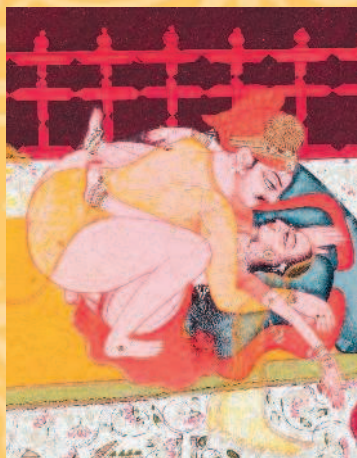




ИСКУССТВО КАМАСУТРЫ



НОВАЯ КАМАСУТРА



ИСКУССТВО КАМАСУТРЫ

Ричард Эмерсон

НОВАЯ КАМАСУТРА





УДК 392.6
ББК 57.01
354

Richard Emerson. THE NEW KAMA SUTRA
Печатается с разрешения издательства Carlton Books Limited

Все права защищены.

Ни одна часть данного издания не может быть воспроизведена или использована в какой-либо форме, включая электронную, фотокопирование, магнитную запись или какие-либо иные способы хранения и воспроизведения информации, без предварительного письменного разрешения правообладателя.
Перевод Колупаевой Алены Игоревны

Эмерсон, Ричард.

354 Искусство камасутры - Новая камасутра / Р. Эмерсон, пер. с англ. А. И. Колупаевой — Москва: Издательство АСТ, 2017. — 128 с.: ил.

ISBN 978-5-17-102245-7 (Искусство камасутры)

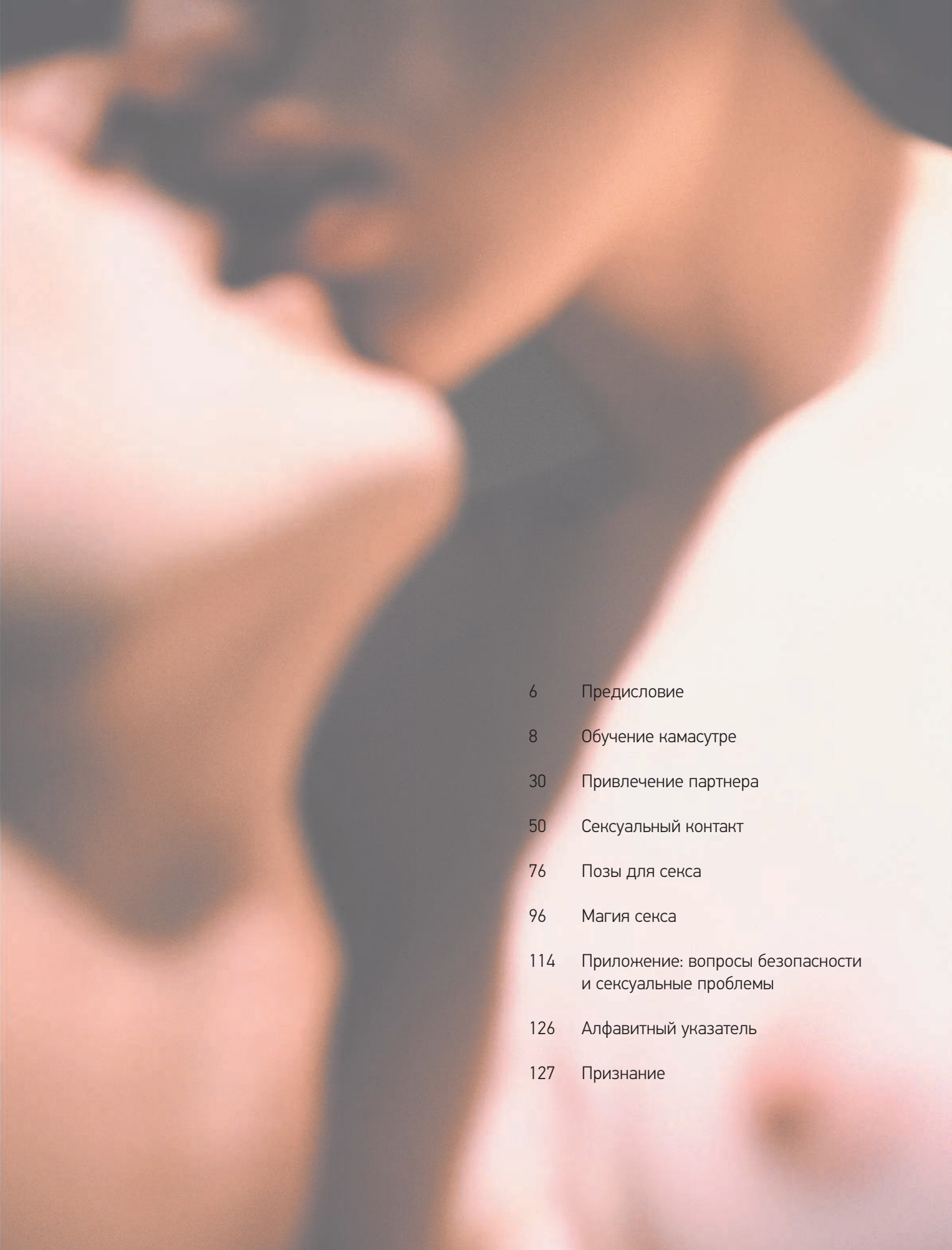
ISBN 978-5-17-103065-0 (Новая камасутра)

