

Глава первая
Проблема гормонов

“**Н**е проси сегодня Холли повысить тебе зарплату, она съест тебя живьем”. Почему? *У нее гормоны.* “Одну минуту она счастлива, а потом сразу впадает в уныние”. *У нее гормоны.* “Ох, она все делает с надрывом”. *У нее гормоны.*

Жуткая тетка... автомат по производству детей... сумасшедшая баба... знойная женщина... ледяная королева... сумасбродка.

В каком бы современном и прогрессивном обществе мы ни жили (или ни думали, что живем), все эти стереотипы женщины сохраняются до сих пор. Они, безусловно, не исчезли в прошлом столетии, когда рекордное количество женщин вышло на работу, заняло руководящие позиции практически во всех сферах деятельности и стало преобладать над количеством выпускников мужского пола, выходящих из стен американских колледжей и университетов¹.

Но это не обычные стереотипы — в них есть биологическая составляющая, отличающая их от других приевшихся образов типа “дева в беде”. Эти определения женщины (как и многие другие, которые мы слышим каждый день на работе, дома и в школе) являются проявлениями одной главной идеи: поведение женщин контролируется гормонами, поскольку *у них есть гормоны.*

Женщина — гормональное существо: месячные флуктуации эстрогенов и других женских половых гормонов заставляют ее вести себя тем или иным образом. Но говорить об этом не принято.

А вот вам правда: пусть женщина — гормональное существо, но гормональные циклы есть у всех людей — как у женщин, так и у мужчин. (Однако про мужчин никто не говорит, что у них играют гормоны, по крайней мере,

не говорит в негативном ключе, хотя уровень тестостерона меняется циклическим образом на протяжении суток, а не месяца.) Сказать “у нее гормоны”, по-видимому, чуть более корректно, чем сказать “из нее течет”, и все-таки женщины, кажется, полностью присвоили себе ярлык “гормональных” существ.

В этом-то и заключается проблема. Объяснять поведение женщин, особенно излишне агрессивное, неуравновешенное или по каким-то признакам не характерное для той или иной женщины или девушки, влиянием половых гормонов является преувеличенным и дискредитирующим упрощением. По сути, из такого объяснения следует, что женщины практически не контролируют свое поведение, поскольку их поступками движет биология. Но такая абсурдная интерпретация маскирует нечто ценное, важное и жизненно необходимое как для женщин, так и для мужчин.

Вообще говоря, женский гормональный цикл является результатом эволюционного процесса длительностью в пол-миллиарда лет. Да, гормоны влияют на поведение женщин (в конце концов, вся моя книга именно об этом), но в женском репродуктивном цикле скрыта древняя мудрость, которую женщины могут использовать и в современной жизни, чтобы находить лучшие решения. Кроме поведения в повседневной жизни, которое некоторые считают “гормонозависимым”, существует биохимический процесс, помогавший миллиардам особей женского пола тысяч разных видов животных выбирать партнеров, избегать насилия, конкурировать с соперницами, бороться за ресурсы и производить потомство с правильными генами и хорошей перспективой выживания. Для решения всех этих задач женский мозг эволюционировал таким образом, чтобы сговариваться с гормонами, а не спорить с ними.

Гормоны — решающий фактор, позволивший нам выжить и процветать.

Биология — не судьба (но политика)

Как ученый и феминистка, я уже знаю, что любое обсуждение женских гормонов и их влияния на поведение женщин никогда — даже в кругах единомышленников — не проходит гладко. Поначалу меня это удивляло: мне казалось, что всем, особенно женщинам, выгодно получать подобную информацию. Мы имеем право знать, как и почему функционируют наш мозг и наше тело. Однако я обнаружила, что информация подается избирательно и легко теряется в неустойчивом мире сексуальной политики. Плохо осведомленные сторонники гендерной дискриминации по-прежнему считают возможным исказить правду и представлять биологические различия в качестве непреодолимого препятствия для женщин. Естественно, феминисты этого не хотят. И в результате этой динамики становится сложным отделить миф от реальности.

