnan znajući da neće biti njegov porod, kad lijegaše sa ženom brata svojega prosipaše na zemlju, da ne rodi djece bratu svojemu. Ali Gospodu ne bi milo što činjaše, te ubi i njega.“

Ovaj odlomak opisuje Avnanov trud da izbegne da njegova snaja zatrudni s njim. Tako je nastala reč „onanisanje“¹,

¹ Na hebrejskom, Onan; Avnan u prevodu Đure Daničića. (*Prim. prev.*)

što znači masturbacija, i ovaj odlomak iz Biblije se posvuda tumači kao zabrana takvog seksualnog ponašanja. Ovaj odlomak ističe negativan odnos Biblije prema seksu.

Međutim, vremena se menjaju, pa je i odnos prema seksu postao opušteniji za vreme kulturne kontrarevolucije šezdesetih godina prošlog veka. Taj pokret, koji nikoga nije zaobišao, uveo je u svest javnosti nov muzički ukus, šire prihvatanje droge u rekreativne svrhe, radikalni feminizam, slobodu govora i građanska prava, sve veće simpatije prema revolucionarnim i antiratnim osećanjima, seksualnu revoluciju priznavanjem seksa pre braka, i homoseksualno oslobađanje. Danas su seksualni sadržaji deo glavnih kulturnih tokova, a ipak, u drugoj deceniji dvadesetprvog veka, seks je i dalje tema koja izaziva nelagodnost kad se o njoj javno govori. Ako sumnjate, zamislite gledanje filma na televiziji sa roditeljima dok ste odrastali – i setite se vrpoljenja na obe strane i neprijatne atmosfere u prostoriji za vreme neke seksualne scene. Teme u vezi sa seksom imaju ogroman potencijal da posrame – kao što je to otkrio i jedan naučnik, koji je verovatno trebalo da bude dovoljno mudar da zna šta ne treba da radi.

Brindlijev slučaj ilustruje mnogo štošta, a to da nauka nije imuna na tabue i politiku svog vremena, nije ni prva, ni poslednja stvar na spisku. Ipak, sa rušenjem barijera u proučavanju seksa, uključujući legalizaciju izvesnih seksualnih činova koji su bili donedavno zabranjeni, danas je prisutno napredno interesovanje za nauku o seksu. Počelo je sa pionirskim radovima biologa Alfreda Kinsija (*Alfred Kinsey*) četrdesetih godina prošlog veka, čija su istraživanja otkrila kontroverzno visoku dominaciju seksualnih tabua, kao što su masturbacija i oralni seks, među pripadnicima američke srednje klase. Zatim je šezdesetih godina prošlog veka lekarsko-psihološki tim Masters i Džonson, koji je radio u svojoj

laboratoriji u Americi, prvi put u istoriji posmatrao i merio, izbliza i lično, seksualno ponašanje ljudi.

Raspon istraživanja koja se danas sprovode kreće se od volontera koji gledaju erotski materijal, do njihovog upuštanja u seksualni čin uživo. Učesnici istraživanja prolaze skeniranje mozga, psihološke testove i još štošta uz to, za vreme seksa i posle njega. To znači da smo danas više nego ikada ranije u položaju da imamo naučna saznanja o koristima od seksualne aktivnosti i uopšte o njoj, u njenim brojnim oblicima. Pod tim ne mislim na očiglednu reproduktivnu korist od seksa. Postoje mnoge korisne (i ne baš tako korisne) nuspojave ulaska u stanje seksualne uzbuđenosti. Počnimo sa jednostavnim pitanjem – da li ste se ikada zapitali šta se događa u vašem mozgu za vreme seksa?

Nova namena za staru opremu

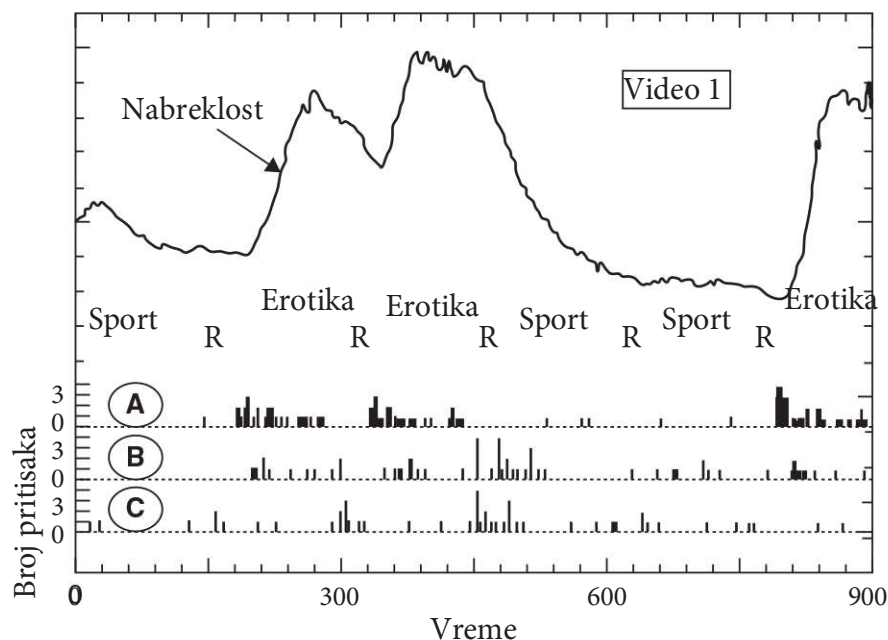
Istraživači sa Stanfordskog univerziteta u Kaliforniji želeli su da otkriju na koji način seksualno uzbuđenje aktivira različite delove mozga [*videti* Arnow et al.]. To su obavili na sasvim direktan način – mladim muškarcima su prikazivani erotski filmovi, dok su u isto vreme bili podvrgnuti snimanju moždanih funkcija **funkcionalnom magnetnom rezonancom**. Snimci unutrašnjih organa magnetnom rezonancom nastaju zahvaljujući različitom namagnetisanju atoma u telu. Funkcionalna magnetna rezonanca, ili skraćeno **fMRI**, je još savršeniji metod snimanja, pri kome se promene u ćelijskoj aktivnosti otkrivaju na osnovu nivoa kiseonika u krvi. fMRI snimak mozga pokazuje koji se njegovi delovi aktiviraju za vreme obavljanja različitih poslova i aktivnosti.

Erotski filmovi koji su korišćeni u istraživanju, prikazivali su parove za vreme seksualnog odnosa i felacija. Istraživači nisu mogli da odluče da li da prikažu nekoliko kratkih, dvominutnih erotskih filmova, ili jedan duži, devetominutni film, pa su prikazali oba. Kako se ispostavilo, nisu morali preterano da se brinu jer se seksualno uzbuđenje održalo za vreme filmova i jedne i druge dužine. Takođe su prikazani i sportski filmovi, radi poređenja. Ti filmovi su bili iz mečeva američkog fudbala i iz bezbol utakmica.