Учение Камасутры по сей день является самым авторитетным руководством по сексу, которое когда-либо видел мир. Бесподобный проводник в мир удовольствий был написан великим индуистским мудрецом Ватсьяна, который учил, что общение является божественным союзом сексуального желания и физического слияния тел. Его цель – пробудить источник сексуальной энергии, который есть в каждом из нас.

УДК 392.6
ББК 57.01

ISBN 978-5-17-102245-7 (Искусство камасутры)
ISBN 978-5-17-103065-0 (Новая камасутра)
ISBN 978-1-84732-739-0 (англ.)

© 000 «Издательство АСТ», 2017
© Carlton Books Limited, 2004



6	Предисловие
8	Обучение камасутре
30	Привлечение партнера
50	Сексуальный контакт
76	Позы для секса
96	Магия секса
114	Приложение: вопросы безопасности и сексуальные проблемы
126	Алфавитный указатель
127	Признание

ПРЕДИСЛОВИЕ

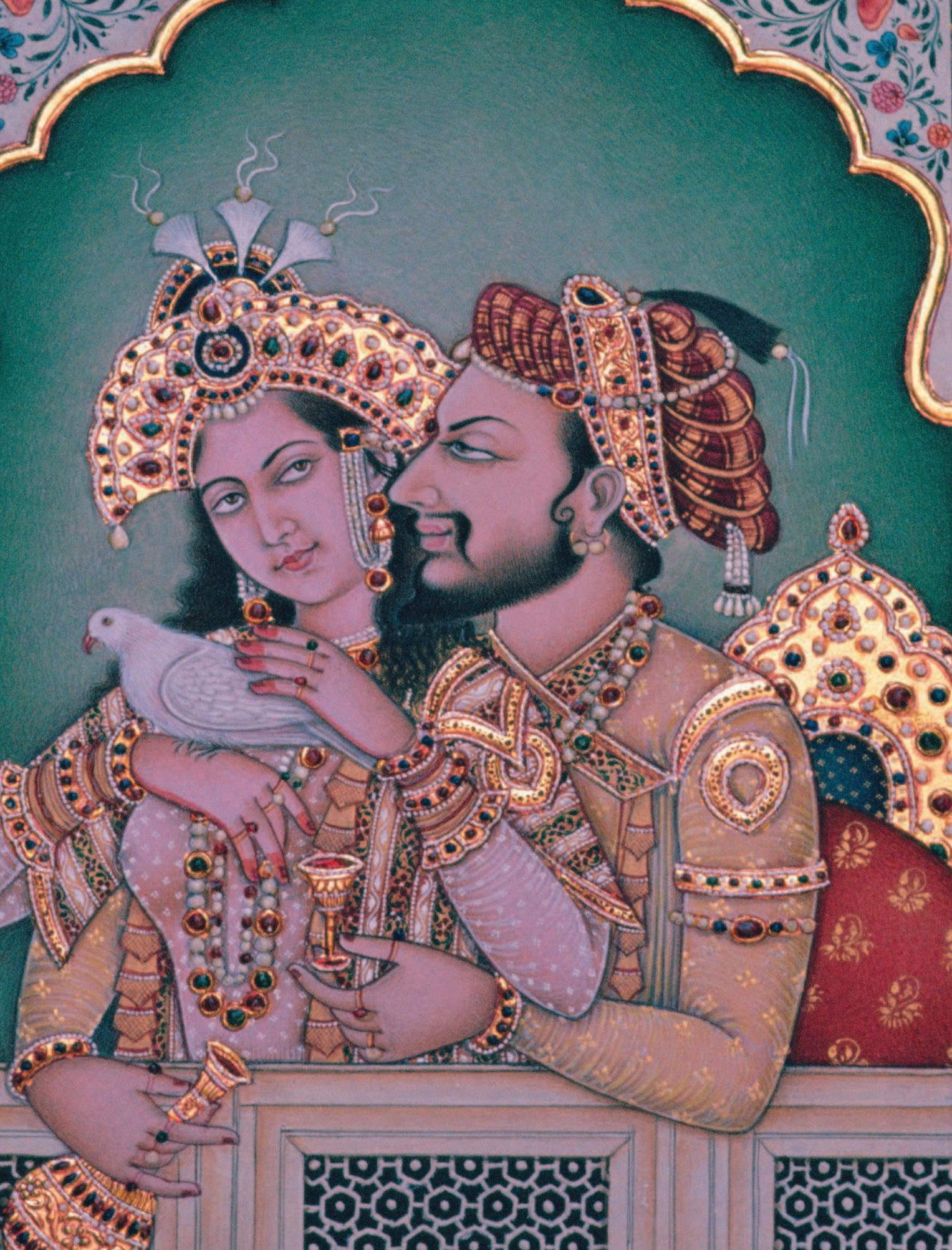
Эта книга, которая стала руководством по тантрической любви и сексу, была написана между 100 и 3300 годами до н.э. индийским философом Ватьсяяна. камасутра призывала последователей овладеть своими сексуальными импульсами, стать экспертами в искусстве любви. Покоряя свою сексуальность и не позволяя гормональному порыву доминировать над своим поведением, вы сможете достичь материального, духовного и любовного успеха. Многие древние советы Ватьсяяна актуальны в современном обществе, в частности, и идея того, что физическая вселенная подкрепляется невидимой силой и энергией.

