

ПРАВИЛО ЛЮБВИ

ГЛАВА 1

В делах наилучшее быть бережливым.

Бережливым значит копить.

Копить значит быть готовым и сильным.

Быть готовым и сильным значит быть успешным.

Быть успешным значит иметь бесконечные возможности.

Две сотни лет назад, а может и более, китайские даоисты писали откровенные, подобные книги о любви и сексе. Они не отличались ни похотливостью, ни самопоглощением, т. к. рассматривали искусство любить, как фактор необходимый для физического и умственного здоровья мужчин и женщин. Придерживаясь этой философии, они заостряли внимание на технике секса. Все дано для того, чтобы человек совершенствовался в любви. Литература и искусство иллюстрируют технику секса. Муж, который может наслаждаться часто и долго половыми общениями, стоит на более высоком уровне в плане искусства любви, чем просто молодой и красивый мужчина. Для даосских докторов искусство и техника любви является естественной вещью в жизни человека, как пить и есть. Секс существует не только для удовольствия и приятности, но он и полезен и жизнесохраняющий. Для того, чтобы поддерживать в людях умение в любви, сформулированы ряд методов и использованы эротические картины с познавательной и приятновозбуждающей целью для мужчин и женщин. В книге "Эротическое искусство" Филиз и Кронхаузен цитируют поэму, написанную Чан Хэном, в которой говорится, как широкое использование эротических книг-гидов сделали свадебную ночь незабываемой.

Позднее Кронхаузен писали, как эротическое искусство использовали в древнем Китае. "Нам пришлось просмотреть китайскую литературу об эротике, чтобы представить, как они использовали альбомы с картинками. В одной из новелл по эротике династии Мин мы обнаружили, например, описание достижений в любви молодого и одаренного студента Яншена. Он женился на образованной и прекрасной девушке Юцзян, единственная вина которой заключалась в ее глубокой порядочности, она соглашалась на любовные взаимоотношения только в темноте и отказывалась применять любую сексуальную технику, отличающуюся от рутинной. К своему ужасу жених заметил, что невеста никогда не достигала оргазма.

Чтобы исправить это положение, молодой муж решил купить роскошный альбом эротических картин, с помощью которых он надеялся образовать свою жену и изменить ее отношение к любви. Вначале жена, как и предполагалось, полностью отказалась смотреть журнал. Однако в конце концов, она согласилась изучить альбом под руководством мужа. Ее страсть возросла, постепенно она стала мягкой, чувствительной и полностью податливой женщиной."

В настоящем на западе наше внимание привлекают картинки, называемые порнографией, они ничего общего не имеют с таковыми в древнем Китае. Значительные древнекитайские достижения в любви и сексе были также замечены дипломатом ван Гуликом, который написал книгу "Сексуальная жизнь в древнем Китае". В ней он говорит: "По-видимому, умственное отношение (рассматривая сексуальный акт как часть естественного закона природы... он никогда не был связан с чувством греха и моральной вины) вместе с почти полным отсутствием подавления сделали сексуальную жизнь в древнем Китае в целом здоровой, значительно более свободной от патологических, ненормальных и других заблуждений, которыми полны так многие другие древние культуры".

Но не только отношение к сексу в древнем Китае удивило и

заинтересовало Гулика; его также заинтересовала концепция Даоиста о

способах любви. Эта концепция, которую мы называем "дао любви" (путь любви) никогда не была описана аккуратно и в деталях для западных читателей. В основе ее дао представляются разнообразные формы практики, исключая точку зрения Запада на секс и методы секса.

Легко отвергать все, так как Запад долго отвергал акупунктуру, которая сейчас признана, как сильное болеутоляющее средство. Сегодня, веками позже, западные доктора удивлены, в какой манере они пытались и пытаются изучить их секрет. Дао любви также имеет свой собственный секрет для Запада. Ван Гулик так описывает эту теорию: "Теория дао любви имеет годами сформированный фундаментальный принцип китайских сексуальных отношений, удивительный вывод которого заключается в том, что более чем 200 лет назад они широко практиковались в Китае без явного вредного воздействия на потомство и общее здоровье расы". Ван Гулик очевидно пытался быть справедливым. Он настаивал на допущении, что китайцы были устойчивой и долгоживущей расой, несмотря на все их кажущиеся революционными сексуальные методы.

Даже сегодня дао любви кажется революционным. Но с каждым новым открытием западными учеными и сексологами ее правила становятся более приемлимыми. Основной принцип дао-регуляция эякуляций; очень важно удовлетворение женщины и понимание того, что оргазм мужчин и эякуляция необязательны. И эти же вещи становятся важными точками в "Освобожденном движении женщин" и в научных изысканиях Кинси, Мастера, Джонсона и пр.

Так как их теория становится доступной на западе, концепция любви и секса, которые приняты так давно в Китае, совершат вновь еще один свой цикл. Даже когда Гулик писал свою книгу, он сталкивался с тем, что современные исследования начинаются с утверждения, что мастера дао-любви думали так: я обостряю внимание на утверждении состоящим из 5 пунктов (рассматривая с точки зрения удовлетворения женщины), которые обнаружены у И Цин Фана (медицинская книга, X века которая содержит выписки из сотен китайских книг периода Тан и более ранних периодов) и которые согласуются в деталях с учениями других ученых.

5 пунктов, о которых говорит Гулик, появились две тысячи лет тому назад в диалоге между императором Ньюанг Ти и главным консультантом по женской делам Су Ну:

СУ НУ: имеется 5 правил, 5 желаний и 10 определений. Мужчина должен соблюдать эти 5 правил и реагировать соответственно.

1. Ее лицо пылает, ее уши горячи. Это говорит о том, что мысли о любви активны в ее голове. Мужчина может теперь приступить к акту мягко и в дразнящей, разжигательной манере, ударяя поверхностно и ожидая и наблюдая за дальнейшей реакцией.

2. Ее нос покрывает испарина и соски становятся тугие. Это означает, что огонь ее страстей усилился. Это подходящий момент войти глубже на 5 дюймов, но не больше. Здесь нужно подождать, чтобы ее страсть увеличилась, прежде чем идти глубже.

3. Когда ее голос снизится и звучит, как будто ее горло пересохло и охрипло, то это значит, что ее страсть возросла. Глаза ее закрыты, ее язык заострен и она часто и тяжело дышит. Наступила пора вводить и выводить член свободно. Общение сейчас постепенно достигает точки экстаза.

4. Ее вульва обильно смазана и ее огонь страсти почти достиг своего пика и силами-бесконечными силами природы-иначе мы не продержались бы так долго. Это существенный пункт "Даоцэцзина". Дао есть бесконечная сила природы. Философия дао существует для того, чтобы ее упрочить. Человек, практикующий дао, должен искренне и естественно расслабляться для того, чтобы стать частью этой бесконечной силы. Из этой естественной философии благоразумия, сохранения и уступчивости (приспособляемости) развивается дао-любви.

Сам по себе даоизм был всегда интересен для философов. Совсем недавно этой философией заинтересовались ученые и врачи. В 1929 году психиатр Янг написал введение к книге о даоизме, где он также описал свои собственные психиатрические методы, аналогичные китайских задачам и методам.

СХОДСТВО МЕЖДУ ДРЕВНИМ И СОВРЕМЕННЫМ СЕКСОМ.

Как я уже отмечал, древнекитайская практика секса осваивается во многом с практикой, развитой в наши дни. Многие выводы древнекитайской науки о сексе подтверждены современными исследованиями. Например:

1. Мастер и Джонсон-первые ученые, которые одобряли повторяющиеся превращения полового акта, с тем чтобы его продлить и дать возможность женщине получить полное удовлетворение, а мужчина постепенно учится контролировать свою эякуляцию. Это полностью согласуется с учением дао о контроле эякуляции.

2. Эти же авторы рекомендуют "технику сжатия", с тем чтобы помочь мужчинам, страдающим быстрой эякуляцией. Это довольно тонкая техника: во время полового акта мужчина говорит, что он достиг критического уровня, женщина быстро отстраняется и сжимает его член в течение 3-4 сек. В этот момент он теряет критическое состояние эякуляции и может вновь продолжить половой акт.

Отличие древнекитайской теории состоит лишь в том, что мужчина сам себе сжимает член.

3. Эгеин, Мастер и Джонсон впервые утверждают о возможности задержки эякуляции на неопределенный срок: "Многие мужчины научились слерживать или откладывать эякуляцию до тех пор, пока их партнерша не будет

удовлетворена. Удовлетворение женщины может представлять несколько завершенных циклов полового ответа с обязательным требованием поддержания эрекции мужчины на продолжительный период, т. е. предварительная стадия возбуждения члена, обычно быстрый процесс, может быть затянута на неопределенное время, а вторая стадия-введение члена может быть отложена. Нет подходящих физиологических терминов, чтобы объяснить этот акт". В этом дао-любви несколько отличается. Все мужчины, владеющие дао-методом развили в себе способность контролировать эякуляцию и считали это полезным для обоих партнеров.

Самым первым выводом Мастера и Джонсона был вывод о том, что не всякий раз во время полового акта мужчина должен иметь эякуляцию. Это особенно важно для мужчин 50-60 лет. Если мужчина этих лет будет следовать этому совету-он незаменимый партнер. Древнекитайское дао-любви об этом говорит так: "Мужчина должен развить в себе способность задерживать эякуляцию до тех пор, пока его партнерша не будет удовлетворена. Мужчина должен найти и иметь свою собственную частоту эякуляции. И она должна быть не чаще, чем 2-3 раза за 10 союжений.

ПЕРЕСМАТРИВАНИЕ ЭЯКУЛЯЦИИ.

Другие физиологи 17 столетия установили лимитирующий возраст для мужчин 40, а не 50 лет. После 40 лет мужчина должен быть осторожен и не увеличивать

эякуляцию. Древнее дао-любви также предупреждает об этом. Наряду с этим древние даоисты говорят, что оргазм и эякуляция не одно и то же. Меньше эякуляций не означает, что мужчина сексуально слаб, или что он испытывает меньше наслаждения. Называть эякуляцию "максимальным удовольствием" просто вредная привычка. Следующий диалог из древнего дао поможет объяснить вышесказанное.

Цзай Ну (жена)-Общепринято считать, что муж получает максимальное удовольствие от эякуляции. Но занявшись изучение дао, он все меньше и меньше кончает акт эякуляцией. Правда ли что его приятные ощущения тоже снижаются?

Рьен Цзу (муж)-Далеко не так. После эякуляции мужчина устает, в ушах звенит, глаза тяжелые и он долго спит. Ему хочется пить, и его движения инертны и скованы. Во время эякуляции он получает секундное ощущение, но в результате имеет долгие часы усталости. С другой стороны, если мужчина регулирует и снижает свою эякуляцию до абсолютного минимума, его тело усиливается, его ум осветляется, зрение и слух улучшаются. Хотя кажется, что мужчина должен временами лишать себя удовольствия эякуляции, его любовь к его женщине возрастает, так что он никогда не захочет иметь другую женщину. И это действительно самое приятное удовольствие-не так ли?

Люди часто спрашивают меня, что за удовольствие я получаю кончая эякуляцией 1 раз из сотни половых актов? Мой обычный ответ-я естественно никогда не изменю свой тип удовольствия на ваш. Я практиковала 12 лет вашим способом и все эти 12 лет были слишком долгие и потрачены впустую. Если задающий мне вопрос-мужчина, то он не должен сомневаться в моей искренности, так как я выгляжу миролюбивым, счастливым и здоровым и так жажду любви. Если спрашивает женщина, которая с сожалением относится ко мне в начале наших отношений, то моя энергия в любви вскоре разрушит все ее сомнения, смогу ли я наслаждаться сам и удовлетворить ее. В любом случае в течение нескольких часов нашего общения она вдруг откроет, что она практикует любовь совершенно в другой новой манере, и она осознает реально, что никогда прежде так не наслаждалась любовью. В действительности, многие женщины говорили мне, что они узнали, каким эстетическим удовольствием может быть процесс любви.

Каким образом знатоки дао-любви достигают этого? И как я могу наслаждаться любовью таким малым числом извержений? Прежде чем Вы это поймете, я должен рассказать кое-что из своего опыта. Я родился в одной из наиболее романтических провинций Китая, а центр провинции Ханькоу-бесспорно самый красивый город Китая. Марко Поло описывает его как наиболее благородный в мире город (в его книге этот город назван Кингсей). И это очень ценно для человека быть родом из такого прекрасного города. Город-древняя столица наиболее артистичной южной династии Сун. Даже сегодня большая часть китайских писателей и поэтов-выходцы из его окрестностей. В апреле и мае весь город, особенно вокруг озера, находится в благодушно-радостном настроении.