Рассмотрим, к примеру, весьма противоречивую историю, озвученную на канале CNN в 2012 году в связи с выборами, когда, казалось, на сцену вышли сами гормоны. За две недели до выборов на сайте CNN появилась информация, что по данным исследования, которое вскоре должно было быть опубликовано², одинокие женщины в период овуляции (в фазе максимальной фертильности) склонны отдавать предпочтение кандидату в президенты Бараку Обаме и его политике, а не Митту Ромни. Результаты исследования объяснялись следующим образом: «В фазе овуляции женщины “чувствуют себя более сексуальными” и, следовательно, лучше воспринимают либеральную политику в отношении аборт и равноправия в браке»³. В то же время замужние женщины или женщины, имеющие постоянного партнера, больше склонялись в пользу консервативной политики Ромни.

Благодаря скорости реакции в интернете, эта новость немедленно вызвала шквал возражений. “CNN считает, что сумасшедшие тетки голосуют вагиной” — писала Кейти

Бейкер на сайте *Jezebel*. “Элегантная замужняя дама хочет Обаму, но только не когда у нее овуляция” — гласил заголовок статьи Кейт Кленси на сайте *Scientific American*. “Это в точности тот самый кошмарный образ женщин, выбирающих кандидатов по форме подбородка, который так долго вредил женщинам-кандидатам” — комментировала Александра Петри из *Washington Post*. Через несколько дней CNN убрала эту информацию, над репортером посмеялись, а первый автор статьи получил гору гневных писем.

Отступление CNN было воспринято как победа женщин, как веха в их политической борьбе и прогресс по сравнению с далеким миром 1970-х годов, когда видные политические деятели заявляли, что “неконтролируемое гормональное влияние” не позволяет женщинам занимать лидирующие позиции. Доктор Эдгар Берман был членом комитета Демократической партии по национальным приоритетам и ближайшим советником вице-президента Хьюберта Хамфри, а также его личным врачом. В 1970 году, когда женщина, член Конгресса, заявила, что борьба за права женщин должна стать приоритетным направлением в политике партии, со стороны Бермана последовала открытая пренебрежительная реакция в духе викторианской эпохи. Он назвал менструальный цикл и менопаузу в качестве причин, по которым женщины никогда не добьются равенства с мужчинами.

“Если у вас есть вклад в банке, — объяснял он, — вы вряд ли захотите, чтобы президент вашего банка брал кредит под влиянием гормонов в этот конкретный период... Предположим, нашим президентом в Белом доме была бы женщина в период менопаузы, которой предстояло бы принять решение по поводу высадки в заливе Кочинос^{*}, которое, конечно, было неправильным, или по вопросу действий русских на Кубе”. Особенно Бермана беспокоило, что в свободном мире нервная женщина-лидер может поднять красную

* Операция в заливе Кочинос — военная операция, организованная в апреле 1961 г. при участии правительства США с целью свержения правительства Фиделя Кастро на Кубе.

трубку в Овальном кабинете, позвонить в Кремль и спровоцировать ядерный холокост (и я пишу это после выборов 2016 года, вот ведь ирония судьбы!).

Возможно, стойкий демократ Берман, ратовавший за такие полезные для женщин вещи, как большая доступность детских садов и клиник по контролю за рождаемостью, просто хотел сменить тему и обсудить проблемы типа войны во Вьетнаме и поэтому пошутил, но в таком случае он не умел слушать, а выбор времени для шуток оказался крайне неудачным. Это был важнейший момент женского движения, когда его лидеры пытались привлечь внимание общественности к таким вопросам, как, например, равенство зарплаты и поддержка поправки о равноправии. И тут выступил Берман со своей сексистской шуткой о том, что место женщины — у домашнего очага. В том же 1970-м, когда Берман назвал женщин слишком гормонозависимыми, стартовало телешоу Мэри Тайлер Мур, в котором актриса играла роль деловой и целеустремленной Мэри Ричардс. Однако королевы красоты в шоу “Мисс Америка” все еще привлекали больше внимания, чем Мэри, а Саманта из комедийного сериала “Моя жена меня приворожила” при всей своей неординарности значительную часть времени посвящала уборке дома (как простая смертная).