Оригинальная камасутра призывала людей любить и лелеять своих партнеров; и хотя данный факт может показаться сексистским, но женщину всегда желали и ценили. Современная интерпретация камасутры рассматривает половой акт как встречу равных людей, желающих разделить жизненную силу, которая протекает между двумя противоположностями. Чтобы человек стал успешным в любви, он должен овладеть всеми сторонами искусства любви, что выходит далеко за рамки физического. Он должен в полной мере ценить красоту всего того, что его окружает, а также быть знакомым с искусством и музыкой.

Оригинальный текст камасутры повествует о шестидесяти четырех искусствах. Точно так же, как сегодня естественным является умение мужчины и женщины общаться по эсэмэс или электронной почте, естественной была и компетентность мужчин в широком спектре искусств, чтобы уметь очаровывать своих партнерш. Они владели навыками письма и рисования, живописи и витража, шитья, чтения, написания музыки и песен, чтения поэзии и этикетом. Они также были искусны в столярном деле, азартных играх и боевых искусствах.

Для полного удовлетворения от секса в современном обществе мы можем подчерпнуть знания из законов, изложенных тысячи лет назад. Пара может начать свое путешествие, пробуждая все свои чувства — осязание, вкус, запах, слух и зрение. И мужчина, и женщина могут наслаждаться окружающей их красотой.

Эти заботливые действия — важная составляющая великолепного секса. Секс — это не самая важная часть отношений, но неотъемлемая часть целого. По древним обрядам мы можем научиться концентрировать внимание друг на друге, уделять друг другу достаточно времени и пространства, чтобы делиться друг с другом комфортом и доставлять удовольствие. Это все равно, что снова и снова освежать свои отношения в поиске новых идей и изучении своих тел.