озеро названо Сиху, именем самой красивой женщины в истории Китая, которая родилась на берегу реки в городе за несколько веков до Христа.

А одна из гор вокруг озера названа в честь даоиста Го Сюна, имя которого мы временами упоминаем в этой книге. Много лет своего детства я провел в этом городе около этого прекрасного озера и вот результат-я стал интересоваться прекрасными женщинами, когда мне было 7 лет. Как утверждают все сексологи, человек начинает практиковать любовь с манструбации. Я тоже делал так, когда мне было 12-13 лет, но это не доставило мне удовольствия. По-видимому я был испорчен прекрасной природой-литературой и поэзией. Мне манструбация показалась слишком механической, и в ней нет поэзии. И я решил, что должен быть одним из немногих мужчин, манструбировавших не более 12 раз в жизни. Я удивлялся, почему многие сексологи называют этот скучный монотонный акт-веселящим сексом? И не удивительно, что даоисты ни слова не упоминают о нем.

Настоящая связь с женщиной у меня произошла, когда мне было 18 лет. Это не значит, что не было случая раньше, много времени заняло, как научиться этому. Моя первая связь разочаровала меня, так же как моя первая манструбация. Как я говорил совсем недавно, я эякулировал или манструбировал во влагалище (как я называю это)-в течение 12 лет. И это мне не доставляло большого удовольствия по нескольким причинам. 1. Мужчина непрерывно озабочен своей эякуляцией, 2. Женщина часто обеспокоена-не забеременеть бы, 3. Если она примет таблетку или наденет кольцо, она будет волноваться о побочных эффектах, а если она использует другие средства защиты, она должна думать о том, чтобы вовремя их применить. Каким образом муж и жена могут действительно осуществить и войти в поэтический экстаз со всеми этими заботами в голове?

Теперь сравним это с человеком, который практикует дао. Прежде всего он и его партнерша свободны от всех тревог, упомянутых выше. К тому же они могут иметь любовь где угодно, в любое время, когда того пожелают. Они могут иметь любовь так долго и часто, насколько им позволяет время познать и ощутить тело друг друга, изгибы линий, запах и т. д. Это невозможно, когда голова озабочена другим. Однако, если он не практикует метод дао-любви, он подобен гурману, который любит есть свое любимое блюдо непрерывно, но, к сожалению, не может этого делать, т. к. возможности желудка ограничены. Бедные римляне любили поесть так сильно, что делали себя боьными, с тем чтобы опять начать есть-с моей точки зрения здесь нет ни здоровья, ни экономии, ни эстетического удовольствия. Однако те пары, которые практикуют лао-любовь, имеют свое любимое блюдо все время непрерывно. Я сознаю, что ни один из этих пунктов не служит ответом на вопрос-На что похож секс без эякуляции?

На этот вопрос ответить нельзя, также как и на вопрос слепого-Что такое голубой? Все что я могу сделать в ответ, это задать другой вопрос-на что похожа эякуляция? Уверен, что ответом на этот вопрос будут следующие слова-это

снятие напряжения во взрывной момент, подобно выстрелу из ружья, или взрыву смеха.

Если это так, то я могу сказать, что секс без эякуляции-это то же снятие напряжения, но без взрыва. Приятнее мир, а не сила, эстетическая и продолжительная удовлетворяющая нежность, переходящая во что-то большее и более превосходящее себя. Это чувство целостности, а не разобщения-слияние и соучастие, а не исключаящий, частый спазм. Кроме того он избегает слов.

ГАРМОНИЯ ИНЬ И ЯН

Предельное внимание, обращенное на регуляцию эякуляции мужчин в зависимости от возраста и условий здоровья, не просто произвольный пункт, принятый мастерами дао-любви, а является выводом, полученным после 1000-летних тщательных наблюдений о том, что мужская сперма жизненно важная сущность и не следует расточать ее бесконтрольно. Сан Сипо, наиболее знаменитый врач периода 618-960, об этом писал-Когда человек растрчивает свою сперму, он будет болен, а если он не заботясь истощает свою сперму-он умрет. И это есть та основа, которую надо помнить мужчинам.

Однако научившись регулировать эякуляцию, он не только сохраняет себе жизнь, но и очень много выигрывает в ней, кроме всего прочего. Во-первых его партнерша не будет больше разочарована неудовлетворенностью, т. к. он будет более уверен в себе и сможет заниматься любовью так часто как этого захочет его партнерша и он сам. Во-вторых, они могут иметь любовь более часто и более долго согласно сущности-ее инь, его ян. В результате они могут достичь уникальной степени спокойствия ума. Это спокойствие, благодаря постоянной теплой и веселой любви, известно в древнем Китае как гармония инь и ян. В этой книге мы попытаемся показать Вам, как достичь этой гармонии инь и ян, которую мы называем дао-любви (которое в древнем Китае называли - дао ян и инь).

СХОДСТВО МЕЖДУ ДРЕВНЕЙ И СОВРЕМЕННОЙ ТЕОРИЕЙ ГАРМОНИИ И СЧАСТЬЯ.

Около 30 лет назад Рене Спитц, профессор психиатрии в Университете Колорадо, обнаружил, что более 30% детей сирот не выживали в первый год их обделенной любовью казенной жизни, несмотря на очень хорошее питание, уход и медицинское обслуживание. Детский психолог Джоан Пигет отмечает жизненно необходимый факт, что для хорошего и здорового роста детей необходима любовь и привязанность. Такая любовь и близость также жизненно важны и для взрослых мужчин и женщин в равной степени. Это популяризировали позже Мастер и Джонсон в их книге "Приятная связь". Они говорят, что человеческое счастье и хорошее самочувствие недостижимы без постоянной любви и близости между взрослыми мужчиной и женщиной. В этом они схожи с древним учением о гармонии ян и инь, о которой мы будем говорить в этой книге, за исключением

того, что древние лаоисты утверждают о необходимости приобрести мужчине способность регулировать выход спермы.

Этим еще раз подчеркивается возможность для мужчин и женщин неограниченно любить друг друга. Для этого полезно мужчинам, которые считают этот акт трудным, прикасаться к жене с любовью всегда, когда она рядом и на отдыхе.

Почти все мужчины понимают, что когда он устал, то он предпочитает, чтобы к нему не лезли с любовью (это для тех, кто не освоил дао-любви) по двум простым причинам: он боится, что не сможет ее удовлетворить, и он просто хочет отправиться спать невозбужденным. Однако, когда мужчина изучил, как регулировать эякуляцию, он больше ничего не боится и даже, когда он хочет спать, он может наслаждаться прикосновением и заботой и уснуть. Он может заниматься любовью немного (когда Вы изучили и освоили дао, любовь для Вас не является больше напряженной и изматывающей). И сейчас каждая женщина с опытом чувствует, как ей не хватает любви мужчины. Без преувеличения скажем, что неудовлетворенность привела многих женщин к лесбиянству, многие женщины обратили свою привязанность на любимое животное, которое, как правило, отвечает теплотой на прикосновение. Часто женщины признаются, что они обращаются к своему собственному полу, т. к. они чувствуют, что только другие женщины могут понять их глубокую потребность в ласке. Это не всегда правда, конечно, т. к. по своей природе мужчины нуждаются в ласке также сильно, как и женщины. Но проблема в том, что большинство мужчин не знают, как действовать в соответствующей обстановке. Чтобы объяснить эту ситуацию, мы приводим интересный пример с мужчиной по имени Леотод.

Когда человек изучит дао, то он непрерывно наслаждается любовными ласками, т. к. между этими ласками и совершением любви есть тесная связь. Но муж до конца это не осознает, пока не изучит дао; знатоки дао не только получают больше жизнерадостности, но и оба партнера много выигрывают от любви. Мы это объясним через некоторое время.

ВНУТРЕННИЙ И ВНЕШНИЙ ЭЛЕКСИР

Научившись расслабляться и находиться в гармонии с окружением, даоисты обычно делают свою жизнь очень радостной. В результате жизнь становится долго активной и здоровой. Так как в течение тысяч лет было много даоистов, то не удивительно, что имеется так много различных подходов к долголетию.

Но в основном есть 2 разные школы: школа, которая пропагандирует внешний эликсир, и школа, которая пропагандирует внутренний эликсир. Сторонники внешнего эликсира, алхимики, всегда находятся в поисках более чистых ядов (таблеток), которые могут привести их к аморальности. Сторонники внутреннего эликсира более реалистичны и более благоразумны, они верят, что спасение заключено в них самих, и этого достаточно, чтобы продлить жизнь. Убедительным примером может служить Сан Сумо, который жил более ста лет

(581-682) и был верным сторонником внутреннего эликсира и избегал всякие лекарства, даже если все натуральные методы не помогали.

Мы не будем вдаваться в подробности внешнего эликсира, который имеет дело с очищением объединений и металлов в золотых таблетках. Более пристально рассмотрим сторонников внутреннего эликсира, большую часть которых составляют даоисты. Сторонники внутреннего эликсира главным образом имеют дело с умом. Например, только сознанием мы достигаем контролирования эякуляций и только сознанием мы учимся правильно дышать. Но, конечно, не только умом. Самое главное чего стараются достичь сторонники внутреннего эликсира - это, по возможности, достичь более совершенной координации души и тела. Они достигают этого через регулярные упражнения.

Другой важной чертой сторонников внутреннего эликсира служит то, что они стараются сохранить и спасти многие достижения ученых, но персонально я-нет. Заглядывая в прошлое, вижу как они делают одну за другой смехотворные вещи, чтобы казаться сенсационными. Сейчас мы обсуждаем сперму мужчины, но совсем недавно мы обсуждали как сохранить пот. Много лет врачи доказывали пользу упражнений до пота, тогда как в книге Морехауза говорится о противоположном, он, по-видимому, первый, кто сказал, что пот нужно сохранять. Он по-видимому считает, что когда человек потеет, то он делает слишком трудные упражнения. А даоисты говорят, что обильное потоотделение, это первый признак того, что человек не научился расслабляться достаточно. Мы не будем обсуждать это долго, отошлем Вас к книге Джозефа Нидхэма "Внушение и внутренние микробиогены".

ГЛАВА 2

ПОНИМАНИЕ ДАО-Любви

Ни медицина, ни пища, ни духовное спасение
не могут продлить человеку жизнь, если он
не понимает и не практикует дао-любви

Пэн Цзу

ТРИ ОСНОВНЫХ КОНЦЕПЦИИ ДАО

Существуют три основные концепции дао, которые отличают его от других форм секса. Нужно понять их хорошо, прежде чем овладеть им. (Более полное обсуждение этих концепций будет дальше).

Первая концепция заключается в том, что мужчина должен научиться определять свой интервал между эякуляциями соответственно своему возрасту и здоровью. Это должно усилить его так, что он сможет заниматься любовью всегда, когда захочет он и его партнерша, и продолжать так долго, чтобы удовлетворить полностью партнершу.

Вторая концепция включает революцию в умах на западе о сексе. Древние китайцы считали, что контролируемая эякуляция не является самым эстетическим моментом для мужчин. Узнав об этом, он должен найти более радостный и приятный момент в сексе. Наиболее легким для него оказалось контролировать выход спермы.

Третья концепция очень важна в другом плане-это важность удовлетворения женщины. Об этом опубликовано в работах Кисели и других прогрессивных исследователей секса.

Эти три концепции-реальная основа древнекитайской концепции любви. Они не только обучают мужчин и женщин практике любви так долго и часто, как им хочется, но они отдают древнему Китаю сексуальную свободу и естественность, которые процветают так долго, как долго существует даоизм.

Даоисты утверждают, что сексуальная гармония основана на связи с неограниченными силами природы, которые, как они полагают, имеют сексуальный подтекст. Земля, например, женщина, или инь-элемент, небо-мужчина, или ян-элемент. Существует взаимодействие между ними, которое составляет целое. Со временем союз мужа и жены также составляет целое, и оба очень важны в этом союзе.

РОЛЬ ЖЕНЩИНЫ

С самого начала женщина играет важную роль в философии дао-любви. Они выступали, как учителя метода дао-любви и как советники императора. Гораздо позже в истории Китая роль женщины была сведена к ординарной роли. И ее важность отмечена только в текстах о дао-любви, некоторые из которых все еще важны для нас. Многие из них написаны в форме диалога. Среди них имеется диалог императора Хуанди с его советницей Су Ню. Как мы видели в диалогах, изложенных выше, их язык описательный и очаровательный. Интересная черта древних китайцев: в отношении этого они никогда не используют тех уничтожительных терминов, какими мы пользуемся каждый день. Их открытое и

непривычное отношение к сексу делает невозможным для них думать о терминах секса, как о плохих словах.