Domišljato je elastična električna manžetna, koja inače služi za merenje krvnog pritiska, prilagođena tako da se može staviti na penis, da bi se dobila objektivna mera nivoa „fiziološke zainteresovanosti“ za filmove svakog mladića. Tehnički termin za tu vrstu zainteresovanosti je **penilna nabreklost**. Naučnik i štreber u meni, oduševljen je što postoji tačan naučni termin za erekciju i što se ona može izmeriti i oceniti tako da što je jača erekcija, veća je ocena nabreklosti. Prilažem dijagram iz originalnog rada, koji pokazuje kako nabreklost raste svaki put kad počne novi erotski film (to je linija na dijagramu koja liči na planinski lanac). Od mladića koji su bili u skeneru dok su gledali filmove, tražilo se i da pritisnu dugme kad god im je neka scena posebno uzbudljiva – što je takođe prikazano na dijagramu (oznake su A, B i C), i možete videti da se ti pritisci većinom podudaraju sa trenucima fiziološkog uzbuđenja.

Dakle, šta se događa u seksualno uzbuđenom mozgu? Delovi mozga koji postaju aktivni za vreme seksualnog uzbuđenja prouzrokovanog gledanjem erotskog filma bili su: **vidni korteks**; **prednji cingulum**, za koji je poznato da se aktivira kad usmerimo pažnju na sasvim konkretne elemente u našem okruženju; **hipotalamus**, za koji je poznato da služi za koordinaciju telesne temperature, gladi, žeđi, umora i sna;

i strukture koje se zovu **repato jedro i insula**, i za koje je poznato da se aktiviraju kao deo moždanog sistema samona-građivanja. Ovi poslednji su zanimljivi zato što se aktiviraju i za vreme erotskih filmova i za vreme sportskih filmova – što ne znači da muškarci svršavaju na sport. Dobro je poznato da mozak ima „nagradne putanje“ koje se aktiviraju na mnoge stimulanse.



Slika 1.1. – Eksperimenti sa penilnom nabreklošću

Poznato je da je repato jedro deo nagradne putanje zato što su istraživanja pokazala da se ono aktivira kad se očekuje isplata novca. Za insulu se zna da je deo nagradne putanje zato što se pokazalo da se aktivira posle uzimanja kokaina. Ostale moždane strukture koje čine nagradnu putanju su **prednji cingulum i putamen**. Aktivnost tih moždanih struktura dokazana je u jednom istraživanju na Glazgovskom univerzitetu [videti McLean et al.], kada su škotski fudbalski navijači gledali video klipove sa golovima koje postiže njihov tim (i to je poređeno sa promašajima i igrom na sredini terena). Aktiviranje ovih opštih nagradnih struktura veoma

različitim stimulansima, uključujući gledanje erotskih filmova, ilustruje nešto sasvim očigledno – da je urođeno da seksualno uzbuđenje nagrađuje. Tu imamo primer naučne potkrepljenosti onoga što svi već znamo – da je seks zabavan.

Pisac Čarls Bukovski (*Charles Bukowski*) zapravo je seks uporedio sa „šutiranjem smrti u guzicu pevajući“. Jasno da postoji velika razlika između seksualnog uzbuđenja usled gledanja nekog erotskog filma, i duboko sveprožimajućeg seksualnog doživljaja sa partnerom. Da li je ono što se događa u mozgu za vreme pravog seksa isto kao i za vreme seksualnog uzbuđenja? I šta je sa razlikama između muškaraca i žena? Na primer (i kao što ćemo videti kasnije), kad dođe do seksa, smatra se da su muškarci više vizuelno orijentisani, dok su žene više taktilne. Verovali ili ne, holandski neurolozi izveli su istraživanje u kome su muškarci i žene pristali da se podvrgnu skeniranju mozga za vreme seksualnog čina.

Osećati se kao muškarac/žena

Istraživači sa Groningenskog univerziteta u Holandiji [*videti McLean et al.*] tražili su od parova da se upuste u seksualni čin dok su u isto vreme podvrgnuti skeniranju mozga **pozitronskom emisionom tomografijom** (PET). Ta vrsta skeniranja podrazumeva ubrizgavanje radioaktivnog trejsera u krvotok skenirane osobe, i trejser je ono što se vidi na snimcima koje proizvede taj uređaj. Smatra se da su najaktivniji oni delovi mozga u kojima se pokaže povećani priliv krvi u datom trenutku i da, prema tome, ti delovi učestvuju u aktivnosti koja se tada odvija.

Onaj partner u svakom paru koji je bio u skeneru, sasvim sigurno je prolazio bolje. Taj je sedeo u udobnoj stolici, skla-

pao oči i uživao u pažnji svog seksualnog partnera. Na njegovom partneru je bio nešto teži posao, stimulisanje genitalija svog partnera (penisa kod muškaraca; klitorisa kod žena) u dovoljnoj meri da on ili ona dostigne stanje produženog seksualnog uzbuđenja, i konačno orgazam. Da bi se smanjili neželjeni efekti, partneri su morali da se uzdržavaju od verbalne komunikacije za vreme snimanja na skeniru. Uprkos tom ograničenju i činjenici da se seksualni čin odvijao pod najneobičnijim okolnostima, volonteri su se dovoljno poznavali da bi potvrdili kako nema značajnijih razlika između seksualnog doživljaja pod skenerom i onog koji je za njih bio uobičajen. Predmet interesovanja bile su sličnosti i razlike u moždanoj aktivnosti kod muškaraca i žena za vreme fizičkog seksualnog uzbuđenja i orgazma.

Između mozgova ljudi koji su učestvovali u seksualnom činu i onih iz prethodnog istraživanja sa gledanjem erotskih filmova, bilo je nekoliko razlika. Rodne razlike bile su najočiglednije u predorgazamskom periodu. Tada su muškarci pokazivali izraženiju aktivnost **desnog zadnjeg klaustruma** nego žene. Taj deo mozga se koristi za integrisanje različitih čulnih modaliteta (na primer, dodira i vida) i njegova aktivacija pruža jedan primer o tome kako je muška seksualnost vizuelnija od ženske. Sa druge strane, žene su pokazivale povišenu aktivaciju zadnjeg dela **korteksa levog temenog režnja**, koji je ključna spona između senzornih i motornih oblasti, kao i motornog korteksa čeonog režnja. Ta razlika između muškaraca i žena mogla bi da se objasni **teorijom ogledalnih neurona**, koja kaže da se izvesni delovi mozga, koji imaju veze sa pokretima mišića, aktiviraju ne samo dok se pokret izvršava, nego i indirektno, usled posmatranja tuđih pokreta. Ta indirektna aktivacija ima veze sa ogledalnim efektom. Otkriće da se motorni korteks kod žena aktivira kad

im partner stimuliše genitalije, ukazuje na mogućnost da žene imaju veći kapacitet da osete položaj drugih ljudi nego što to imaju muškarci. Izgleda da kod žena dolazi do oponašanja pokreta njihovih partnera, na nervnom nivou.