Впрочем, даже в отсутствие интернета слова Бермана достаточно быстро дошли до публики, и через несколько месяцев он лишился поста в комитете. Под сомнение были поставлены не только его политические взгляды, но и научные знания. «Заявление о “неконтролируемом гормональном влиянии” бессмысленно или, по крайней мере, сильно преувеличено», — прокомментировал ситуацию эндокринолог из Гарварда Сидни Ингбар, отражая мнение профессионалов, которое затем повторили и другие. “Любой, кто делает подобные безапелляционные заявления, — добавлял психиатр из Университета Калифорнии Леон Дж. Эпстайн, — стоит на прочной основе предубеждений и непроверенных предположений”⁴.

Однако, в отличие от CNN, Берман не отказался от своих слов и даже продолжил развивать ту же мысль. Позднее, защищая свои высказывания, он писал: “Никакие врачи (и большинство женщин), наверное, не станут отрицать, что на протяжении определенных периодов жизни многие женщины сильнее переживают стрессовые состояния и эмоциональные расстройства, чем мужчины. Я утверждал, что при прочих равных условиях в такие моменты лично я отдаю предпочтение в принятии важных решений суждению мужчин... Я не могу и не буду утаивать научную истину”⁵.

Совершенно очевидно, что в словах доктора Бермана нет никакой “научной истины”. Но он озвучил устоявшееся мнение, складывавшееся на протяжении многих поколений и даже столетий, о том, что влияние женских гормонов — запутанная и сложная проблема, которую нужно каким-то образом “контролировать”. Менструальный цикл и менопауза считались деликатной темой, и врачи недостаточно информировали женщин о том, что происходит в их организме. Говорили о “месячных”, об “изменениях”, а также весьма расплывчато высказывались на тему секса, беременности и деторождения.

Но как раз в то время, когда Берман сделал свое невероятное заявление, в Бостоне собралось несколько женщин. Они только что опубликовали 193-страничный буклет о женском репродуктивном здоровье — наглядный рассказ о сексуальности, беременности, деторождении, абортах и прочих табуированных на тот момент предметах. Теперь они намеревались превратить свою простую, но смелую публикацию в то, что стало первым изданием книги “Наши тела и мы сами” — этого бестселлера о женском здоровье, который в корне изменил ситуацию, вооружив женщин информацией — и заключенной в ней силой — об их собственных телах⁶.

Да, детка, мы с тобой проделали долгий путь. Но не следует забывать, как много препятствий нам еще предстоит преодолеть. Не забывай, что в 2015 году Дональд Трамп, то-

гда еще кандидат в президенты, жалуясь на журналистку, атаковавшую его за уничижительные высказывания в адрес женщин, намекнул, будто она вела себя так потому, что “из нее текло”.

Другими словами, даже 45 лет спустя женщин все еще считают “гормональными существами”.

Порочный круг (гормонов)

Однако от анализа информации о связи гормонов с поведением женщин нас ограждают не только мужские предубеждения. Иногда барьер выстраивают сами женщины, даже те, которые стремятся добиться равенства с мужчинами в деловой сфере.

Ход их мысли таков: как только мы признаем различие между полами, мы проигрываем игру и никогда уже не сможем встать вровень с мужчинами. Нас будут считать слабыми, уязвимыми, неспособными. О беременных женщинах станут думать, будто они слышат только гормональный сигнал материнства и не хотят возвращаться на работу, так что нет смысла повышать их в должности. Женщины в менопаузе не достигают максимальной эффективности в работе из-за сонливости и приливов, их забывчивость мешает делу, а в некоторые дни с ними вообще невозможно общаться. И, опять же, им не стоит ждать повышения.