ВАЖНОСТЬ ЛЮБВИ

Насколько важна была любовь для жрецов китайцев можно видеть из диалога с Су Нью.

Император-Я расстроен и обеспокоен. Мне грустно, и я полон страха.

Что мне делать?

Су Нью-Вся слабость мужчин-из-за неправильного пути в любви. Женщина сильнее в сексе и строении, как вода сильнее огня. Те, кто знает дао-любви, подобны хорошему повару, который знает как смешать 5 различных предметов чтобы получить вкусное блюдо. Те, кто знает дао-любви и гармонию Ян и Инь, способны смешать 5 наслаждений в глубокое приятное ощущение; те, кто не знает дао любви, умрет раньше времени, так и не узнав всей прелести любви. Именно этого Вы не должны делать господин.

По окончании диалога Хуанди решил проверить этот совет. Он обратился к другому советчику-женщине (у него их 4, и только один мужчина). Хуанди-Сюань Нью научила меня, как достичь гармонии Инь и Ян. Теперь я желаю услышать, что Вы скажете об этом предмете в подтверждение того, что я изучил. Сюань Нью-В нашем универсальном мире вся жизнь создана через гармонию Инь и Ян. Когда Ян в гармонии с Инь, все его проблемы разрешены, а когда Инь находится в гармонии с Ян, все препятствия с ее пути сметены. Инь и Ян должны постоянно помогать друг другу. И таким образом мужчина будет тверд и силен. Женщина тогда будет готова принять его в себя. Двое таким образом будут находиться в связи и их тайна будет питать их.

КАК НАБЛЮДАТЬ УДОВЛЕТВОРЕНИЕ ЖЕНЩИНЫ

Хуанди-Каким образом мужчина может видеть желание женщины и ее удовлетворение?

Су Нью-Существует 10 признаков. Человек должен наблюдать и знать, как ему поступать в этих случаях.

1. Ее руки поддерживают его спину и нижняя часть тела движется.

Высунув язык, онализывает его, пытаясь возбудить. Это означает, что она очень возбуждена.

2. Ее ароматное тело вяло и все ее члены распрямлены и не двигаются, она дышит тяжело через нос. Это означает, что она хочет, чтобы он повторял движения-толчки.

3. Она ладошками играет с его членом и поворачивает его вокруг. Это означает, что она очень хочет, голодна.
4. Ее глаза и брови трепещут и ее голос издает гортанные звуки и игривые слова. Это означает, что она очень возбуждена.
5. Она руками поддерживает свои ноги и открывает щель шире. Это означает, что она получает большое удовольствие.
6. Ее язык чуть высунут как в полусне или в полуопьянении. Это означает, что ее вульва возбуждена для глубоких и сильных толчков, и она хочет, чтобы они были энергичными.
7. Она напрягает свои ноги и ступни и пытается засадить его глубоко в себя, но она не знает точно в каком темпе ей этого хочется. В то же время она мурлычит низким голосом. Это означает, что прилив инь начинается.
8. Неожиданно она получает то, что ждала, и она опускает свою талию слегка. Она слегка вспотеваает и в то же время улыбается. Это означает, что она еще не хочет, чтобы он прекращал, ей еще нужно.
9. Сладкие ощущения наступили и ее приятные ощущения возрастают. Ее прилив Инь наступил, но она держит его крепко. Это означает, что она не совсем удовлетворена.
10. Ее тело горячо и поблескивает от пота. Ее руки и ноги расслаблены. Это означает глубокое удовлетворение.

Судя по такому детальному описанию, не вызывает сомнений, насколько тщательно изучали этот предмет, и, кроме того, по-видимому, присутствовал третий человек, который наблюдал за всеми изменениями реакции женщины в течение всего акта.

В действительности, некоторые положения любви требуют присутствия третьего и от него узнают все детали акта.

НЕПРАВИЛЬНОЕ ПРЕДСТАВЛЕНИЕ О ДАО

В течение многих лет на Западе неправильно воспринимали Дао. Многие западные писатели интерпретировали термины не в том ключе и давали неподходящие названия. Вот некоторые из них.

1. Задержка совокупления. Этот термин придуман впервые на западе несколько сотен лет тому назад. Это ошибочный термин, т. к. он фокусирует внимание слишком узко на одном аспекте дао-любви. Например, из других аспектов он не учитывает советы дао о регулировании интервала испускания в зависимости от возраста, силы и физического состояния мужчины.

2. Воздержание мужчин-этот термин появился в Коммуне Онида, экспериментальном коллективе в Вермонте, США, в середине 19 века. Они описывают методы любви в полном воздержании мужчин, за исключением отдельных случаев, предписанных в этих концепциях. Дао-любви не советует полностью отказываться от испускания, за исключением очень старых и очень больных.

3. Каренца-это очень пассивная форма любви, которую по ошибке связывают с древнекитайским путем любви. На самом деле эта форма любви имеет очень мало общего с дао-любви, которая применяет этот метод для очень старых и очень больных, которым она советует применять более пассивный метод с тем, чтобы они все-таки что-то выигрывали для своего здоровья от слияния Инь и Ян. Но дао не советует сильным и горячим практиковать этот метод пассивности. Гораздо больше, чем дао, метод пассивности советует задержку испускания. Этот метод пассивности включает ласку, а затем очень тихое и пассивное совокупление без выделения спермы.

4. Мистичность задержки совокупления-этот термин введен дипломатом фон Гулика в Англии в книге "Сексуальная жизнь древнего Китая". Это вероятно единственная книга на западе, обсуждающая дао-любви. К сожалению, Гулик не понял предмета, он откровенно написал об этом в предисловии к своей книге и поэтому ввел термин " мистицизм задержки совокупления". Он дальше объясняет, что совершенно не понял материала, но что он просто собиратель информации и его долг передать эту редкую и ценную информацию, которую он собрал.

5. Имсак или Иомак. Это то, о чем мы знаем мало. Кажется есть что-то общего с дао-любви. Согласно Ричарду Буртону, Ананга Раджа, который перевел это понятие так: "Этот метод упоминается в арабской медицине и он означает "держат" или "задерживать". Кроме этого короткого описания, мы можем мало что сказать, т. к. нет книг, описывающих этот метод. Согласно биографии Али Кана, он практиковал секретный метод имсак. Этот метод применялся много веков назад на востоке. (Арабы захватили часть востока и удерживали ее столетиями, начиная с УШ века и, по-видимому, они могли воспринять этот метод. Или что тоже возможно, они могли прямо узнать его от китайцев в этот же период). Путем практикования имсак Али Кан был в состоянии постоянно контролировать себя, и независимо от того, как часто он занимался любовью, он испускал сперму 2 раза в неделю.

Этот метод содержит элементы, которые либо исходят, либо аналогичны дао-любви. Но это не одно и то же. В прошлом западная манера интерпретации мешала правильному восприятию дао-любви. Концепции даоистов слишком странны для понимания. В течение последних 20 лет, однако, внимание к сексу и любви на западе значительно возросло.

Сегодня мы можем сравнительно легко воспринять концепции Фрейда о том, что душевное удовлетворение тесно связано с сексуальной удовлетворенностью, и не было бы неврозом без сексуальных конфликтов-эта идея провозглашена впервые много тысячелетий тому назад учениями дао-любви. Теперь наступило время объяснить философию древнего даоизма.

ГЛАВА 3

КОНТРОЛИРОВАНИЕ ЭЯКУЛЯЦИИ

Мужчина принадлежит Яну

Его особенность легко возбуждаться

Но он также легко остывает

Женщина принадлежит Иню

Ее особенность-медленно возбуждаться

И также медленно насыщаться

У Сянь

В схеме даоизма мужчина обладает силой ян и 8 атрибутами мужества. Он более непостоянен, более активен и более быстр, чем женщина, которая обладает всеми атрибутами Инь, женской силой. Она более сильна, ее движения тихие-но, несомненно, она более сильнее. Обычную аналогию проводят в древних писаниях, сравним относительную силу мужчин и женщин с огнем и водой. Огонь принадлежит Яну, и хотя он быстро воспламеняется, его побеждает вода. Даоисты говорят, что силы действуют во взаимно дополняющих парах. Огонь и вода, небо и земля, солнце и луна, вдох и выдох, отталкивать и притягивать и т. д. , и что каждая из этих контрастных сил принадлежит сексуальной силе Инь или Ян. Инь и Ян хоть и отдельные силы, однако реальная часть одной единицы и, кроме того, нужны друг другу. Учителя дао используют эти аналогии, когда объясняют физику секса. У Сянь (учитель дао в династии Сянь-206-219 г. до н. э.), процитированный в начале главы ничего общего не имел с сотнями исследователей, описывающих секс, как силовой акт. У Сянь описывает секс грациозно эстетично. Они все согласны с тем, что мужчина и женщина имеют разную быстроту возбуждаемости и различную скорость достижения

кульминационного момента, и большинство партнеров сегодня обостряют свое внимание на том, чтобы синхронизировать это время, с тем чтобы подходить друг другу.

О задачах сексуальности человека Ирвинг Сингер говорит-Часто женщины надеются найти мужчину, который будет иметь эякуляцию одновременно с ее оргазмом, и для многих мужчин также важно одновременное выражение эмоционального единства и твердой обоюдной любви. Часто это обуславливает гармонию между партнерами, которые настроены на приятное друг к другу, согласно их потребностям и склонностям. Естественно, один может вкусить послеоргазменное расслабление лучше, если его партнер удовлетворен полностью в одно и то же время с ним.

Даже на западе контроль эякуляции-очень важная часть акта любви. И это же является важнейшей частью дао-любви. Древние даоисты уделяют большое внимание каждой детали контроля эякуляции. Об этом говорит и У Сянь.

1. Для начинающих советуют сильно не возбуждаться.
2. Начинаящий должен начинать с не очень привлекательной женщины, вульва которой не очень упругая. С такой женщиной ему легче научиться управлять собой. Если она некрасива, он не потеряет голову, и если у нее не очень упругая вульва, он не возбуждаться сильно.
3. Начинаящий должен знать, как входить мягким, а выходить твердым.
4. В начале он должен попытаться применить 3 введения мелких и одно глубокое и проделать 81 толчок как 1 комплект.
5. Если он начинает чувствовать, что возбуждается, он должен приостановить движения и вынуть член, оставив 2, 5 см. внутри. Должен подождать пока успокоится, и затем продолжать движения в той же манере: 3 мелких и 1 глубокое.
6. Затем, когда он окрепнет, попытаться 5 мелких и 1 глубокое погружение.
7. Чтобы научиться контролировать эякуляцию мужчина не должен быть нетерпеливым.

Прежде чем продолжать давать наш собственный совет начинающим, посмотрим, что об этом говорит У Сянь. Здесь он дает более детальное объяснение и совет, как начинающий должен понять не только то, что он хочет, но и почему он должен это делать.

1. Действительно, мужчина должен любить партнершу с тем, чтобы получить наибольшее удовлетворение.
2. Начинаящий должен делать движения мягко и медленно, проводя 1 комплект, затем 2, затем 3 по 81 толчку. Затем остановиться, восстанавливая себя. Через несколько минут начать вновь.

3. Для того, чтобы удовлетворить свою партнершу, он должен быть добрым и мягким, с тем чтобы она достигла оргазма быстро. Но если он чувствует, что скоро потеряет контроль над собой, он должен вынуть член и применить метод прижимания или прищелкивания. И, если он успокоится, продолжать движения. Для начала движения должны быть медленными и осторожными.

Наши собственные советы не очень отличаются от приведенных выше. В современном описании и современных терминах они мало отличаются от древнекитайских советов.

Молодые люди, начинающие половую жизнь, должны делать это с женщинами, которые им нравятся. Тонкость в том, что за исключением экспериментов с проститутками, он должен сконцентрироваться на женщине, как на личности, провести некоторое время с ней и поработать хорошенько над ее собственным удовлетворением. Молодой человек, как и мужчина любого возраста-должен избегать проституток, и это особенно важно, когда они приступают к выучиванию контролирования эякуляции.