No razlike između muških i ženskih mozgova za vreme seksualnog uzbuđenja nisu ono što me najviše zanima u ovom radu. Ono što mene fascinira jeste sličnost za vreme orgazma. Muškarci i žene su pokazali jasnu deaktivaciju **orbitofrontalnog korteksa** u trenucima orgazma. Kad je taj deo mozga aktivan, on učestvuje u potiskivanju nagona, apetitu, samokontroli i samoreferencirajućim mislima. Deaktiviranje orbitofrontalnog korteksa odvodi u suprotna stanja – nesposobnost potiskivanja nagona, neosećanje gladi (osećaj sitosti) i odsustvo samoposmatranja i samoreferencirajućih misli, kao što bi bilo u vezi sa bezbrižnijim stanjem uma.

Muško i žensko gledanje na svet naizgled je sasvim različito. Kako muškarci i žene tumače situacije može veoma da varira, što je jezgrovito opisao savetnik za parove Džon Grej u svojoj poznatoj knjizi *Muškarci su sa Marsa, žene sa Venere*. Može li muškarac ikada saznati kako to izgleda biti žena? Može li žena razumeti kako to izgleda boraviti u muškom telu? Odgovor je, obično, da ne mogu, ali verovatno postoje određeni trenuci kada su prilično blizu tome. Sličnost orgazmičnog osećanja je tolika kod dva suprotna pola, da zdravstveni radnici (ginekolozi, lekari i psiholozi) nisu u stanju da razlikuju muške verbalne opise orgazma od ženskih. Možda je upravo deaktivirano stanje orgazmičnog mozga takav jedan slučaj kada su unutrašnji procesi u umovima muškaraca i žena slični. Skrivena korist od seksa jeste da ujedini muškarce i žene u mentalnom doživljaju orgazma – koji je izgleda identičan za muškarce i žene. U trenutku seksualnog vrhunca, mentalno smo možda najbliži suprotnom polu.

No pored ove psihološke koristi od seksualnog čina, druge, više fizičke koristi mogu da proisteknu iz našeg ponašanja u spavaćoj sobi.

Bore, grimase i mimika

Kozmetičari, kao što je Eva Frejzer, preporučuju da redovno vežbate mišiće lica da bi oni ostali čvrsti i zdravi. Ona tvrdi da se mišići lica mogu jačati kao i svi drugi mišići u telu, što smanjuje izboranost, daje punije, podignute obraze, čvršću liniju brade, i jača i podiže kapke. To sve skupa daje mlađi, zdraviji izgled, koji je veoma poželjan – samo, da li je to tačno? Ako je popularnost mera uspeha, onda je odgovor da, zato što knjiga ove kozmetičarke, *Vežbe za lice Eve Frejzer*, opstaje na tržištu više od dvadeset godina. Ako zavirite unutra, videćete da se čitaocu preporučuje da svakoga dana radi razne vežbe sa podizanjem obrva i isturanjem brade. Istina, to nije nešto čemu bih se lično mogao posvetiti – ponavljanje vežbi bilo koje vrste nije za mene. Ali me je ta knjiga naterala da se zapitam da ne postoji možda drugi, zabavniji način za vežbanje mišića lica.

Psiholozi su zainteresovani za izraze lica za vreme seksa još od pionirskih radova Mastersove i Džonsona, koji su, kao što sam malopre spomenuo, šezdesetih godina XX veka direktno posmatrali seksualne susrete stotina parova. Zahvaljujući njihovim zapažanjima, znamo za četiri faze u ciklusu seksualne reakcije: period u kome počinje seksualno uzbuđenje i postepeno raste (*faza uzbuđenja*); period pojačanog uzbuđenja neposredno pred orgazam (*faza platoa*); klimaks (*faza orgazma*); period opuštenosti posle orgazma i povratak u normalan odnos prema okruženju (*faza razrešenja*).

Još nešto je postalo očigledno dok su pažljivo posmatrali parove koji vode ljubav u njihovoj laboratoriji. Nisu mogli da ne primete prenaplašene izraze lica volontera, posebno za vreme platoa i orgazma. Sasvim neobično, i u potpunoj suprotnosti sa harmonijom i ekstazom koje karakterišu subjektivno iskustvo seksualnog klimaksa, parovi koji su bili pristali da budu posmatrani u najintimnijim trenucima su se mrštili, mrgodili i pravili razne grimase na putu ka seksualnom ispunjenju.

Rad na izrazima lica za vreme seksa nedavno su upotpunili psiholozi sa Autonomnog univerziteta u Madridu [*videti* Fernández-Dols et al. u nastavku]. Oni su bili čuli za veb stranicu koja se zove *www.beautifulagony.com*, na kojoj korisnici objavljuju video snimke, lične izrade, sa svojim izrazima lica za vreme orgazma. Istraživači su uzeli 100 klipova sa te lokacije i zatim su pažljivo beležili različite izraze lica i fazu iz ciklusa seksualne reakcije (uzbuđenje, plato, orgazam ili razrešenje) u kojoj su se oni javili. Jedan broj facijalnih pokreta javlja se često za vreme platoa i orgazma, uključujući tu zatvaranje očiju (primećeno u 92 odsto klipova); opuštanje vilice (79 odsto klipova); mrštenje (64 odsto klipova); i razdvajanje usana (45 odsto klipova).

Zanimljivo je da postoji velika raznolikost kombinacija tih facijalnih pokreta kod različitih korisnika koji su objavili snimke, tako da je izraz lica svakog pojedinca za vreme seksa sasvim individualna stvar. Upadljiva je sličnost između izraza lica za vreme seksa i izraza lica karakterističnih za bol, posebno stiskanje ili zatvaranje očiju, podizanje gornje usne i opuštanje donje vilice. Zašto bismo izobličavali lice u tako ekstatičnom trenutku?