*Камасутра — это наслаждение, полученное
посредством пяти чувств: слуха, осязания,
зрения, вкуса и обоняния, и прошедшее через
призму разума и души.*

ОБУЧЕНИЕ КАМАСУТРЕ

Камасутра — это гимн сексуальности во всех ее формах. Для автора Ватсьяна «тело — это сад чувственных наслаждений». Стремление к удовольствиям не есть потакание своим слабостям, а неотъемлемая составляющая гармоничного существования человека. «Удовольствие, — по его словам, — так же необходимо для бытия и здоровья тела, как и еда». Камасутра охватывает все аспекты сексуальных отношений: от выбора, привлечения, обольщения и соблазнения любовника до самого искусства занятий любовью. Мудрец предлагает всеобъемлющие советы. Ничто не остается без внимания: ни роль романтики, ни радость от сексуально возбуждающих смазок и массажей, ни изысканные удовольствия от интимных ласк и прелюдий, оральной и ручной стимуляции, ни позы в сексе, ни советы для поддержания половых отношений. Значительной части его советов уже много веков, но они по-прежнему остаются актуальными.

Во времена Ватсьяна занятие любовью считалось духовным актом. Половой союз бога Шивы, олицетворяющего мужское начало, и богини женственной энергии Шахти послужил зарождению Земли. Поэтому занятия любовью позволяют достичь парам более высокого духовного уровня — более полного состояния единства, чем может достичь каждый человек индивидуально. Это и есть основа Тантры, традиции, созданной под влиянием учений Ватсьяна.

ФОТОГРАФИЯ
СПРАВА
Есть множество
различных поз для
занятий любовью.

ФОТОГРАФИЯ
СНИЗУ СПРАВА
Страстный любовник
поможет вам открыть
для себя новые
области эротической
чувственности
и наилучшие способы
достичь возбуждения.



Ватьсяяна считает всестороннее сексуальное знание жизненно важным для мужчины и женщины. Молодые женщины должны, по его мнению, не только изучить камасутру, прежде чем найти партнера, но и продолжать обращаться к ней долгое время после этого. Камасутра уделяет равное внимание удовольствию обоих партнеров. Этот факт явно противоречит примитивному викторианскому миру, во времена которого был рожден первый переводчик данной работы сэр Ричард Бертон. В те времена, а также и на протяжении многих десятилетий после них, мнение о том, что женщины могут и должны пользоваться сексом, считалось шокирующим. Пары вступали в брак, находясь в полном неведении в вопросах, касающихся секса, и часто нуждались в докторе, который мог бы объяснить им самые элементарные вещи.

До недавних времен за основную сексуальную позу большинства западных пар была принята традиционная «миссионерская поза», в которой мужчина располагается сверху своей партнерши между ее бедрами. Термин «миссионерская поза» был придуман сексуально раскованными туземцами Полинезийских островов и описывал единственную позу, которую знали миссионеры. Хотя сами полинезийцы знали много различных поз для занятий любовью, их излюбленной была та поза, в которой женщина сидела сверху на своем партнере. Описание этой позы и множества других вы найдете на страницах этой книги.



СЕКСУАЛЬНОЕ ТЕЛО

Для достижения полного удовлетворения от занятий любовью необходимо раскрыть всё возможное о своей собственной сексуальной природе и природе своего партнера. «Сексуальное тело» включают в себя не только лишь половые органы, но и другие сексуально возбуждаемые (эрогенные) зоны, такие как грудь и бедра. Сюда относятся также все остальные части тела, включая уши, шею, спину, ноги и руки, стимулирование которых вызывает мощные возбуждающие ощущения. Чтобы получить полный сексуальный опыт, как отметил Ватсяяна, сначала необходимо изучить свое собственное тело, чтобы найти новые чувствительные области и уникальные формы стимулирования и передать эти знания своему партнеру.

*Мужчина
и женщина,
обладавая одинако-
вой природой,
испытывают
одинаковое
наслаждение.*



ФОТОГРАФИИ СНИЗУ И СВЕРХУ

Меняя способы стимуляции и зоны ласк, вы помогаете своему партнеру достигать новых высот экстаза.

ФОТОГРАФИЯ
СПРАВА
Дразнящие прикосновения губ и кончиков пальцев позволяют страсти партнера медленно перерасти в грандиозную кульминацию.