Имеется однако опасность в том, что женщина может быть слишком опытна. Она может применять метод, который удовлетворяет ее. например, она не удовлетворяется до тех пор, пока мужчина не эякулирует. Многие женщины считают, что если у него нет эякуляции, значит он не возбуждается. Ученые все еще спорят по вопросу: хотят женщины эякуляцию физиологически или психологически? Женщина, которая убеждена, что мужчина должен иметь эякуляцию, пойдет по любому пути, чтобы вызвать ее. Вероятно, она сумеет заставить его иметь эякуляцию достаточно быстро. Не все мужчины могут устоять против ее активного полизывания языком вслед за глубоким и мягким погружением его фаллоса во влагалище. Древние китайцы всегда видели элемент опасности в предварительной игре с членом, особенно для новичков. Если рассматривать это как важную часть предварительных игр-так же как игра с клитором-в результате появится опасность бесконтрольной эякуляции. Кронхаузены сделали интересное открытие в исследовании китайского эротического искусства: Существует относительно немного способов игры с членом, хотя законная часть предварительных игр влечет за собой опасность эякуляции мужчины вне влагалища. Игра с клитором, однако, более часто применяется, т. к. ее считают традиционно утвердившимся способом, получившим оценку сущности Инь-женщины.

НАСТОЯЩЕЕ НАСЛАЖДЕНИЕ ОТ ЛЮБВИ

Настоящая радость от любви-это экстаз души и тела, смешавшихся и объединившихся в поэзии. Однажды найдя идеального партнера, он должен пытаться и делать любовь с ней эстетично и поэтично.

В интервью Мастер однажды сказал, что избегает говорить слово любовь, т. к. оно имеет различное значение в устах различных людей, и он не хочет попасть в ряды семантиков. Я восхищен книгами Мастера и Джонсона, но в этом пункте я с ними совершенно не согласен. Последователи дао-любви чувствовали, что любовь и секс должны быть неразделимы. Любовь без секса-расстройство и нездоровье, потеря сущности Инь и Ян, которое приносит умиротворение и ясность в жизни. с другой стороны, секс без любви-простая биологическая функция, которая не дает нам душевного спокойствия, в котором мы так нуждаемся. в этой книге слово "любовь" так же часто, как и слово секс, в попытке исправить точку зрения на секс и оргазм.

Чистый секс и оргазм может быть радостнымбно с нашей точки зрения он не имеет той эстетической радости, которую действительно ощущаешь при смешивании любви и секса. Например, Есть женщины, которые могут достичь оргазма, просто скрестив ноги и сжав их (и многие из них могут это делать по 12 раз в день). Но действительно ли они достигают глубокого приятного ощущения, делая так? Однажды испытав удовлетворение от любви, женщина редко предпочитает манструбацію. Манструбація-простой секс без теплоты чувств, объединения и гармонии Инь и Ян. Аналогично, если мужчина любит женщину, он не должен делать манструбації. Ничто так не расстраивает и разочаровывает женщину как то, что мужчина беспокоится только о своей эякуляции. Любовь должна быть действительно общением полов. Вместо общения, мягкости и радости секс для многих мужчин просто механические движения, которые ничем не отличаются от манструбації в отсутствии женщины. Результат плачевен для всех. Некоторые мужчины думают, что они удовлетворены. Фактически они никогда не ощущали радости любви и не осознают, что они никогда не достигают гармонии Инь и Ян.

Что же такое в действительности радость любви? Это похоже на чувство радости, которое ощущаешь, сидя в цветущих цветах в горной деревне в мае. Или плывешь по величественным потокам мимо горы Лушань, созерцая мерцающее безграничное озеро Поянху, или слушаешь пение голубых птиц перед величавым Большим каньоном в золотых лучах заходящего солнца после дождя. Нам хочется пожелать молодым людям, чтобы они пытались развивать и осваивать способность делать любовь поэтичной и эстетичной. Однажды испытав такую настоящую любовь, они не согласятся никогда иметь что-то меньшее, и все мелкие и безобразные мысли покинут их навсегда.

Но как начинающему начать? Упражнять, открывая и обостряя все свои чувства и способности прикосновения, пробованием, наблюдением, разговорами, слушанием и ощущениями. И пытаясь использовать их полностью, насколько это

возможно, чтобы дать и получить самому высокое наслаждение. Он должен знать, что женщина не менее мужчины требует духовного восхищения и признания, особенно во время любви. Таким образом он научится не только тому, как делать любовь эстетичной, но и как отвлечь свой ум от подавляющих мыслей об эякуляции.

Некоторые сексологи предполагают преувеличенное безразличие, с тем чтобы задержать эякуляцию. Они советуют думать во время акта о политике и делах, или прервать акт полностью и перекурить. Этот путь хорош для того, чтобы отложить эякуляцию, но он не подходит для достижения экстаза и гармонии с партнершей, которая по всей видимости негодует из-за прекращения акта или отсутствия мыслей и чувств, и резонно. Гораздо более приятно для мужчин думать о ее волосах, бархатистости ее кожи, интригующем запахе и округлостях ее тела, аромате ее влажных губ и языка, и даже влажности губ ее ясного органа. Однако рано или поздно здоровый молодой человек доходит до критического состояния, когда он хочет иметь эякуляцию. Что согласно дао он должен делать?

Для молодых людей между 16 и 18 годами, которые являются наиболее плодотворным возрастом в их жизни, по-видимому, очень трудно контролировать эякуляцию. Но это не совсем так. Имеется несколько способов, которые он может применить, как только он чувствует приближение эякуляции.

МЕТОД ЗАМКА

Наиболее старый и вероятно наилучший и простой метод, которым пользовались древние китайцы. Заключается он в следующем.

1. Метод замка подобен попытке остановить р. Хуанхэ одной рукой.

Нетерпеливому мужчине потребуется более 20 дней, чтобы его выучить. Более терпеливому потребуется времени в 2 раза меньше. Изучив тщательно этот метод за месяц, мужчина сохранит свое драгоценное сокровище.

2. Успех этого метода в его простоте. Например, сделав 3 неглубоких и

1 глубокое погружение и закрыв глаза и рот, он дышит глубоко и мягко через нос, с тем чтобы не перейти на глубокое и частое дыхание. Когда он чувствует, что может потерять контроль, он должен поднять поясницу одним быстрым движением и вынуть свой орган на 1 или более дюймов и оставаться в этом положении без движения. Затем он должен дышать глубоко и диафрагмально и одновременно сжать нижнюю часть брюшины, как он делает, когда хочет в туалет,

но нет возможности осуществить это. Думая о важности сохранения его сущности (спермы), и что ее нельзя терять беспорядочно, дыша глубокобон вскоре успокоится. Затем можно снова продолжать акт вновь.

3. Основное-нужно помнить, что он должен отступать, как только он почувствовал, что начал возбуждаться. Если он начнет отступать, когда он очень возбужден, и попытается вернуть силой сперму назад, то это ему не удастся, вместо этого сперма попадет в мочевой пузырь или почки. В этом случае он будет страдать от нескольких заболеваний либо мочевого пузыря, либо тонкого кишечника, либо опухорли и болей в почках.

4. Итак метод замка превосходен. но его нужно применять как раз перед тем, как начинаешь чувствовать прирост возбуждения. Гораздо лучше сделать это раньше чем позже.

Практикуя этот метод, мужчина может более удобно контролировать свою эякуляцию, не позволяя своему органу даже опасть. Мужчина таким образом сохраняет свою энергию и чувствует себя успокоенным. Он должен иметь женщину через 5000 толчков. Комбинируя метод замка с глубоким диафрагмальным дыханием, он может продолжать бесконечно. После этого удовлетворить 10 женщин за 1 вечер будет совсем нетрудным делом для него.

СОВРЕМЕННЫЙ МЕТОД ЗАМКА

Метод замка У Сяня, описанный в современных терминах, действительно очень прост. Когда человек чувствует, что он становится очень возбужденнымбон просто вынимает свой член на 10-30 сек. Таким путем он избегает опасности эякуляции и теряет только 10-30 % своей эрекции. Затем он может снова восстановиться и продолжить акт. И может делать это так часто, как захочет. По мере накопления опыта он обнаружит, что ему нужно вынимать орган все менее часто и, наконец, ему это будет необходимо делать в редких случаях.

Секрет метода замка состоит в том, чтобы почувствовать момент, когда не сможешь более сдерживать эякуляцию. Мы называем это точкой невозврата. научиться распознавать этот момент жизненно важно-и не только для контролирования эякуляции, но и в тех случаях, когда оба партнера выбирают этот метод в качестве противозачаточного.

ТЕХНИКА СЖИМАНИЯ МАСТЕРА И ДЖОНСОНА

В своей книге "Human Sexual Inadequacy" Мастер и Джонсон предлагают метод сжатия, основное значение которого - помочь начинающим. Для опытных он будет также эффективен, как метод контролирования эякуляции.

Мы говорим "для опытных партнеров" т. к. это более разработанная техника и более трудная для усвоения, чем китайская техника сжатия, которую мы предпочитаем. Как указано было выше, метод Мастера и Джонсона можно применять только в случае, если женщина находится сверху. Мужчина должен сказать ей, когда он начинает возбуждаться. Она быстро снимает себя с пениса и пальцами сжимает кольцо головки на 3-4 сек. Это сжатие снимает остроту эякуляции. Он может потерять 10-30 % эрекции. Женщина должна подождать 50-30 сек. прежде чем снова ввести пенис во влагалище и начать акт. Она должна поступать так несколько раз в течение акта.

Все это очень хорошо для опытных партнеров. Это великолепная тренировка координации движений между партнерами в течение акта. Но для новичков здесь 2 главных препятствия. Во-первых, женщина должна знать, как вновь ввести пенис, часто уже вялый. Это не так просто, как кажется. Если она будет неумело обращаться, он тотчас опадет и состояние эрекции будет потеряно совсем. Во-вторых, не все пары могут позволить себе, чтобы женщина была сверху, т. к. в этом положении достигнув эрекции, мужчина должен поддерживать ее тщательно. Для многих мужчин это сложная проблема.

ДРЕВНЕКИТАЙСКИЙ МЕТОД СЖАТИЯ

В древности китайцы также применяли технику сжатия. Но она гораздо проще, чем у Мастера и Джонсона. Ею можно пользоваться в любой позиции. Сам мужчина исполняет это сжатие. Пользуясь 4 и средним пальцами своей левой руки, он сдавливает в точке между мошонкой и анусом в течение 3-4 сек. Одновременно он делает глубокий вдох. Имеется несколько преимуществ этого метода. Во-первых, мужчина не должен вынимать пенис, во-вторых, не теряется время во время акта. В-третьих, он ничего не должен говорить своей партнерше. Многие мужчины предпочитают эту технику, так как они не должны доверять свои проблемы партнерам.

СОВЕТЫ ДЛЯ ОПЫТНЫХ МУЖЧИН

Пожилому мужчине легче усвоить контролирование эякуляции, чем молодым. Основная проблема для него, это отделаться от мысли, что он должен иметь эякуляцию каждый раз, когда он любит. Избавившись от этой мысли, он обнаружит, что после совсем маленькой тренировки, он легко проведет акт в

течение 20 минут без эякуляции. Хотя ему придется приложить ощутимые усилия, чтобы отбросить мысли о необходимости эякуляции. Вместо того, чтобы останавливаться на мыслях освоения контролирования эякуляции, пожилым нужно искать свои преимущества. Он может, конечно же, делать любовь более часто и дольше. Он обнаружит, что партнерша, получает большее наслаждение. Затем он свободен от назойливых мыслей об эякуляции во время акта, поэтому может обнаружить много приятного для себя-различные женские атрибуты, которые он не замечал ранее в спешке. Он может раскрыть для себя ее специфический запах и вкус ее кожи, запах и вкус ее слюны и натуральность смазки ее влагалища.

ЧАСТОТА ЭЯКУЛЯЦИЙ

С возрастом отношение числа эякуляций к числу любовных связей должно снижаться. Он может иметь любовь по несколько раз в день, но не больше 1 эякуляции в неделю, если ему за 50. Не имеет значения, как давно он занимается любовью, или как силен он физически.

Специалисты дао-любви особенно акцентируют внимание на сохранение спермы и том, что контролирование эякуляции-это путь к долголетию. Даже сейчас многие сексологи придерживаются мнения, что человек может пополнять свою систему бесконечно. Это объяснить можно простым сравнением с донорством. Физиологически оба процесса похожи. Для храбрости донору доказывают, что кровь восстанавливается быстро и полноценно. На практике же они разрешают сдавать кровь не чаще чем 1 раз в несколько месяцев и еще реже, если донор не молод и не силен. Даже с такой предосторожностью многие люди чувствуют потерю сил и усталость, если они часто сдают кровь. Многие мужчины имеют такие же ощущения, если они имеют часто эякуляцию. Поэтому многие мужчины не желают часто иметь любовь. Но если человек научился регулировать эякуляцию, он может разделить 2 процесса-любовь и выход спермы. И тогда он может иметь любовь сколько угодно. Весной человек может иметь эякуляцию раз в 3 дня. Летом и осенью 2 раза в месяц. Зимой нужно поберечь сперму и не иметь эякуляцию вовсе. Небо копит Ян-силу зимой. Человек достигнет долголетия, если он будет придерживаться этого правила. Одна эякуляция зимой в 100 раз вреднее, чем весной.