U spomenutom radu ponuđena su dva moguća objašnjenja. Jedno je da su izrazi lica u službi regulisanja preterano

intenzivnog čulnog iskustva. Drugim rečima, za vreme seksa i bola zatvaramo oči radi smanjivanja količine čulnog inputa (potpunim isključivanjem vida) pa čulno iskustvo postaje podnošljivije i lakše se njime upravlja. Drugo objašnjenje jeste da su u oba slučaja izrazi lica nevoljni i dešavaju se samo usled stezanja i opuštanja mišića, a ne iz nekog drugog razloga. To objašnjava sličnosti u izrazima lica za vreme seksa i bola – ti izrazi ne odražavaju stanje na način na koji je osmeh izraz sreće, već su slučajnost prouzrokovana nevoljnim spazmom mišića. Debata nije razrešena ni na jednu stranu – jasan slučaj da su „neophodna dalja istraživanja“.

Ali, zahvaljujući korisnicima interneta koji su objavili snimke veoma ličnih trenutaka (i psiholozima koji su ih gledali i analizirali), imamo dobar naučni podatak o ljudskim izrazima lica za vreme seksa. Kakva god bila funkcija tih ekstatičkih grimasa i mimike, nesumnjivo je tačno da je vođenje ljubavi odlična vežba za lice. Skrivena korist od nevaljalstva i burnog seksualnog života leži u vežbama za mišiće lica, da vam pomognu da izgledate mlado i u formi.

A to nije i jedina fizička korist od dobrog seksualnog treninga. Primeri mračnije strane seksa su markiz De Sad i Leopold fon Saher-Mazoh, ljudi koji su upražnjavali seksualni sadizam i mazohizam i pisali romane o tome. Njihovo pisanje ilustruje da veza između seksa i bola seže daleko u prošlost. Da li je to tačno – da li su seks i bol povezani? Jedna linija istraživanja pokazuje da jesu – zato što za vreme seksa možda postajemo tolerantniji na bol.

Još divne agonije

Naučnici sa Univerziteta Ratgerz iz Nuarka [*videti* Whipple & Komisaruk na kraju ovog poglavlja] koji se bave proučavanjem ponašanja životinja, istraživali su prirodne anestetike u životinjskom svetu koji su obećavali potencijalnu primenu na ljude. Otkrili su da ženke pacova ređe ispoljavaju reakciju na bol u vidu cičanja i trzanja repom, ako su istovremeno podvrgnute vaginalnoj stimulaciji. U prvi mah se čini da je takvo istraživanje prilično bizarno – odakle uopšte ideja da se tako nešto pokuša? Rad, nažalost, ništa o tome ne kaže, no ipak, smanjivanje bola i patnje je plemenit istraživački cilj pa uzmimo da su istraživači imali dobre namere. Problem sa istraživanjima na životinjama je u tome što subjekti – životinje – nisu sposobne (naravno) da daju verbalne odgovore. Istraživači nisu mogli isključiti mogućnost da je sama vaginalna stimulacija bila bolna pa je maskirala ostale osećaje bola. Da bi zasigurno proverili da vaginalna stimulacija olakšava bol ne prouzrokujući dodatnu neprijatnost, preostalo je da se uradi samo jedno.

Istraživači su sa nekoliko volonterki izveli na ljudima verziju ovog eksperimenta na pacovima. Za testiranje percepcije bola upotrebljen je jedan uređaj koji pravi pritisak na prst uz pomoć mehanizma sa vijkom – kao neka savremena verzija prese za palčeve ili stege za lomljenje prstiju, instrumenata za mučenje u srednjovekovnoj Evropi. Zanimalo ih je koliki je pritisak neophodan da se proizvede bol (drugim rečima, prag bola) i, sa daljim zavrtnjem, koliki se pritisak mogao podneti dok se ne zatraži prekidanje (tolerancija na bol). Za vreme trajanja tih postupaka, volonterke su prihvatile da se samostimulišu na najintimnijem mestu pomoću vibratora za lice.

Priznaću da sam morao na Guglu da pronađem šta je vibrator za lice. Ispostavilo se da je to vibrirajući metalni ili

plastični cilindar na baterije, koji se koristi za stimulisanje kože lica. Ta sprava se koristi s ciljem smanjivanja bora i vraćanja čvrstine i elastičnosti koži, mada lice nije jedini deo tela koji može da se ovajdi od dodira ovih uređaja. U konkretnom radu se ne kaže kako je organizovana privatnost za vreme tog veoma intimnog postupka, osim da su postavljeni tepisi i prigušeno osvetljenje. Potvrđeno je da su volonterke smatrale da to što je od njih traženo da čine uopšte nije stresno.

Za vreme vaginalne stimulacije uz pomoć vibratora, istraživači su otkrili da se prag bola podigao za 42 odsto, a tolerancija na bol za 30 odsto. Ipak, nije bilo razlike u pragu za osećaj dodira, koji je utvrđivan prelaženjem najlonskom četkom po nadlanici u uslovima vaginalne stimulacije i u kontrolnim uslovima (bez stimulacije). U drugom jednom istraživanju, žene su koristile vibrator duže, s ciljem izazivanja orgazma. Četiri žene su dostigle orgazam i, u trenucima vrhunca, njihova tolerancija na bol je još više porasla na 107 odsto preko postotka bez stimulacije, i prag bola se još podigao, na 75 odsto iznad postotka bez stimulacije. I tada je prag osećaja za dodir ostao nepromenjen.

Odgovor na glavno istraživačko pitanje, da li se njihova prethodna otkrića na pacovima odnose i na ljude, bio je potvrđan. Žene su manje osećale bol od stege za prste kad su dodirivale svoje vagine vibratorom i, naravno, sam seksualni nadražaj nije bio bolan. Odvrćanje pažnje je odbačeno kao glavno objašnjenje, zato što, kad bi vaginalna stimulacija značila jedino odvrćanje pažnje, to bi moralo da utiče na osetljivost na dodir, a žene su mogle da oseću prelaženje četke po nadlanici jednako kao što bi ga normalno osećale. U radu su istaknuta dva razloga zašto bi vaginalni nadražaj snižavao osetljivost na bol. Prvi je da seksualni nadražaj koji donosi ekstremno zadovoljstvo, proizvodi prirodnu neosetljivost oslobađanjem

neurotransmitera, **seratonina** i **norepinefrina**. Druga mogućnost jeste da smanjena osetljivost na bol za vreme vaginalne stimulacije nema nikakve veze sa seksualnim uzbuđenjem već ima veze sa porađanjem, kada, kao i za vreme seksa, dolazi do priličnog rastezanja i razvlačenja vagine. To se uklapa sa još jednim istraživanjem, koje je pokazalo da se povećava prag na bol kod žena u trudnoći. U ovom trenutku ne znamo da li je ta teorija ispravna, ali bi se ona sasvim jednostavno mogla testirati ako bi se pogledao uticaj stimulisanja genitalija na prag bola kod muškaraca. Ako je efekat redukcije bola u vezi sa porađanjem, onda ga kod muškaraca ne bi bilo. Očekujemo da se jedno takvo istraživanje sprovede.

