

УДК 159.9 + 616.89
ББК 88.3 + 28.7 (4Вл)
Б88

Б88 Элвин Бродерик

СЕКС, ИГРА и ШОКОЛАД (Удовольствия и пристрастия).
Научно-популярное издание / Перевод с английского
Марии Жуковой. — СПб.: ООО «Страта», 2016. — 270 с.

Elvin Broderick

PLEASURE and ADDICTION

Перевод с английского языка Марии Жуковой

ISBN 978-5-906150-51-6

Научно-популярная книга английского специалиста по поведенческой биологии посвящена исследованию удовольствий. Автор рассказывает о появлении удовольствий в процессе эволюции человека, объясняет, как они вместе с их alter ego — болью — помогли выжить нашим предкам; исследует биологические механизмы желания, счастья, скуки.

Книга об удовольствиях не может умолчать о сексе — ему посвящена целая глава, повествующая о половом поведении. В этом издании читатели найдут информацию о знаменитых людях, кумирах миллионов, страдавших от алкоголизма или предававшихся излишествам. Отдельная глава рассказывает о шоколаде — удовольствии, у которого нет темной стороны, как у алкоголя, еды и игры.

Книга рассчитана на широкий круг читателей.

Все права защищены. Никакая часть настоящей книги не может быть воспроизведена или передана в какой бы то ни было форме и какими бы то ни было средствами, будь то электронные или механические, включая фотокопирование и запись на магнитный носитель, а также размещена в интернете, если на то нет письменного разрешения владельцев.

All rights reserved. No parts of this publication can be reproduced, sold or transmitted by any means without permission of the publisher.

Правовую поддержку издательству оказывает юридическая компания
«Усков и партнеры»

УДК 159.9 + 616.89
ББК 88.3 + 28.7 (4Вл)

ISBN 978-5-906150-51-6

© Broderick E., 2015, текст
© Жукова М., 2015, перевод
© ООО «Страта», 2016

Лучшая доля не в том, чтобы воздерживаться от наслаждений, а в том, чтобы властвовать над ними, не подчиняясь.

АРИСТИПП КИРЕНСКИЙ

СОДЕРЖАНИЕ

ГЛАВА 1

ПРИРОДА УДОВОЛЬСТВИЙ 7

Немного истории	11
Зачем нам нужны удовольствия?	18
Удовольствие и желание	30
Механизм удовольствия и желания	40
Скука	46
Счастье	50
Неудовольствие	53
Боль	56

ГЛАВА 2

СЕКС 61

Удовольствие от секса	62
Игрушки для взрослых	66
Оргазм	70
Все хорошо в меру	75
Мастурбация	78
Гаремы и многоженство	82
Испания	86
Китай	88
Бухара	92

ГЛАВА 3

АЛКОГОЛЬ И АЛКОГОЛИЗМ 95

Великие алкоголики	105
Неодобрение и запреты	114
Борьба с алкоголем в России	130
Что делать?	137

ГЛАВА 4

ЕДА И ОБЖОРСТВО..... 141

Обжорство в древности 146

Лечение ожирения 152

Механизм обжорства 157

Другие расстройства приема пищи..... 160

ГЛАВА 5

ИГРЫ И ИГРОМАНИЯ..... 165

Немного истории 166

Лудомания 170

Компьютерная зависимость 187

Геймеры 196

ГЛАВА 6

ШОКОЛАД..... 203

Немного истории 204

Виды шоколада 212

Почему мы так любим шоколад? 215

Медицинские свойства шоколада 222

ГЛАВА 7

ИСТОРИИ ВЕЛИКИХ ГЕДОНИСТОВ ... 233

Римские императоры235

Граф Рочестер.....242

Джакомо Казанова245

Джон Миттон247

Герберт Уэллс250

Эрнест Хемингуэй252

Эррол Флинн255

Элвис Пресли257

Питер Кук260

ЗАКЛЮЧЕНИЕ..... 263