Сохранение Ян-существа усиливает Ян-силу в человеке и тем самым приближает его к небу. Важно, что мужчина непрерывно питает свою Ян-сущность Инь-сущностью. Вот почему все древние даоисты подчеркивали, как важно иметь часто любовь, но редко-эякуляцию. Чем больше имеешь любви, тем больше выигрываешь для здоровья от слияния гармонии Инь и Ян, и чем меньше эякуляций, тем меньше теряешь от этого выинрыша.

В древней книге приводится следующий диалог между императором Хуанди и его советницей Су Нюй по этому поводу.

Хуанди-Мне хотелось бы услышать, что я выигрываю от нечастых эякуляций?

Су Нюй-Когда человек однажды полюбит без потери спермы, он усиливает свое тело. Два раза-он улучшает свой слух и зрение. Три-все болезни уйдут из него. Четыре-он получит умиротворение души. Пять-его сердце и кровообращение обновятся. Семь-его ягодицы и бедра станут мощными.

Восемь-его кожа станет эластичной, девять-он достигнет долголетия, десять-он будет подобен бессмертному.

подобно многим даоистским текстам этот текст также преувеличен и поэтичен. Никто не ставил целью сделать его литературным. Просто своей преувеличенностью, возвышенностью автор хотел донести свою идею до цели-человек должен сохранять свою сперму контролированием эякуляции.

ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ РАЗЛИЧИЯ

Нет идеальной частоты, общей для всех. Индивидуальности различаются в размере, силе и выдержке. И очень важно найти индивидуальную частоту. Есть, однако, путь определения правильной частоты эякуляции для каждого. Он простой. Если мужчина за 50 почувствовал большую усталость после эякуляции 1 раз в 3 дня, он должен делать раз в неделю. Если и в этом случае он чувствует не прилив сил, а усталость, время между эякуляциями надо увеличить. Он должен знать, что при правильной частоте эякуляций он почувствует подъем в настроении и ощутит счастье после эякуляции. И почувствует себя сильнее, подобно парящему соколу, а не канарейке в клетке. Но он должен помнить, неважно как часто он имеет эякуляцию, он должен пытаться делать любовь каждый день-если возможно-2-3 раза в день. Он должен забыть о старых сказках своей жены, что старому человеку стыдно заниматься любовью. Если бы его доктор не давал ему совет воздерживаться, как бы много они, он и его партнерша выиграли бы от гармонии Инь и Ян.

НЕДОСТАТОЧНОСТЬ ЭЯКУЛЯЦИЙ

Конечно мужчина может зайти далеко и не иметь эякуляций вовсе. И снова это дело общих ощущений. Научившись контролировать эякуляцию, каждый мужчина чувствует некоторый дискомфорт или давление в мошонке. Это ощущение может быть мнимым, и если он имеет эякуляцию в каждые три связи и все еще чувствует себя неуютно, то это действительно мнимое ощущение. с другой стороны, если он имеет любовь 2-3 раза в день в течение недели без эякуляций и чувствует некоторое давление в этой области, то настало время для эякуляции. Очень часто усталость и переутомление могут привести к более редкой эякуляции, а не учащению. Если это случается в течение нескольких недель, он должен попытаться немного увеличить число эякуляций. Никто не должен позволять себе становиться рабом специфической частоты эякуляций и жестко придерживаться ее. Частота также зависит от внешних факторов. Если мужчина напряженно работал неделю, он может меньше хотеть эякуляцию. Если он отдыхает в праздники или отпуск, то он может желать больше эякуляций.

И не стоит волноваться, если вы чувствуете некоторое давление в яичках на ранних стадиях контролирования эякуляции. Многие мужчины пугаются этого и отказываются дальше бороться. Контролирование эякуляции есть мастерство, как и любое другое занятие, и начав заниматься им, становишься профессионалом. Однажды начав заниматься этим, тщательно изучив, тело адаптируется, и это становится самой натуральной вещью в мире.

ПОСПЕШНЫЕ ЭЯКУЛЯЦИИ

Этот термин немного смущает, не так просто его объяснить, но раз он уже есть, то теория дао-любви легко разрешит этот вопрос. Методы замка или сжатия очень полезны в освоении техники контролирования.

Очень много написано и много обсуждали поспешную эякуляцию. Известные исследователи по сексу провели много работы в этой области и предлагают свои стандарты и понятия, кто является и кто не является быстро эякулирующим. Кинси, например, считает, что тот, кто не может держать пенис более 2 мин. во влагалище без оргазма, является быстро эякулирующим. Мастер и Джонсон считают мужчину с быстрой эякуляцией, если он не может ее контролировать достаточное количество времени при внутривлагалищном общении и не может удовлетворить партнершу хотя бы в 50 % случаев их общих связей. Другими словами, если женщина чувствует удовлетворение менее чем в половине случаев их связи, то мужчина считается быстрокончающим. Такие мужчины, однако, были бы желанны в древнем Китае. Для специалиста дао-любви любой

мужчина который не может подождать, пока его партнерша не будет тщательно удовлетворена каждый раз во время акта, должен много над собой работать и многое в себе улучшить. Т. к. термин "быстрая эякуляция" определен неточно, то его нельзя применять неразборчиво. Сегодня почти каждый молодой человек начинает свою половую жизнь очень быстро с неконтролируемой эякуляцией. Он возбужден, без опыта, нет учителя, который помог бы ему советом, особенно, если его партнерша тоже новичок. Для неопытного мужчины, имеющего любовь с молодой девушкой, у которой плотное влагалище, очень трудно контролировать эякуляцию.

ГЛАВА 4

ТЫСЯЧА ЛЮБОВНЫХ ДВИЖЕНИЙ

В своих объяснениях о вариациях, стиле и глубине толчков сошлемся на врача 17 века Ли Тунсюаня, специалиста по дао-любви. В своей книге Тунсюань цзю касается техники толчков в 7 главах из 17 и идентифицирует 6 типов:

1. Сделать контакт и давить вниз, двигаясь вперед и назад, челночным образом, как бы желая разрезать раковину устрицы, таким образом он достигает ощущения сверкающих жемчужин. Это первый тип движений.
2. Ввести член и натягивать его клитором так, как бы пытаешься разрезать камень на доли в поисках драгоценных камней.
3. Сильными ударами действовать на область в направлении клитора, как будто металлическим пестиком измельчая порошок в ступке.
4. Вводя и выводя член и надавливая то на правую, то на левую часть влагалища, как это делает кузнец, заостряя раскаленный железный прут с помощью 5 молотков.
5. Делать короткие и медленные движения внутри влагалища вперед и назад, как делает фермер, готовя свою землю к поздней посадке.
6. Пенис вводят сильно и очень близко прижимают к женскому органу и делают вращательные перемалывающие движения, как будто смешиваются 2 лавины.

Даоисты посвящали много времени изучению стиля и глубины движений, и не только потому что это доставляло им удовольствие, а потому, что без детального

и тщательного понимания этих движений мало выигрываешь от слияния Инь и Ян. Для даоистов совокупление подобно попытке произвести электричество-без тщательного трения не произведешь вспышки. Западные школы пересмотрели теорию даоистов с точки зрения правильности движений. В книге "Идеальный брак" Ван дэ Вельда делается вывод о том, что техника дао-любви пассивна и по своему стилю сравнима со стилем карецца, описанным Строунс, что очень далеко от правды.

Дао не только рекомендует, чтобы различные типы движений применялись энергично и сильно, они также рекомендуют определенное число ударов в идеальном случае любви. Литература древности часто ссылается на то, что для полного удовлетворения женщины необходимо 1000 ударов. Конечно это звучит педантично и тысяча движений может означать скорее тяжкий труд, чем сексуальное удовлетворение для мужчины-который совсем не знаком с методами дао-любви. Однако для тех кто ими владеет это скорее наоборот, это можно проделать за 30 минут в очень медленном стиле. Имеется особенно приятное ощущение у мужчины, который знает, что может дать высокую степень удовлетворения своей партнерше. Сознание того, что он может удовлетворить самую сладострастную женщину, достаточно, чтобы увеличить мужскую уверенность в себе.

Просматривая современных писателей, касающихся вопросов секса, обнаруживаем, что идея 1000 ударов кажется революционной. Например, Давид Рубен в своей популярной книге "Все, что Вы хотите знать о сексе, но не можете узнать" советует-Разумным критерием мужской силы является продолжать половую связь 5-10 мин. в течение этого времени нормальный мужчина может сделать 50-100 ударов. И на следующей странице той же книги-Пища и секс имеют много общего. Первый кусок самый вкусный, первые съеденные ложки наиболее аппетитны. На третье поданный слоеный пирог с земляничной начинкой не так вкусен, как он есть на самом деле. Третье совокупление в течение вечера скорее для записи в мемуарной книге, чем для наслаждения партнеров.

Первый из этих абзацев скорее подходит для мужчин, незнакомых с дао-любви. относительно 2 есть некоторые сомнения. Его вывод, естественно, не подходит для эротически возбужденной женщины и для мужчины знакомым с дао. Если человек освоил дао и действительно обожает свою партнершу, он будет гораздо больше наслаждаться третьей встречей, чем первой. Если мы сравниваем секс с едой, мы должны назвать первое совокупление закуской, однако вкусной и сочной, она только вызывает аппетит к основному блюду. Мужчина владеющий техникой дао-любви обнаруживает, что он хочет 4 и 5 блюдо. Словами древних китайцев, он чувствует так, словно он никогда не имел ее достаточно. И эта истина справедлива для женщин.

1. ВОЗМОЖНОСТИ МУЖЧИНЫ МОГУТ БЫТЬ ГОРАЗДО УВЕЛИЧЕНЫ

Продолжительный акт не только увеличивает приятные ощущения у женщин, но и в равной степени удовлетворяет мужчину. Конечно, продолжительность полового акта, предложенная Эллисом в его книге "Исследования по психологии секса"-час с четвертью-и число ударов, предложенное дао только как пример. Ощущение во время любовных связей не запрограммированы и не механические и их нельзя ограничить временем и количеством движений. Мы не будем советовать Вам брать в руки часы или будильник, как только Вы идете в постель с кем-то. Мы даем примерные типы сексуальной возможности, которые можно достигнуть с помощью дао. Если мужчина тщательно освоил технику дао, он сможет легко продлить половой акт до часа с четвертью и более и иметь 1000 ударов, если он обнаружит, что его партнерша подходит для такого сильного ощущения. Конечно, не все женщины готовы к столь пылкой любви. И не все партнеры так привлекательны друг для друга, чтобы хотелось продолжать акт так долго и с такой интенсивностью. И даже хорошо подобранная сексуальная пара делают такую любовь не каждый день. Любовь наилучшая тогда, когда она легко приспосабливается. Нужно отметить наиважнейший пункт, что освоивший технику дао-любви мужчина никогда не разочарует женщину.

2. ТИПЫ ТОЛЧКОВ

Тип движений в дао очень отличается от стандартных методов запада. В подходящей обстановке и с подходящей партнершей ученики дао могут производить движения с поражающей выдержкой и силой. Когда партнеры искренне любят друг друга и знают интимные подробности тела друг друга, они могут достичь неправдоподобной степени координации. Один акт может длиться долго и может повторяться часто и энергично до тех пор, пока оба партнера не будут полностью удовлетворены. Вот поэтому, чтобы достичь такого эффекта, дао предлагает различные типы движений. Если мужской член движется все время одинаково, то продолжительный акт становится скучным. Но когда мужчина освоил разные типы движений и позиций, то продолжительный акт имеет большой успех и преимущества. И без преувеличения скажем, что чем дольше он делает акт, тем более запоминающимся он будет.

Тун Сюаньцзу дает поэтическое описание того, какими должны быть различные движения, чтобы продлили удовольствие полового акта. Глубоким и мелким, медленным и быстрым, прямым и косым, но ни в коем случае не однообразным, и каждый имеет свой собственный индивидуальный эффект и характеристики. Медленные движения должны быть резкими, как это делает карп, играя с крючком, быстрые движения подобно полету птицы против ветра. Все это должно быть скоординировано и нужно применять каждое движение в подходящий

момент и не действовать всегда упрямо в одном стиле движений из-за своей лени или удобства.