Videli smo kako vođenje ljubavi pruža priliku za spontano vežbanje lica i povećava toleranciju na bol kod ljudi. Ali seks je veoma fizička stvar i veliki napor može da uzme danak. Neka istraživanja na životinjama potvrđuju da jeste tako – ali ne uvek. U stvari, ponekad ukazivanje prilike za seks može da nas gurne dalje od naših uobičajenih fizičkih ograničenja. Da bismo otkrili više o tome, otputovaćemo u Australiju i upoznati veoma promiskuitetnu ali prilično stidljivu vrstu lignje.

Seks, seks i još seksa

Potrošnja energije tokom seksa je velika i ne iznenađuje što potom nastupaju umor i iscrpljenost. Istraživači sa Katedre za zoologiju na Melburnškom univerzitetu u Australiji dokazali su to posmatranjem kusah lignji [*videti* Frenklin et al., na kraju ovog poglavlja]. Stavili su lignje u cev potopljenu u posudu sa vodom, i posmatrali ih kako plivaju protiv struje. Donji deo cevi pokrili su mrežicom, i posle nekog vremena, kad bi se lignje umorile, prestale bi da plivaju i odmarale bi

se na mrežici. Tada bi lagano podgurkivanje podstaklo dalje plivanje. Na kraju, čak i uz podgurkivanje, lignje su bile previše iscrpljene za plivanje uopšte. Ovde imamo jednostavno i efikasno izmereno životinjsko ponašanje. U proseku, lignjama je bilo potrebno tačno dva minuta (120 sekundi) da postanu iscrpljene od plivanja protiv struje.

U glavnom eksperimentu, muške i ženske lignje stavljene su u iste tankove i obično bi im trebalo 30 minuta da počnu da se pare. U radu se kaže da su, kako izgleda, eksperimetatori posmatrali parenje lignji iza zavese da ih ne bi uznemiravali – pojma nisam imao da su lignje stidljive! Odmah posle parenja, lignje su ponovo izlagane fizičkom izazovu plivanja protiv struje. Sada je prosečno vreme do iscrpljenosti bilo prepolovljeno na 60 sekundi. Lignje iznurene seksom imale su umanjenu sposobnost da plivaju protiv struje. To je sasvim jasno istraživanje u kome se radilo tačno ono što piše na pakovanju (da se tako izrazim), i daje objektivni, naučni dokaz da seks zaista iscrpljuje.



Slika 1.2 – Parenje lignji

Istina je da se mnogo može naučiti iz proučavanja životinjskog ponašanja. Na primer, pokazalo se da su pacovi takođe manje aktivni posle seksa. Premda ne uvek. U stvari, istraživanje na pacovima otkriva da postoji jedan veoma dobar način da se pobedi iscrpljujući efekat seksa – još seksa. Ubrzo ću objasniti kako, ali najpre moram da vam ispričam o jednom američkom predsedniku.

Džon Kalvin Kulidž mlađi, bio je američki predsednik od 1923. do 1929. godine. Za vreme Kulidžovog mandata SAD su prošle kroz period neviđenog ekonomskog rasta, koji je postao znan kao urnebesne dvadesete. On je cenjeni lider čija je reputacija do danas neokaljana, no jedna od opskurnijih Kulidžovih zaostavština jeste to što je jedan psihobiološki fenomen nazvan po njemu – zahvaljujući isključivo jednom trivijalnom događaju. Priča se da su predsednik Kulidž i njegova žena obilazili jednu farmu. Vodili su ih u obilazak odvojeno, pa su različite delove farme posetili u različito vreme. Kod kokošinjca, gospođa Kulidž je primetila veoma aktivnog petla i pitala koliko često on to radi. Iznenadivši se kad je čula da se radi o desetini puta dnevno, našalila se da to treba da saopšte predsedniku kad bude prolazio. Kulidž je odvratio jednostavnim pitanjem koje mnogo kazuje – radi li se uvek o istoj kokoški? Čuvši da ne, sugerisao je osoblju da bi to mogli da spomenu gospođi Kulidž.

Kulidžov efekat, nazvan po tridesetom predsedniku SAD, ne odnosi se na ekonomske odnose, privredu ili izuzetno liderstvo. Naprotiv, tiče se jednog aspekta seksualnog ponašanja. Konkretno, on se odnosi na nešto što važi za mnoge vrste, da po dostizanju seksualne iscrpljenosti, mužjaci postaju motivisani na novo parenje ako se pojavi nova ženka, a ne ona koja im je poznata. Tehnički posmatrano, otkriveno je da mužjaci imaju kraći refraktorni period (to jest, vreme

između dva snošaja) ako se pojavi novi partner. Istraživanje koje se nalazi u osnovi Kulidžovog efekta opisali su naučnici sa Kalifornijskog univerziteta šezdesetih godina dvadesetog veka [*videti* Wilson et al., na kraju ovog poglavlja].

U glavnom eksperimentu, uparivani su mužjaci pacova sa ženkama u teranju i dozvoljeno im je da se pare najmanje 30 minuta, kad su prestajali i kad se smatralo da su seksualno iscrpljeni. Tada su ženke uklanjane. Zatim su nekim mužjacima uvedene nove ženke u teranju, a drugima su ponovo uvedene ženke sa kojima su dostigli seksualnu iscrpljenost. Njihova seksualna aktivnost u toj fazi je beležena, a posebno broj puta opasivanja ženki i postotak mužjaka koji su postigli prvu i drugu ejakulaciju. (Kako su istraživači uspeali da detektuju ejakulaciju kod pacova teško mogu da zamislim, a u radu nije objašnjeno.)

U početku nije bilo očiglednih razlika u broju opasivanja i prvih ejakulacija, on je bio sličan bez obzira na to da li je uvedena nova ženka ili nije. Međutim, nijedan pacov kome je uvedena stara partnerka nije ejakulisao dva puta, dok je nekoliko pacova sa novom partnerkom uživalo u drugom svršavanju. U trećoj fazi ponovnog uvođenja partnerki, 86 odsto mužjaka postiglo je ejakulaciju sa novom partnerkom, što je mnogo više od 33 odsto onih kojima je uvedena ista partnerka. To isto važi i za ženke – rad iz sredine osamdesetih godina dvadesetog veka pokazao je Kulidžov efekat kod ženki hrčaka kojima su dovođeni stari ili novi mužjaci [*videti* Lester & Gorzalka, na kraju ovog poglavlja].