ЖЕНСКИЕ ПОЛОВЫЕ ОРГАНЫ

В камасутре термин йони охватывает все внешние женские половые органы, как вульву, так и влагалище. Женские половые органы сложнее мужских, поэтому партнеру женщины необходимо больше времени и поддержки, чтобы их исследовать и понять, где и как их стимулировать. Однако чтобы женщина смогла научить своего партнера, она сначала сама должна изучить свои половые органы. Некоторые женщины неохотно исследуют свои вульву и влагалище, возможно, из-за чувства вины и стыда. Когда женщина преодолеет эти чувства и станет проще относиться к прикосновениям к самой себе, она сможет более уверенно направлять своего партнера. Лучший способ изучить свое тело, это воспользоваться, по необходимости, зеркалом и поэкспериментировать со своим телом, чтобы понять, какие прикосновения к каким зонам вам более приятны. А затем можно побудить своего партнера к таким же действиям.

Вульва — это область между лобковым холмом (mons pubis) у основания животика и промежностью, между вульвой и анусом проходит полоска мягкой, чувствительной кожи. Вульва покрыта плотными внешними половыми губами (labia majora), между которыми располагаются более тонкие внутренние губы (labia minora). Внутренние губы обхватывают преддверие, влажную, розовую область, которая включает в себя уретру, через которую из тела выходит моча, и отверстие влагалища. Некоторые женщины стесняются своей вульвы, считая эту часть своего тела непривлекательной. Но едва ли мужчины в этом с ними согласятся. На самом деле женскую вульву сравнивают с лепестками цветка. Мультимиллионер Ховард Хьюз назвал свою любовницу «Бутоном Розы» из-за этого сходства с цветком.

Наиболее сексуально чувствительной частью женских половых органов является клитор, расположенный там, где малые половые губы смыкаются в передней части. Кончик клитора обычно покрыт складкой кожи — клиторальным капюшоном. Когда женщина возбуждается, клитор набухает и его кончик пробивается наружу. Этот крошечный орган является частью огромной внутренней структуры. Для некоторых женщин клитор слишком чувствителен для прямых прикосновений, и они могут терпеть только косвенную стимуляцию клиторального капюшона или участка возле него. Все части вульвы очень чувствительны, как внешняя часть, так и само влагалище. К слову, считается, что нижняя внутренняя стенка влагалища у женщин, та ее часть, которая, как правило, получает большую долю стимуляции во время проникновения, не достаточно чувствительная. Для получения оргазма одного полового акта может быть недостаточно, часто необходима еще и ручная стимуляция.

НА ЭТО СТОИТ ОБРАТИТЬ ВНИМАНИЕ В СЕКСЕ

Несмотря на то, что оргазм считается, по своей сути, автоматической реакцией, ему нужно научиться. По мере нарастания сексуального возбуждения необходимо сосредоточиться на своих внутренних ощущениях в определенных зонах, как правило, на гениталиях, чтобы достичь настоящей кульминации. Мужчине это сделать намного проще, так как в его возбужденном члене сосредоточены все сексуальные ощущения. А вот у женщины есть множество эрогенных зон — соски, половые губы, клитор, влагалище — все они постоянно конкурируют

за внимание. Это разнообразие эрогенных зон порождает приятные ощущения «по всему телу», поэтому невозможно достичь полного оргазма, пока эти ощущения не сольются в определенной зоне. Некоторые женщины считают клиторальный оргазм самым сильным, в то время как другие полагают, что вагинальный оргазм приносит больше удовлетворения. Какой оргазм является лучшим для вас, вы сможете выяснить только через самопознание. Прекрасным дополнением к этому будет терпеливый любовник с богатой фантазией.

ЖЕНСКИЕ ЭРОГЕННЫЕ ЗОНЫ

Помимо половых органов, самыми чувствительными зонами женского тела являются грудь, соски и пигментированные зоны вокруг них (ареолы), нижняя часть живота, особенно лобковый холмик, внутренняя часть бедра, промежность и ягодицы. Да практически каждая часть женского тела является потенциальной эрогенной зоной. Например, некоторые женщины сильно возбуждаются от поглаживаний шеи или ушей. Женская кожа нежнее и чувствительнее мужской и, поэтому сильнее реагирует даже на едва ощутимые прикосновения. Партнер женщины может поэкспериментировать с нежными поглаживаниями, круговыми движениями и разной степенью нажима, чтобы понять, какой вид стимуляции больше подходит его избраннице. Мужчина должен тренироваться с ласками, искать подходящие до тех пор, пока не поймет, что наиболее приятно женщине.