В книге затем описываются в деталях 9 типов движений:

1. Ударять направо и налево подобно храброму воину, пытающемуся разбить ряды врагов.
2. Двигаться вверх-вниз подобно лошади, спешащей через реку.
3. Выныривать и погружаться внутрь подобно морским чайкам, плывущим по волнам.
4. Исползовать глубокие удары и мелкие подразнивающие толчки с переменной скоростью, как воробей клюющий остатки риса в ступе.
5. Делая глубокие и мелкие удары с постоянной последовательностью как огромный камень тонет в море.
6. Заталкивая внутрь медленно, как змея заползает в нору для зимней спячки.
7. Ударяя быстро, как испуганная крыса, убегающая в нору.
8. Застичь, затем ринуться, подобно орлу, ловящего неуловимого зайца.
9. Подняться, затем нырнуть, подобно огромной плывущей лодке, борющейся со штормом.

Все эти движения, выполняемые с различными скоростями, интенсивностью и на разную глубину, прибавят разные оттенки и нюансы приятным ощущениям, которые усилят технику любви. Эти вариации также обеспечат мужчине метод контролирования своей эякуляции, поддерживая пенис в жестком состоянии в течение долгого времени.

3. ГЛУБИНА УДАРОВ

Наряду с типом и стилем ударов дао предлагает свои советы относительно глубины погружения. Мы вновь возвратимся к диалогу между императором Хуанди и его советчицей Су Нюй. Она описывает эротически и живописно глубину влагалища:

Хуанди-При общении мужчина может и не знать, как регулировать свою глубину погружений и тем самым не получить максимальной пользы от общения. Расскажите мне детально об этом.

Су Нюй-Мужчина должен наблюдать чего женщина хочет, и в тоже время дорожить своей спермой, которую он не должен расстрачивать легко. Вначале он должен согреть свои ладони, потирая их друг о друга, иметь твердый пенис и

использовать метод поверхностное волочение или глубокие толчки. Чем дольше он поддерживает движения, тем приятнее его партнерше. Движения должны быть не слишком быстрыми и не слишком медленными. Он также не должен глубоко и несдержанно ударять, чтобы не повредить партнерше. Попытаться сделать несколько ударов на глубине 1 дюйма, а затем несколько энергичных на уровне 2-х. Когда женщина достигает своего максимально приятного ощущения, она бессознательно сжимает губы. Она вспотеваает, дыхание ее учащено, глаза закрыты, лицо горячо. Ее орган открыт широко и выделяет обильный секрет. С этого момента мужчина может отметить, что женщина получает большое удовольствие. Также следует знать, что глубина влагалища соответствует 8 названий:

1 глубина 1 дюйм 2, 5 сантиметра

2 2 5, 0

3 3 7, 5

4 4 10, 0

5 5 12, 5

6 6 15, 0

7 7 17, 5

8 8 20, 0

Хуанди-Что из себя представляет метод 9 поверхностных и 1 глубокого удара?

Су Нью-Это очень просто: 9 поверхностных ударов, а затем 1 глубокий.

Каждый удар должен быть скоординирован с дыханием. Глубина между

поверхностными 1-4 дюйма, глубокими 3-5 дюймов. Ударяя только

поверхностно, партнеры не почувствуют большого наслаждения, а если ударять только очень глубоко, то можно повредить.

4. ПОСЛЕДОВАТЕЛЬНОСТЬ УДАРОВ

9 поверхностных ударов и 1 глубокий-наиболее признанный метод в древнем Китае и одинаково популярен у женщин всех возрастов. С точки зрения дао это наилучшая комбинация, при этом пара получает максимальное наслаждение. Женщины находят его очень приятным. Он чувствует скорее дразнящее чувство, чем удовлетворение. Есть много других последовательностей 3 и 1; 5 и 1 и др. Каждый должен сам подобрать, какая из последовательностей ему и его партнерше больше подходит. Нужно помнить основное-чтобы оба партнера

получили максимальное наслаждение от общения и в тоже время мужчина не терял контроль над эякуляцией.

5. СЕКСУАЛЬНАЯ ГИМНАСТИКА

Читатели, по-видимому, удивлены таким большим вниманиембуделяемым количеству и типу ударов. Но как только они полностью представят, как важно это в технике дао, они смогут понять, как кажущиеся невозможными подвиги оказываются не только возможны, но и относительно легки. Я был очень удивлен, когда впервые прочел знаменитый эротический роман Ю Путуаня. Одна из героинь романа, леди Блоссон, говорит-Вы недооценили меня. Мужчина должен иметь подвижную спину и силу, достаточную для 1-2 тысяч движений, прежде чем я почувствую удовлетворение. Я ей не поверил. Как много любви нужно женщине, чтобы быть удовлетворенной и как человек может выжить, удовлетворив ее желания. Несколькими годами позже, когда я овладел техникой дао, я ответил на два этих вопроса автоматически. Я встречался с женщиной, подобной леди Блоссом, а тысячи ударов стали для меня привычным делом.

Когда Вы говорите о цифрах в любви, это может вызвать протест, считая, что любовь превращается в сексуальную гимнастику. Но все типы гимнастических упражнений становятся очень популярными сейчас. Многие люди сознают, что без регулярных упражнений они старятся.

6. МНОГОСТОРОННИЕ (гибкие) МЕТОДЫ

Рассмотрим несколько тихих, спокойных методов, предложенных великими мастерами, некоторые из них подходят более для пожилых, менее крепких или боьных. Следует отметить, что гибкий метод, основанный на методах Тао, является отдаленным эхом того пассивного и сдержанного (в отношении эякуляции) метода любви, называемого карецца, или мужской воздержанностью, пропагандируемого на западе. Тао родился в 581 году и жил 101 год; он был врачом даоистом с большими достижениями не только в теории дао-любви. Он изобрел прививку. Он показал большую проницательность, когда приписал туберкулез мельчайшим созданиямбпожирающие легкие изнутри. Он разделил опухоли на 5 типов и предложил лечение каждой из них. В 79 лет ему присвоили титул "мудрый человек", после долгих лет жихни его стали называть Королем медицины.

Он считал, что если человек может делать сто актов и не иметь эякуляции, то этот человек должен жить долго. Его теория утверждает, что когда количество мужской спермы уменьшается, то человек заболевает, а как только исчерпана-умрет.

Но, по-видимому, он не был человек догмы. В то время как он высказал мысль о сотне актов, он не допускал мысли, что многие достигнут этого. Он установил стандарт для большинства мужчин-мужчина будет иметь долгую и здоровую жизнь, если он будет иметь 2 эякуляции в месяц или 24 в год. И если в то же время он уделит внимание пище и физическим упражнениям.

Он предлагает еще другой режим: - мужчина 24 лет может иметь 1 эякуляцию каждые 4 дня; 30 лет-8дней; 40-10; 50-20; 60 лет не должен иметь эякуляций, но если он еще силен, то одну в месяц. Он никогда не предлагал, чтобы сильный и здоровый мужчина отказывался от эякуляций и никогда не призывал к мужской воздержанности, как того требует карецца. В своих работах он утверждает: Если мужчина очень силен, то слишком большое сдерживание может быть вредным, и будет страдать от угрей и нарывов, если долго не имеет эякуляцию.

Единственное исключение делается для людей высокодуховных. Когда оба партнера так же высокодуховны, как бессмертны, они соединяются глубоко без движений, так что сперва не возбуждаются. В то же время эта пара может представить, что имеется большой красный шар, как яйцо в центре пупка. Они могут делать очень легкие движения. Но если они очень возбуждятся, они должны отступить. За 24 часа эта пара может иметь 12 актов такого типа. Практикую так, они тоже будут жить очень долго. Он никогда не говорил, что не должно быть актов вовсе, выступая против безобразных актов без слияния Инь и Ян.

Пациент: Если человек не достиг 60 лет и хочет иметь связь с женщиной без ощущения гармонии и слияния душ-должен ли он это делать?

Тао-Мужчина и женщина не могут жить друг без друга. Без женщины он угнетен мыслями о ней. Это ослабляет его эмоции, а когда они подавлены, он не может долго жить. Конечно, если ему в действительности не нужна женщина или долго нет потребности в ней, то это очень хорошо, и он будет жить долго. Но такие мужчины редки. Если он пытается подавить естественное желание-иметь эякуляцию, ему трудно сохранить сперму, но потерять ее легко во время сна или с мочой. Или он будет страдать от заболеваний психики. Если он потеряет сперму таким путем, он почувствует себя в 100 раз хуже.

ГЛАВА 5

ПОЗЫ В ЛЮБВИ

Однажды приобретя умение любить в течение 30 минут или иметь более 1 акта с небольшим перерывом, мужчина должен знать, как важно часто менять позы любви. Это очень важно, так как однажды потеряв одну из своих привлекательных сторон в любви из-за своей бездумности, партнеры больше не могут выносить, воспринимать друг друга. Слияние Инь и Ян должно быть радостным и поддерживаться в этом духе с целью иметь хорошее здоровье, долголетие и внутреннюю гармонию.

1. Четыре основные позы и двадцать шесть вариаций.

1-близкий союз

2-рог единорога

3-интимное приближение

4-веселая рыбка Вариации первой позы:

- тутовый шелкопряд прядет кокон.

Женщина обеими руками обхватывает шею партнера и переплетает ноги вдоль его спины.

- поворачивающийся дракон.

Левой рукой мужчина забрасывает ноги женщины вверх и назад, по бокам, ближе к спине, а правой вставляет член.

- любовь ласточек

Мужчина плашмя лежит на женщине. Он держит ее за щею, она сжимает его поясницу.

- союз пегих зимородков

Женщина лежит навзничь и расслабляет ноги. Мужчина стоит на коленях и поддерживает ее спину.

- карликовая сосна

Женщина скрещивает свои ноги вокруг мужчины. Оба сидят поддерживая друг друга за поясницы обеими руками.

- летающие чайки

Мужчина стоит у края кровати и держит ноги женщины в то время, как он входит в нее.

- прыжки дикой лошади

Ноги женщины на плечах мужчины. Он может проникнуть в нее глубоко.

- конь в галопе

Женщина лежит навзничь, а мужчина сидит на корточках. Своей левой рукой он держит ее за шею, а правой сжимает ноги.

- лошадиное копыто

Она лежит навзничь. Он кладет одну ее ногу на свое плечо, другая нога свисает свободно.

- феникс инрает в красной пещере

Женщина лежит навзничь и держит своими руками свои ноги в воздухе.

- гигантская птица, парящая над Черным морем

Ноги женщины на руках мужчины у предплечья, а своими руками он поддерживает ее талию.

Вариации второй позы

- пара летающих уток

Мужчина лежит навзничь. Женщина сидит лицом к его ногам

- поющая обезьяна, висящая на дереве

Мужчина присаживается, как будто сидит на стуле. Женщина сидит у него на коленях лицом к нему в позе для туалета, держась обеими руками за него. Он поддерживает ее своей рукой за бедра, а другой рукой опирается на кровать.

- кот и мышь в одной норе

Мужчина лежит на боку, расслабив ноги. Женщина ложится рядом очень близко. Его член в этом положении может войти очень глубоко.

Вариации третьей позы

- две рыбки бок о бок

Лицом к лицу и глубокий поцелуй, мужчина использует одну руку, чтобы поддержать ноги женщины.

Вариации четвертой позы

- слияние оранжевых уток

Женщина лежит на боку и поджимает свои ноги так, чтобы мужчина мог войти сзади.

- летящий белый тигр

Женщина стоит на коленях лицом к кровати. Мужчина стоит сзади нее и обеими руками держит ее за талию.

- черная цикада в ветках

Женщина лежит на животе и разбрасывает свои ноги. Мужчина держится за ее плечи и вводит сзади.

- козел лицом к дереву

Мужчина сидит на стуле. Женщина сидит у него на коленях спиной к нему, он придерживает ее за талию.

- осел поздней весной

Женщина стоит на четвереньках. Мужчина стоит сзади, поддерживая ее за талию.

Вариации не принадлежащие ни к одной позе

- бамбук около алтаря

Оба стоят лицом друг к другу, обнимаются и целуются.

- осенний пес

Мужчина и женщина стоят на четвереньках задними друг к другу, поддерживая друг друга ягодицами. Мужчина наклоняет голову и рукой вводит член.

2. ПОИСКИ СВОЕЙ СОБСТВЕННОЙ ПОЗЫ

Ни одна книга не предложит идеальной позы для любовной пары. Самая лучшая книга может дать хороший пример и идею читателю о том, что он сам должен постоянно искать позу, подходящую для него. Найти подходящую позу для обоих партнеров особенно важно. Мужчине не стоит практиковать различные стиль и тип движений, если ему и его партнерше неудобны предложенные позы. Ошибочно думать, что, если мужчина и женщина в постели, то они автоматически находят подходящую позу для обоих. Очень опытный мужчина и женщина имея впервые любовь друг с другом не смогут сразу подобрать наилучшую позу. Им понадобится по крайней мере 10 столкновений, чтобы почувствовать тела и даже

тогда продолжая они каждый раз будут находить все новые и более приятные позы.