Ovakva istraživanja se i dalje obavljaju, ali su postala savršenija. Jedan meksički tim je 2012. godine objavio rad o Kulidžovom efektu, sa merenjem broja spermatozoida i erekcija, kao i brojem opasivanja i ejakulacija [*videti* Tlachi-López et al., na kraju ovog poglavlja]. To je sjajno, ali ne

mogu da ne razmišljam o tome da merenje erekcije u pacova mora biti teško zbog malih pacovskih penisa (izvinite pacovi – bez uvrede, molim!). Zašto dolazi do Kulidžovog efekta? Verovatno ga je najlakše razumeti iz perspektive evolucije i potrebe za produžetkom vrste. Evolutivna korist od Kulidžovog efekta jeste u podsticanju parenja sa više partnera, čime se povećavaju šanse za oplodnju i produžetak vrste. To je način na koji se priroda štiti od poslovičnog klađenja na uvek istog konja.

Dakle, od seksa ćete biti iscrpljeni, ali paradoksalno, seks vam može uliti dodatnu energiju zahvaljujući Kulidžovom efektu obećavajućeg seksa sa novim partnerom. Antidot za seksualnu iscrpljenost jeste još seksa!

Držeći se pacova, različite grupe istraživača primetile su koliko su životinje izgledale opušteno posle parenja. To ih je navelo da se zapitaju – može li seks biti i antidot za stres?

Seks opušta

Istraživači sa Univerziteta Princeton u SAD podstakli su grupu pacova na seks stavljajući ih uz ženke u teranju [*videti* Leuner et al., na kraju ovog poglavlja]. Posle 28 dana izveli su krasno testiranje anksioznosti kod pacova, koje može da izvede svako ko kod kuće ima glodara za ljubimca. Poznat pod stručnim nazivom kao „paradigma odloženog hranjenja usled novine“², taj test se jednostavno odnosi na to koliko dugo treba pacovu da pojede 2 g granula u nepoznatom, jarko osvetljenom, otvorenom prostoru. Što je veća anksioznost, to mu duže treba da pojede hranu.

² *Novelty Suppressed Feeding Paradigm (prim. prev.).*

Mužjaci koji su se redovno parili, pojeli bi granule u otvorenom prostoru relativno brzo. Drugim mužjacima društvo su pravile ženke koje nisu bile u teranju, pa su ta stvorenja imala strogo platonski odnos. Bez redovnog parenja, tim mužjacima pacova u proseku je bilo potrebno gotovo dva puta više vremena da pojedu granule, u odnosu na mužjake kojima je omogućeno redovno parenje sa podatnim ženka-ma. To je jasan znak da redovan seks smanjuje anksioznost.

Istraživanje sa volonterima govori u prilog tome. Jedan psiholog sa Univerziteta u Pejzliju³ zatražio je od grupe odraslih volontera i volonterki da dve nedelje vode dnevnik svojih seksualnih aktivnosti. Potom je od njih zatraženo da održe stresan govor u javnosti. Oni koji su imali seks, i to konkretno vaginalni snošaj (a ne neku drugu vrstu seksulane aktivnosti sa partnerom, ili masturbaciju) pokazali su bolju reaktivnost krvnog pritiska i sniženi nivo stresa, od onih koji to nisu imali [videti Brody na kraju ovog poglavlja]. Ovakva istraživanja pokazuju da je još jedna skrivena korist od redovnog seksa u tome što on smanjuje stres. Ta užasno nevaljala stvar zvana seks je, kako izgleda, veoma dobra za nas.

Neki od radova o kojima ovde govorim koristili su ženke pacova u teranju. U životinjskom svetu, ženke obično moraju da budu u teranju da bi došlo do parenja. „U teranju“ jednostavno znači da se ženka nalazi u onom periodu menstrualnog ciklusa kada je najverovatnije da će rezultat parenja biti začćeće. Kod žena takođe postoji period povišene plodnosti u mesecu, pa se fenomen nagona na parenje odnosi takođe i na ljude. Kako žene i muškarci razmenjuju signale o spremnosti za parenje iskristalisalo je neka sasvim fascinantna istraživanja.

³ *University of Paisley* u Škotskoj (*prim. prev.*).

U crvenoj boji

Crveno se od davnina povezuje sa dominacijom, što ja dobro znam budući da sam navijač fudbalskog kluba Liverpool. Taj klub je čuven po tome što je sa crvenih majica i belih šortseva prešao na sasvim crvene dresove sredinom šezdesetih godina dvadesetog veka, najavljujući time dvadesetogodišnju dominaciju domaćim i evropskim fudbalom, do tada neviđenu u engleskom fudbalu. Menadžer Bil Šenkli (*Bill Shankly*) je u to vreme izjavio: „... prešli smo na crveni komplet i bilo je fantastično. Uvođenje jarkocrvene imalo je ogroman psihološki efekat... tada je prvi put nastao sjaj kao kad gori vatra.“

I to nije samo rekla-kazala. Postoje dobri naučni dokazi na kojima su zasnovane prednosti koje u sportu donosi crvena boja. Antropolozi sa Univerziteta Daram sprovedli su istraživanje u kome su uspeli da organizuju da takmičari u borilačkim sportovima na Olimpijskim igrama 2004. godine nose plave ili crvene štitnike za telo [*videti* Hill & Barton, na kraju ovog poglavlja]. Otkrili su da je postojao mali, ali statistički značajan porast u broju pobeda boksera i rvača koji su nosili crveno (55 odsto ih je dobilo svoje borbe) u odnosu na one u plavom (45 odsto ih je dobilo svoje borbe). Zašto je to tako?

Jedna uticajna teorija o tome zašto crvena najavljuje uspeh i dominaciju jeste seksualna, koja priznaje postojanje tesne povezanosti između crvene boje i seksualne privlačnosti. Ta teorija smatra da žene nose „neprirodne“ crvene signale, kao što je crveni ruž, zato što ih muškarci opažaju kao spoljašnje znake ženske plodnosti. Konkretno razlog zašto bi žena koja nosi crveni ruž bila privlačna muškarcima, prema toj teoriji, jeste zato što to signalizira da su njene genitalije slične boje,

što je indicija da je ona plodna i seksualno podatna. Ta teorija se zasniva na otkriću da mušjaci makakija značajno više vremena provode gledajući u slike genitalija ženki makakija koje su digitalno obojene u jače nijanse crvene. Takođe i da mušjaci pavijana češće masturbiraju kad vide ženke čije su genitalije dodatno pocrvenjene uz pomoć protetike.

Uvek je nezgodno kad se otkrića iz istraživanja na životinjama proširuju na ljude. Antropolozi sa Kentskog univerziteta zapitali su se koliko je sigurno da će ta otkrića o majmunima držati vodu u sličnim eksperimentima sa ljudima [videti Johns et al., na kraju ovog poglavlja]. Ti istraživači su organizovali fer testiranje teorije da muškarci, kao i makakiji, više vole crvenije ženske genitalije, pokazujući mladim muškarcima uvećane fotografije ženskih genitalija koje su bile obojene: bledoružičasto, svetloružičasto, tamnoružičasto ili crveno.