Одна художница, с которой я недавно познакомилась, рассуждает диаметрально противоположным — причем довольно неожиданным — образом. И хотя своими работами она пытается сделать женщин сильнее, ее ставят на место... другие феминистки. Однажды на дружеском ужине ее спросили, чем она сейчас занимается, и она описала свою последнюю работу: арт-проект в интернете под названием “Невидимый месяц”⁷ — необычную иллюстрацию того, как уровень эстрогена и прогестерона влияет на поведение женщины в 28-дневном гормональном цикле, исполненную

в виде цветочной метафоры (появление бутона, расцвет, увядание).

Например, если посетитель сайта кликает на иконку “фаза бутона”, он видит общую информацию об уровне эстрогенов и прогестерона и комментарии (со ссылками на научную литературу) типа: “На этой неделе уровень эстрогенов повышается и усиливаются положительные эмоции. Настроение улучшается, сон ровный. Женщины способны четко и ясно мыслить и прекрасно концентрироваться”. Если кликнуть на следующую иконку, “фаза цветения”, можно прочесть что-то вроде: “Женщины с большим вниманием относятся к мужчинам. В период овуляторной фазы цикла они с большей вероятностью дадут свой номер телефона незнакомому мужчине, с которым встретились в парке”. (На самом деле для этого незнакомец должен быть очень хорош собой!) Или, в “фазе увядания”: “Менструальные головные боли снижают работоспособность”.

“То, о чем вы говорите, — обеспокоенно заявила одна из ее соседок по столу, — указывает на отсутствие у женщин свободы воли”. “Это правда! — прокомментировала другая. — Что если этот проект попадет в плохие руки, скажем, к главному исполнительному директору компании *Goldman Sachs*, который уверен, что женщинам нельзя доверять руководящие посты?” Еще одна гостя поинтересовалась: “Так вы утверждаете, что если женщина сегодня говорит *нет*, то нужно спросить ее о том же через две недели — и она согласится?” И еще, и еще, и еще. Такая реакция удивила художницу. Это были успешные, образованные и прогрессивно мыслящие женщины, но они, казалось, пытались заставить ее замолчать и держать подобную информацию при себе, чтобы ненароком не остановить продвижение женщин вперед.

Ее исходная задача была проста. “Я видела свою цель в том, чтобы создать публичный сервис”, — рассказывала она. Чтобы помочь женщинам — и мужчинам — понять, как внутренние процессы проявляются внешне⁸. Концеп-

ция связи внутреннего и внешнего давно занимала ее воображение. “Невидимый месяц” был артистическим проектом, но одновременно она хотела поделиться информацией, которую, по ее мнению, женщины желали получить и готовы были принять. Однако, с точки зрения ее знакомых, она открыла ящик Пандоры в сфере сексуальной политики.

Мне хорошо знакомо это ощущение.

Выплескиваем биологическое дитя с сексистской водой

Когда я впервые занялась изучением гормонального цикла, основание социальных наук строилось на принципе, что мы, люди, с нашим крупным и умелым мозгом и отставленным большим пальцем, очень сильно отличаемся от наших братьев из царства животных. Конечно, нам рассказывали о некоторых важнейших эволюционных связях, но когда речь заходила о нашем мозге, наших желаниях или сексуальном поведении, всегда проводилась разделительная черта. *Мы* занимаемся любовью, когда захотим, а не тогда, когда нас толкает на это природа. Другие животные действуют по указке гормонов — и только во имя репродукции. Белки носятся, как безумные, а потом набрасываются друг на друга. Мы обмениваемся номерами телефонов.