Для древних китайцев такие постоянные поиски превосходной позы сами по себе добавляли пикантность и экстаз в любви.

Причиной тому, что ни одна книга не может дать подходящую позу для индивидуальной пары, является наше несходство в строении тела. Нет двух пар точно похожих по форме, размеру, высоте, весу их тел или по размещению, глубине, ширине их половых органов.

Плохо то, что различные иллюстрированные журналы дают живописные картинки различных любовных поз, и не уделяют внимания тому, как каждая пара должна индивидуально приспособиться, исходя из собственных возможностей и должна проявить в этом деле гибкость и фантазию.

Пытаться повторять эти живописные позы в картинках-значит только ввести себя в смущение и разочарование. Совсем немногие пары могут скопировать иллюстрации из книг. Забудьте о книгах, ищите свои собственные позы с помощью собственного эксперимента. В лучшем случае книга может послужить стартовой точкой.

Сейчас дадим 4 основные позиции и советы, как обнаружить собственные вариации.

1-мужчина сверху

2-женщина сверху

3-мужчина и женщина лицом друг к другу на боку

4-мужчина входит сзади. Этим путем совокупляется большинство

животных. Для людей эта поза очень удобна в положениях, когда оба на левом или на правом боках, либо мужчина лежит на женщине, она лежит на животе.

Эти положения имеют бесчисленное число вариаций. Одна может быть полезна, когда мужчина на голову выше женщины, другая когда пары одинакового роста. Другие различия возникают я когда пары одинакового роста. Другие различия возникают из-за того, что у некоторых женщин отверстие влагалища расположено больше спереди чем у других. В действительности исходя из физических различий, число поз неограничено.

Например только из первой позы вытекают следующие:

1-1-мужчина опирается на ладони

1-2-мужчина опирается на локти

1-3-мужчина может использовать руки и кисти для поддержания нижней

части бедер партнерши

1-4-он держит ее за середину бедер

1-5-он поддерживает ее за талию

1-6-он держит ее за грудную клетку

1-7-он держит ее за плечи-его левая рука сбоку на ее правом плече, а правая рука-вперед на ее левом плече

1-8-он опирается на локти, а руками обнимает ее за спину и плечи с тем, чтобы был более тесный контакт тел от головы до пят. Это интересный вариант, если партнеры одинакового роста. Всякий раз, когда он делает движение, он, взяв ее за плечи сзади, притягивает ее к себе и как бы сам притягивается к ней. Эта поза наиболее приятна в достижении экстаза, так как здесь участвуют в акте не только половые органы, но и все их тела. Имеются вариации и этой позы, в зависимости от положения ног женщины: либо ноги вместе, либо врозь; либо скрещены у него за спиной, либо скрещены у него за бедрами и т. д.

1-9-он держит ее близко к себе

1-10-он от нее на расстоянии вытянутых рук и использует для акта только движения бедер

1-11-ее ноги тесно сжаты и прямы

1-12-ее ноги широко раскинуты, - это хорошо подходит для женщин с относительно глубоким влагалищем и для мужчин со средним размером члена

1-13-он держит ее ноги на своих плечах. Эта поза наиболее глубокого погружения и может максимально возбудить некоторых женщин. Некоторые выдерживают только несколько движений члена в этой позе, другие и вовсе ни одного движения, если у них очень короткое влагалище, и в этой позе их очень травмируют. Для мужчин это очень приятная поза, так как они получают очень много приятных ощущений при соприкосновении головки члена с мягкой тканью матеи или каждом движении.

Прочитав эти советы, идите своим путем, ищите свои собственные позы.

ПЕРЕМЕНА ПОЗЫ

Несколько слов о ловкости. Когда мужчина становится специалистом в продолжительных любовных действиях, он должен научиться, не меняя и не прерывая темпа связи менять одну позу на другую. Например, находясь сверху он захочет наклонившись в сторону перенести себя и нижнюю часть тела в положение на боку лицом к лицу. И снова эта поза с неограниченным числом

вариаций. Особенно интересной является следующая. Мужчина держит женщину за правое бедро в точке ниже линии талии и подтягивает ее, используя эту точку как опору для момента движения. В это же время ее правая нога лежит в покое на его левой руке. Имея немного оригинальности вы можете получить отсюда любое количество вариаций этой позы. Например, меняя способы поддержания друг друга или меняя расстояние расположения друг относительно друга или в зависимости от расположения ног женщины.

ЖЕНЩИНА СВЕРХУ

Из положения на боку мужчина должен быстрым, плавным перекачиванием перейти в положение она сверху. Это можно легко сделать на широкой кровати, на полу, на широком матрасе, но ловкие пары могут это проделать и на меньшем пространстве. Это имеет смысл практиковать из-за следующего преимущества. Стеснительная или малоопытная женщина может сопротивляться начать акт в положении она сверху, и используя быстрый переворачивающий метод, он легко введет ее в это положение без застенчивости. Когда она обнаружит себя наверху-поймет, что так ей нравится больше. Кроме того имеется значительная физиологическая причина тому-некоторые женщины никогда не достигают оргазма в любой другой позе. В позе сверху она более активна и сама может выбрать более возбуждающий способ и угол направления движений. Ранее не имеющие оргазма женщины, как известно, имели его впервые в этом положении.

ПРЕИМУЩЕСТВО ПОЗЫ ЖЕНЩИНА СВЕРХУ

Эта поза имеет ряд преимуществ и для пожилых и менее энергичных мужчин в паре с молодыми и храбрыми партнершами. Из любой вариации этой позы женщина удовлетворяется почти всеми видами движений. Мужчина может расслабиться и наслаждаться. Кроме того, многие мужчины могут контролировать эякуляцию гораздо дольше в этой позе.

Во время переворачивания он не должен вынимать пенис. Это особенно хорошо для мужчины, у которого исчезает эрекция, как только его пенис не чувствует тепла влагалища или при условии прерывания движений.

ВАРИАЦИИ ПОЗЫ ЖЕНЩИНА СВЕРХУ

Существует мнения, что в позе сверху она садится на мужчину так, как будто едет на лошади. Это конечно одна из вариаций, которая может доставить удовольствие. Другая поза-она лежит на нем вдоль и целует его губы, ноги либо широко раскинуты, либо тесно сжаты. Это удобная поза, в которую переходят из положения, когда она стоит все время на коленях. Она двигается в медленном темпе, тогда как ее живот и грудь в тесном контакте с мужчиной. Либо она делает быстрые короткие движения, как рыба, пойманная в сеть. Многие женщины находят эти движения эротическими, откровенно говоря, это еще не движения на самом деле, ткт как пенис и влагалище находятся в тесном, глубоком, постоянном

контакте. Еще одно преимущество этой позы в том, что он может руками оценить прелесть ее очаровательных бедер, если они у нее есть. И он должен более выразительно проявить свое расположение. Из этой позы женщина может повернуться вокруг, лицом к его ногам и начать другие возбуждающие вариации движений.

Возникают иногда проблемы с этой позой, если выход влагалища женщины расположен слишком далеко назад, или он слишком велик, или она неопытна, либо она недостаточно оживлена и активна, находясь сверху. В любом случае он может ей помочь встречными движениями на полпути или руками держа ее за плечи, поднимает и опускает ее с целью подбодрить начать движения. Также хорошо, если он положит свои руки ей на бедра, либо повыше около талии в зависимости от удобства для мужчины поднимать и опускать ее.

ВХОД СЗАДИ

Эту позу не надо путать со входом в анальное отверстие, которую наш метод не рекомендует из-за гигиенических причин.

Четвертая поза имеет столько же вариаций, сколько первые три, основные:

4-1-он и она на боку в кровати

4-2-мужчина лежит на спине женщины

4-3-она на коленях на кровати, он стоит на полу

4-4-он и она стоит на стуле

4-5-она опирается на любую поддерживающую поверхность, это может быть кусок мебели или стена, а он входит из положения стоя

Трудность этих 5 вариаций в том, что если женщина привыкла к оргазму через раздражение клитора, то необходимо ей самой или партнеру пальцами раздражать клитор, чтобы довести ее до оргазма.

ЭКСПЕРИМЕНТ-ЭТО ПУТЬ К ПОЗНАНИЮ

Секрет успешной любви лежит в индивидуальности пары и в их неиссякаемом желании экспериментировать. Не отвергайте сразу новые идеи, предложенные вашим партнером. Любовь в одной и той же позе и манере похожа на обеды из хлеба и молока каждый день. Скоро очень устаешь от такой простой неоригинальной диеты. Без преувеличения скажем, что смена позы-это специи любви. Без этих бесконечных вариаций любовь была бы много меньше в своем экстазе.

ГЛАВА 6

ЭРОТИЧЕСКИЕ ПОЦЕЛУИ ДАО-ЛЮБВИ

Существует миф о китайцах и поцелуях. Многие на западе убеждены, что китайцы не целуются. Но они далеки от истины. Китайцы не приветствуют друг друга легким чмоканьем в губы или щечку, как это делают французы или американцы-но вряд ли это назовешь поцелуем в том понимании, о котором идет речь в нашей книге. Есть глубокие различия между мимолетными прикосновениями к щеке и глубоким страстным приглашением к любви с помощью рта, губ и языка без единого слова.

Где и когда зародилась идея о том, что китайцы не целуются, трудно сказать. Даже сексолог Ван де Вельде был в таком же заблуждении. В книге "Идеальное замужество" он пишет-Японцы, китайцы и жители Аннама не целуются в нашем понимании. Вместо свободного контакта ртом у них контакт осуществляется носами с деликатным вдыханием. Если это в какой-либо степени является правдой для японцев и жителей Аннама, то мы точно знаем, китайцы так не целуются. Ван де Вельде мог подчерпнуть свою идею из обычая китайцев обнюхивать своих детей при народе. Они любят так делать. Китайцы очень заботятся о детях и следят, чтобы они имели свой собственный сладкий специфический запах. И может быть это единственный тип поцелуя, который видел Ван де Вильде у китайцев на улицах, ибо китайцы действительно целуются, но считают это действительно интимным действием и редко делают это при народе. По сравнению с западом, где даже самые страстные поцелуи осуществляются в несдержанной манере на улице, китайцы могут казаться более сдержанными. Они относятся к поцелуям серьезно, как к неотъемлемой части сексуального союза.

1. Сущность Инь

Специалист по Тао любви У Сянь вдаётся в большие подробности об эротическом и страстном поцелуе в своей книге "Изменения трех пиков" Эти пики идентифицируют вещества, которые очень важны в гармонии Инь и Ян и во всей метафизической структуре даоизма в целом.

(1) Наивысший пик называется "Пик красного лотоса"(губы)Его излияние "Весенний агат"исходит из двух отверстий под языком женщины. Когда мужчина полизует его своим языком, оно извергается из своих отверстий. Оно прозрачно и очень полезно мужчине.

(2) Следующий "Двойной пик"(грудь) Его выделение "Белый снег" исходит из сосков женщины. Оно белого цвета и сладкого вкуса. Пить его полезно для мужчин и еще более полезно для женщин. Оно усиливает циркуляцию крови

женщины, регулирует ее периоды, расслабляет ее тело и душу, делая ее легкой и счастливой. Оно влияет на выделение жидкости в ее "Цветистом пуле"(рот) и в "Темных воротах"(влагалище). Из всех трех излияний это самое важное. Если женщина никогда не рожала и у нее не было молока, эффект может быть еще лучше.

(3)Наименьший пик назван "Пик пурпурных грибов"или"Пещера белого тигра" или "Темные ворота"(влагалище). Жидкость выделяется сильно, однако ворота "Дворца Инь"почти всегда закрыты. Они открываются только тогда, когда женщине очень приятно до такого состояния, что ее лицо красно и она мурлычит. В этом состоянии из нее выходит ее излияние. В этот момент мужчина должен вынуть свой "агат" на один дюйм, но должен продолжать движения и одновременно целовать ее в губы, либо пить из ее сосков. Это то, что мы называем излияние трех пиков. Те, кто изучил Дао, умеют наблюдать и не позволяют себе быть захлестнутыми своей страстью.