Skлонost ka crveno obojenoj slici govori u prilog tome da je snaga crvene boje seksualnog porekla. Na ovom mestu vredi napomenuti koliko su se istraživači potrudili da bi dostojanstveno i etički izveli istraživanje, koje je sasvim moglo da ispadne sumnjive vrednosti.

Slike su uzete sa veb sajta *www.vulvavelvet.org*. Taj sajt je osmišljen da ilustruje razne oblike zdravih odraslih ženskih genitalija, s ciljem da pomogne ženama da se dobro osećaju u svom telu. Istraživači su pažljivo odabrali slike koje su snimljene pod sličnim uglom, nisu sadržale objekte koji bi odvlačili pažnju (kao što su prsti, seksualne igračke ili pirsing) i bile bez maljavosti, u skladu sa današnjom modom. Slike su bile digitalno obrađene da bi se uklonile **labia minora** (male usne oko vagine) i **klitoris**, tako da je preostao samo prikaz donje i leve strane vagine. Istraživači su dobili dozvolu vlasnika veb lokacije da upotrebe te slike i napisali

su da je ta dozvola bila važan faktor legitimne upotrebe slika u istraživačke svrhe.

Kad su muškarci pregledali i ocenili različito obojene slike, njihova naklonost bila je suprotna od one koja bi išla u prilog seksualnom poreklu moći crvene boje. Učesnici su ocenili crvenu kao najmanje privlačnu od četiri boje, i nije bilo razlike između tri nijanse ružičaste. Seksualno iskustvo svakog pojedinačnog volontera nije imalo nikakvog uticaja na njegovu preferenciju boje vulve. Šta to znači? Otkriće da su muškarci imali averziju prema slici crvene vulve govore da moć crvene boje nije u vezi sa seksualnošću. U stvari, to ima smisla – nije verovatno da su žene ikada koristile kožu svojih genitalija za privlačenje muškaraca, zato što uspravan dvonožni stav kod ljudi znači da ženske genitalije nisu simbol seksualne podatnosti, koji je lako izložiti pogledu.

Odista, istraživači ističu da ženske genitalije zapravo uopšte NE menjaju boju. Kao dokaz navode raniji rad iz „Žurnala seksualnih istraživanja“⁴, koji je analizirao duplerice iz „Plejboja“ za period 1957–2007. Nije bilo nikakvih naznaka uočljivog variranja u boji malih usana kod različitih žena. Mnogo je verovatnije da bi se crvena vulva smatrala znakom menstruacije. Plodnost je na najnižem nivou za vreme krvarenja u vezi sa ovulacijom, pa nije verovatno da su muškarci genetski programirani da im je privlačnija crvena vulva.

A ipak se ispred bordela nalaze crvena svetla i dosledno se pokazuje da muškarci rangiraju žene sa crvenim predmetima kao seksualno privlačnije. Šta može da objasni jaku vezu između seksa i crvene boje? Ovi autori iznose argument da bi to moglo biti u vezi sa agresivnošću i prolivanjem krvi za vreme borbe. Žene u kontekstu sa crvenim se rangiraju kao

⁴ *Journal of Sex Research* (prim. prev.).

seksualno privlačnije zbog indirektno povezanosti sa muškim nadmetanjem, a ne zato što crvena direktno signalizira plodnost ili boju ženskih genitalija.

Ovo poglavlje je na svetslost dana iznelo neke manje poznate koristi od vođenja ljubavi, ali postoje situacije kada seks i seksualno uzbuđenje mogu da budu štetni. Dobar, mada prilično banalan primer, jeste onaj da žene seks koriste da utiču na muškarce da urade nešto protivno njihovim ubeđenjima. Ponekad se to grubo naziva „razmišljanje kurcem“, mada zapravo za to postoji naučna osnova.

Samo recite „ne“

42

Psiholozi sa nemačkog Univerziteta Dujzburg-Esen [videti Laier et al., na kraju ovog poglavlja] tražili su od mladića da obave seksualnu verziju testa odlučivanja, koji se dosta koristi i poznat je kao ajovski kockarski zadatak⁵. Volonteri vuku karte iz četiri špila, i u zavisnosti od izabrane karte dobijaju malu nagradu u novcu ili plaćaju malu kaznu. Ljudi obično na osnovu pokušaja i greške zaključuje koji je špil bolji a koji lošiji, i obično su u stanju da završe zadatak sa dobitkom a ne sa gubitkom. Međutim, u ovom istraživanju zadatak je malo izmenjen dodavanjem fotografija na poledinu karata. Neke fotografije su bile seksualno eksplicitne (npr., par u vaginalnom snošaju) pa su muški heteroseksualni volonteri bili time malo zavedeni. Umesto da preferiraju špilove koji su donosili zaradu, volonteri su ispoljili jasnu sklonost ka špilovima sa erotskim slikama. Seksualno uzbudljive slike

⁵ Test za ispitivanje svakodnevnog donošenja odluka; uveli su ga istraživači sa Ajovskog univerziteta. (*Prim. prev.*)

nadvladale su uobičajeno učenje iz iskustva u ajovskom testu. To istraživanje pokazuje da seksualno uzbuđenje može da ometa donošenje odluka. U stvari, to se dosledno otkrivalo kod muškaraca, dok žene izgleda uopšte ne padaju na to. Odnosno, takav je bio slučaj sve do nedavno.

Istraživanje koje su sproveli belgijski stručnjaci za marketing tražilo je od heteroseksualnih volonterki da rangiraju odevne predmete prema mekoći na dodir i kvalitetu tkanine [*videti* Festjens et al., na kraju ovog poglavlja]. One su prividno učestvovala u istraživanju trišta za neku veliku prodavnicu odeće, ali je to u stvari bio paravan da žene ne bi pogodile pravi razlog zašto se od njih tražilo da dodiruju tkaninu. Pošto su opipale i ocenile odeću, od žena se tražilo da se izjasne o sledećoj izjavi: „Svejedno mi je da li ću dobiti 15 evra sada ili ___ evra kroz nedelju dana.“ Morale su same da smisle iznos i popune prazno mesto.

Ovo je primer diskontovanja nestrpljenja, u kome se koristi načelo da je bolje vrabac u ruci nego golub na grani. Drugim rečima, opšta je tendencija da se više voli neposredna dobit (vrabac u ruci) od neke buduće dobiti (golub koga tek treba uhvatiti sa grane). To većinu ljudi navodi da u prazno mesto upišu iznos veći od 15 evra. Ono što je važno jeste to da što je veće nečije nestrpljenje za neposrednu dobit, veći je iznos koji se upisuje za buduću dobit (ekvivalentno vrednovanju vrapca u ruci kao tri ili četiri goluba na grani).