Можно сказать, моя работа заключается в том, чтобы найти в человеке животное; примерно этим я занимаюсь всю свою жизнь. Поиски связи между человеком и животными не всегда находят одобрение в определенных научных кругах или в определенных областях науки, где принято считать, что мы, люди, являемся продвинутыми в культурном плане существами со сложным интеллектом и эмоциями, переплетенными со свободой воли. На протяжении сотен лет множество ученых пыталось установить истинную суть различий между человеком и животными. Многие области исследований и структура общества в целом основаны

на представлении о том, что человеческая природа делает нас лучшими, особыми, отличными от других. Если мы делаем что-то, мы делаем это по имеющимся у нас на то причинам, а не из-за того, что половые гормоны запустили какую-то химическую реакцию. Мы действуем на основании тонкой человеческой природы, а не примитивных животных инстинктов.

Однако исследования, проведенные в моей лаборатории, показывают, что способные к зачатию женщины ищут самых привлекательных партнеров — точно так же, как это происходит у приматов, хомяков и многих других видов между ними (подробнее я расскажу об этом в главе 5). Исследуя гормоны и поведение животных, я обращала внимание на характерное поведение особей разных видов, которое нельзя не заметить. Если говорить попросту, в той фазе цикла, когда вероятность зачатия максимальна, самки (обезьян, крыс, кошек, собак и т. д.) ведут себя так, чтобы привлечь внимание самцов, которые могли бы произвести наиболее приспособленное потомство. “Приспособленное” в том смысле, что в анцестральных условиях оно получало максимальный шанс выжить или произвести собственное потомство. Безусловно, проявления этого поведения у разных видов животных разные, но я не могу согласиться, что люди никоим образом не вписываются в эту предсказуемую физическую схему.

Женщины способны зачать лишь на протяжении нескольких дней в месяц, из-за чего человеческая фертильность является быстротечной и ненадежной. Так *почему бы нам не иметь возможности принимать наилучшие в сексуальном плане решения именно в этот ответственный период времени?* Начиная с 2006 года, я публикую статьи, которые показывают, что женщины действительно меняют поведение в период “пика фертильности”. Вот что мы, в частности, обнаружили: женщины с большим желанием ходят в клубы и на вечеринки, начинают обращать внимание *на других мужчин*, а не на своего “основного” партнера, тембр их го-

лоса повышается и становится женственной, они одеваются более привлекательно, а запах их тела кажется мужчинам более притягательным⁹. Я не считаю, что человеческое сексуальное поведение “преододело” гормональный контроль. Напротив, я допускаю, что поведение женщин в период фертильности имеет нечто общее с поведением животных: сексуальные желания женщин изменяются, и возникают внешние признаки фертильности. Таким образом, фертильность у человека скрыта не полностью и каким-то образом проявляется, хотя и в гораздо меньшей степени, чем у наших родственников приматов.

Я быстро поняла, что некоторым людям не нравится, когда им напоминают, что у наших предков когда-то были хвосты. Мои исследования казались им радикальными. Для кого-то это было равносильно тому, как если бы я, отмечая результаты научных изысканий многих поколений ученых, заявляла: *Знаете что, мы ведь, в конце концов, лишь одна из линий животных.*

Радикальными — и при этом устаревшими. Кто-то воспринимал мои результаты как отступление. Таких людей живо интересовали те части исследований, которые могли привлечь внимание публики (в телешоу “Доброе утро, Америка” был использован заголовок “Делает ли вас привлекательнее ваш цикл?”), но при этом они почти полностью игнорировали более широкий смысл исследований, заключавшийся в том, что женщины прекрасным образом развили свое сексуальное поведение для решения задач воспроизводства, воспитания детей и даже собственного выживания. Но как только я указывала на различия в поведении мужчин и женщин, мне говорили, что я лью воду на мельницу сексистов. Примерно так же, как и мою подругу художницу (или исследователя, чью работу обсуждали на CNN), меня обвиняли в озвучивании идей, которые способствуют понижению статуса женщин (я называю такие идеи “гормональными”).