Ali kako obično opipavanje neke tkanine može da promeni odnos žena prema nekoj finansijskoj transakciji? Šta ako vam kažem da su u nekim slučajevima žene opipavale muški donji veš? Opipavanje i rangiranje muških bokserica povećavalo je žensko nestrpljenje toliko da su tražile, u proseku, 1 evro više kroz nedelju dana, u odnosu na žene koje su opipavale majice kratkih rukava. Razlika se popela na 3

evra kad su žene zamoljene da misle na rok od mesec dana umesto na nedelju dana. Mada su relativno mala, ta povećanja su statistički značajna i pokazuju da žene, kao i muškarci, donose nepovoljnije (nestrpljive) odluke u prisustvu stimulansa opterećenih seksom.

Istraživanje koje je potom usledilo u istom radu, odnosilo se samo na gledanje, jer su bokserice bile iza pleksiglasa, a učestvovali su i heteroseksualni volonteri koji su opipavali brushaltere. Razlika je bila i u tome što je ovoga puta tražena drugačija vrednosna ocena posle opipavanja ili gledanja odevnih predmeta, jer je pitanje za muškarce i žene bilo koliko bi platili za luksuz kao što je boca vina ili bombonjera. Ispostavilo se da su žene bile voljne da plate više za luksuz posle opipavanja bokserica, ali ne i posle gledanja. Ali su muškarci bili voljni da plate više i posle opipavanja i posle samo gledanja brushaltera.

Ovo potvrđuje zaključke iz prvog istraživanja – da žene menjaju način donošenja odluka pred stimulansima opterećenim seksom, kao i muškarci. Takođe, još jednom pokazuje da muška seksualna reakcija može da bude potpuno zasnovana na vizuelnom, što nije slučaj sa ženama. Rezultati oba istraživanja pokazuju da seksualno uzbuđenje navodi muškarce i žene na impulsivnost, što za posledicu ima odluke koje u trenutku možda deluju ispravno, ali na duži rok donose gubitak.

Ali ako seks smanjuje sposobnost odlučivanja, kakve bi to posledice moglo imati? Jedinstveno internetsko istraživanje sprovedeno od strane psihologa sa Univerziteta Južne Dakote, skrenulo je pažnju na brojne bezbednosne probleme raspitavši se kod 700 studenata i studentkinja o njihovim seksualnim iskustvima u kolima u pokretu [*videti* Struckman-Johnson et al., na kraju ovog poglavlja]. Većina ispitanika ispoljila je neodobravanje prema seksu za vreme vožnje, ali su polne razlike

bile značajne; muškarci su pokazali manje neodobravanja od žena. Broj ljudi koji je u istraživanju priznao da je imao seks neke vrste za vreme vožnje bio je veliki, 33 odsto muškaraca i 9 odsto žena. Najčešći seksualni čin bio je oralni seks (78 odsto), što objašnjava zašto je 29 odsto žena i 9 odsto muškaraca priznalo da je imalo seksualno iskustvo u svojstvu putnika. Ostali činovi seksualnog karaktera posle oralnog seksa, po učestalosti, bili su dodirivanje genitalija (67 odsto), masturbacija (14 odsto) i vaginalni seks (12 odsto). Neke od prijavljenih posledica nateraće, verovatno, većinu ljudi da dva puta razmisle pre nego što se upuste u seks za vreme vožnje.

Nezgode do kojih dolazi tokom seksa za vreme vožnje jesu prelazak u drugu traku, puštanje volana, ubrzavanje i zamalo sudar sa drugim vozilom, pešakom ili nekim objektom. Nezgode lične prirode bile su povrede usled osobenosti vozila (jao!), nepoželjno posmatranje od strane prolaznika, ili hvatanje na delu od strane prijatelja, porodice ili policije. Ovo istraživanje ilustruje neke prilično ekstremne načine na koje seksualno uzbuđenje može da poremeti odlučivanje – čak do ugrožavanja života. Zapravo, ono je slično istraživanju sa boksericama – ljudi daju prednost neposrednom dobitku u formi seksa, a ne mogućim gubicima na duži rok, kao što su smrt, povreda ili večna sramota ako se dogodilo da su uhvaćeni!

Emocije u pokretu

U ovom poglavlju istaknut je jedan broj skrivenih koristi od seksa, na osnovu dokaza iz stručne literature. Ko bi rekao da se naučnici sve vreme toliko zabavljaju u svojim laboratorijama? Videli smo kako moždani sistem samonagrađivanja

može da zasvetli od seksualnog uzbuđenja, podjednako kao od droge i gledanja kako vaš fudbalski tim postiže gol. To dokazuje, ako je dokaz uopšte bio potreban, da je seks zvanično zabavan. Videli smo da je u trenutku orgazma moždana aktivnost kod muškaraca i žena veoma slična – stoga seksualni vrhunac postaje trenutak kada bismo najbolje mogli da razumemo kako to izgleda biti pripadnik suprotnog pola. Seks može da obezbedi mišićima lica trening kojim se održava mladolikost, on može da bude antidot za bol i anksioznost, i premda fizički uzima danak, izgledi za seks sa novim partnerom mogu to da ponište. Videli smo da crvena boja ima moć da garantuje prednost u sportu, ali da se taj fenomen ne može objasniti u smislu seksa. Sa druge strane, seks može i da šteti ugrožavanjem sposobnosti odlučivanja kod muškaraca i žena, u nekim slučajeva čak i prilično drastično.

Me Vest (*Mae West*)⁶ je jednom rekla da je seks „emocija u pokretu“ i ne treba posebno isticati da je seks elementarna stvar u životima ljudskih bića. Iako je Dž. S. Brindlijev neobičan nastup u trenerci bio loše primljen, on je jedan od mnogih istraživača koji su se odvažili da budu nekonvencionalni i da bace naučnu svetlost na čovekove seksualne reakcije. Čineći tako, ti istraživači su nas naučili novim stvarima o seksu, koje nam pomažu da bolje razumemo sebe. Njihov rad je i izvanredan dokaz naučnog procesa – grupisanja temeljnih elemenata naučnog zaključivanja i sadržajnih eksperimentalnih i istraživačkih projekata u jedinstvenu celinu. Pošto smo svet seksa pretresli pogledavši ga kroz naučno sočivo, u sledećem poglavlju okrenućemo se sledećem „nevaljalstvu“ koje je mnogim srcima blisko.

⁶ Glumica koja je bila slavna u prvoj polovini dvadesetog veka, više po svojoj nekonvencionalnosti nego po ostvarenim ulogama. (*Prim. prev.*)