2. ЭРОТИЧЕСКИЕ ПОЦЕЛУИ И СЛОВЕСТНЫЙ СЕКС

Почти все древние книги по дао-любви отмечают, как важен глубокий эротический поцелуй в любви. Он занимает 2 место по своей значимости после самого активного акта любви. В эротическом поцелуе, как сексуальной предигре, мужчина и женщина очень много получают от гармонии Инь и Ян. Чем дольше мужчина и женщина наслаждаются поцелуем тем глубже и чаще должны они быть. И они должны пить жидкость друг друга. Пить агатовую жидкость-слюну-жизненно важно.

Игры с мужскими и женскими органами-игры гениталий-рассматриваются как эффективные пути возбуждения мужчины или женщины. Но нужно быть внимательными и не позволять себе так увлечься игрой, что забыть о контролировании эякуляции. Целуя мужской пенис, женщина должна научиться расслаблять свой рот. Если она напряжена, то не сможет использовать свои губы так, чтобы прикрыть зубы и причинит боль агату вместо ласки. Некоторые женщины любят, когда их клитор пощипывают, мужчинам это нравится реже, гораздо чаще им нравится, Когда пенис игриво слегка ударяют. Игра с клитором не имеет никаких отрицательных сторон и очень признана многими женщинами.

3. ПРЕИМУЩЕСТВА ЭРОТИЧЕСКОГО ПОЦЕЛУЯ

Научиться целовать соответственно все части тела просто, но очень важно. Просто, потому что нет опасности для подавления поцелуев так, как мы поступаем в случае предупреждения преждевременной эякуляции,

преодоления бессилия или отсутствия смазки. Существует единственный барьер-психологический. В голове многих людей поцелуй представляется ритуальным чмоком, они не отличают один поцелуй от другого. Еще несколько слов скажем о различии между глубоким, вдохновляющим, эротическим поцелуем и скучным, антисептическим прижиманием губ. Поцелуй может быть таким, что земля зашатается под ногами, и от такого поцелуя у женщины наступает оргазм, в то время как другой едва заметен. Страстный поцелуй может быть откровением и может быть даже более значительным, чем рутинный половой акт. Кроме того, важно понять как использовать свои губы, язык, рот для обоюдного приятного ощущения и пользы. Как пишет Эллис-Мы имеем на губах высокочувствительную зону между кожей и слизистой мембраной, которая во многих отношениях аналогична вульво-влагалищному входу и подкрепляется более того активными движениями еще более чувствительного языка. Другими словами, на губах и языке мы имеем эротические органы, которые имеют характерные черты и вульвы и фаллоса. Губы не имеют тех ограничивающих действие помех, которыми обладают влагалище и фаллос. Они в большей степени контролируются произвольными мышцами, в то время как наши губы и язык контролируются сознательными мышцами. Это значит, мы можем целоваться так много и долго, как нам хочется, даже когда мы достигаем истощения. Такого же контроля над гениталиями у нас нет. Даже человеку, который овладел методами дао-любви, будет проблемой, как достичь эрекции, после того, как он уже истощен. Мужчина и женщина могут иметь те же трудности в любовном акте, когда они обессилены. Два очень уставших человека могут продолжать любить друг друга с помощью губ и языка даже после того, как их гениталии перестали функционировать.

4. ЦЕЛОВАНИЕ СОСКА

Широко распространено мнение, что целование женских сосков это, как правило, подготовка женщины к акту. Практически это не совсем так, и ответная реакция варьирует в широких пределах в зависимости от женщины. У одних она онемевшая, у других она так чувствительна, что лаская ее, можно довести до оргазма. Как бы то ни было, многим женщинам приятно, когда грудь сосут очень сильно, но есть и такие, которые не любят этого вовсе. Мужчина должен обнаружить это, так как такое сосание очень полезно для них обоих. Конечно, Вытрогаете ее грудь очень нежно и вскоре обнаруживаете, что у многих женщин есть прямая связь между сосками и влагалищем. Стимулированием этих 2 нежных сосков или целованием, либо сосанием или нежным прикосновением вы доставляете женщине много приятных ощущений во влагалище и добиваетесь быстрого его заполнения жидкостью. Но еще есть женщины, у которых нет этой взаимосвязи. Странно, но факт, что размер и красота женской груди не имеют никакого отношения к ее реакции в ответ на поцелуй, лизание и сосание сосков ее груди. Если мужчина терпелив и достаточно опытен, то это кажущиеся отсутствие

взаимосвязи и чувствительности может быть часто возбуждено и активировано в течение нескольких месяцев регулярными нежными сосанием и ласками. Взаимосвязь нервов всегда есть. Она дремлет из-за отсутствия стимулирования.

5. УСОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ ЭРОТИЧЕСКИХ ПОЦЕЛУЕВ

Во-первых все мышцы лица должны быть расслаблены. Эротический поцелую получится лишь при условии полного расслабления мышц рта и языка. Твердый и напряженный язык не только не вызывает сильную чувствительность, но и отталкивает партнершу, вместо того чтобы приблизить. В этом случае поцелуй теряет много своей чувствительности из-за плохого контакта. Запомните, чем меньше свободного пространства имеется в вашем рту, когда вы целуете глубоко, тем более блаженное состояние Вы получаете.

Во-вторых, помните, что эротический поцелуй включает почти все ощущения: прикосновения, вкус, запах и даже слышание. По этой причине Вы должны уделить скрупулезное внимание Вашему физическому состоянию, гигиене здоровья. Дурной запах отвратительно невыносим и это признак того, что у Вас не в порядке рот, синус или пищеварение. Это необходимо тщательно вылечить, вместо того, чтобы попытаться заглушить этот запах с помощью дезодоранта или промывки рта. Обращайте особое внимание своей совершенной чистоте, прежде чем начинать любовь. Пикантный запах от куска пищи может быть непереносим, если ваш партнер не ел той же пищи. Аналогично непьющий или некурящий человек может обнаружить, что запах ликера или сигарет непереносим.

Все это важно, ибо во время глубокого поцелуя партнеры должны пить как можно больше с губ и языка друг друга. Они ощущают на вкус друг друга тоже. Если обменные жидкости неприятны для кого-то, то, вероятно пара не так хорошо подходит друг другу, как они думают и должны искать более симпатичных для них партнеров, ибо без неподавляющей обоюдно приятной жидкости удовлетворяющего эротического поцелуя быть не может, а без этого исчезает объединяющая часть любви. Мы до сих пор не напроминали о зубах, но они тоже играют свою роль в эротическом поцелуе. Время от времени вы пощипываете своего партнера губами и языком, всегда слегка прикасаясь, чтобы не травмировать. Только настоящие мазохисты находят приятное в болевых ощущениях. В действительности наиболее эффективны удары и щипки на ушных раковинах, шее и плечах. Многие мужчины и женщины находят их сильно возбуждающими, особенно во время полового акта.

ГЛАВА 7

ЭВОЛЮЦИЯ И СНИЖЕНИЕ ЦЕННОСТИ ДАО-ЛЮБВИ

1. На первом плане-особое значение удовлетворение женщины. Собственное желание мастеров дао-любви, нисходящее в далекую древность, заключается в том, чтобы удовлетворить ее также хорошо как и его. Еще когда впервые был сформулирован постулат Дао, несколько тысяч лет тому назад, люди это понимали.

Для того чтобы иметь гармонию Инь и Ян, мужчина должен полностью удовлетворить женщину. О том как было обострено внимание на этом, видно из нескольких диалогов между императором и его советниками, которые касались вопроса, как интерпретировать ответные реакции женщины на ласки во время любви.

(1)-если она желает мужчину, он заметит это по извившемуся дыханию

(2)-если она желает, чтобы он вошел, ее ноздри расширены и рот открыт

(3)-если она желает, чтобы пришел поток Инь, ее тело дрожит и она

держит его пенис крепко

(4) Если она созрела, чтобы иметь полное удовлетворениеее тело обильно покрыто пеотом.

(5)Если ее желание тщательно удовлетворено, ее тело вытянуто, глаза закрыты, как в глубоком сне.

Далее приводятся 10 определений ответных движений женщины и предлагается, как поступить мужчине, чтобы сделать ей приятно.

(а)-она держит крепко мужчину в своих объятьях обеими руками-это

значит, что она желает более тесного контакта тел

(б)-она поднимает свои ноги, - это значит она желает, чтобы его

движения были ближе и теснее к клитору

(в)-она распрямляет свой живот, - это значит, что она хочет его

глубоких погружений

(г)-ее бедра двигаются, это значит ей очень приятно

(д)-она использует свои ноги как крючки для притягивания его, - это

значит что она хочет более глубоких погружений

(е)-она скрещивает свои ноги над его спиной, - это значит что она

сильно желает большего

(ж)-она качается из стороны в сторону, значит она желает глубоких движений слева и справа

(з)-она поднимает свое тело, прижимая его к нему, значит ей максимально приятно

(и)-она расслабляет свое тело, значит ее тело и части удовлетворены

(к)-ее влагалище заполнено жидкостью. Поток ее Инь прошел. Мужчина может видеть сам, что она счастлива.

Мастер У Сянь также составил список признаков степени возбуждения женщины.

1-она часто дышит и тяжело и ее голос бесконтрольно дрожит

2-глаза ее закрыты, ноздри широко расширены и она не в состоянии разговаривать

3-он как звезда для нее

4-ее уши краснеют, лицо пылает, но кончик ее языка слегка прохладен

5-руки горячи, живот теплый, и в то же время ее речь становится неразборчивой

6-выражение ее глаз такое, как будто она очарована, ее тело мягко как желе, ее руки и ноги в изнеможении опущены

7-слюна под ее языком и она своим телом прижимает мужчину

8-пульс влагалища становится заметен и ее секреция идет потоком

У Сянь добавляет несколько предостерегающих слов-Все что было сказано выше, доказывает, что она сильно возбуждена. Но мужчина должен контролировать все обстоятельства и получать пользу от связи без преждевременной спешки.

Совсем недавно идея о том, что удовлетворение женщины очень важно стало революционной. В древнем Китае ее основы исходят из философии даоизма. Когда дао-любви было сформировано, китайское общество только перешло от матриархата к патриархату. Положение женщин было такое же как и мужчин. Например 3 из 4 советников императора были женщины. Вероятно поэтому все

ранние тексты дао уделяют большое внимание обоюдной гармонии и равноправию во взаимоотношениях в сексе.

2. ДИНАСТИЯ ХАНЬ

Во время династии Хань это равновесие было нарушено. Мужчина становится более привилегированным политически, социально и сексуально. Вот почему дао-любви известно под названием Дао Инь-дело Инь и Ян. Оригинальная философская концепция Дао любви сведена к простому стилю делания любви. Даже термин Дао Инь стали использовать в другом смысле. Несколько книг были написаны различными авторами, и все названы "Дао Инь". С первого взгляда кажется, что они имеют дело с дао с точки зрения женщины. В действительности они служат лишь мужчинам с одной целью как использовать женщину. Мужская точка зрения стала привалирующей. Женщины способствовали или просто рассматривались как ключи для того, чтобы сделать мужчине приятно. Подобно всему остальному "делание любви" рассматривалось исключительно как польза для мужчин, чтобы польстить тщеславию мужчин, и роль женщины сводилась только к тому, чтобы подчеркнуть превосходство мужчин.

На практике, однако, принципы дао служили испорченному обществу. Авторы книг и мастера дао продолжали настаивать на том, как очень важно удовлетворить женщину. Без желания женщины, имея близость с ней, мужчина не может насладиться любовью. Кронхаузен сделал интересные комментарии по этому поводу в своих исследованиях восточной эротике. Они отметили различие между китайскими и японскими отношениями к роли женщины в любви.

Мы заметили еще одно интересное различие в эротике китайцев и японцев, которое проливает свет на различное отношение к сексу в этих странах, в основе этого различия лежит тот факт, что в китайском эротическом искусстве не найти случая, чтобы мужчина принуждал женщину иметь любовь с ним. В противоположность этому в японском эротическом искусстве женская сдержанность и даже сопротивление сламывается мужской агрессивностью, иногда доходит до простого насилия, а в Китае изнасилования очень редки.

Для китайских даоистов мужчина не получает пользы, если он совершает любовь без гармонии с партнершей. Ни один из манускриптов по Дао-Инь династии Хань не сохранился, но дао мастера 4 века писали-Наилучшие лекарства и питание не помогут вам, если вы не знаете и не верите дао-любви. (Между 13 и 14 столетиями Монголия контролировала Китай в течение 88 лет и запрещала все книги по дао за исключением "Даодэцзина". Вот поэтому мы имеем так мало книг по дао-любви.

Император и его советница в древние времена сравнивали союз мужчины и женщины с огнем и водой. Огонь и вода оба погибают, но могут дать жизнь. Все зависит от того, знают ли они учение дао. Если он знает дао, - то чем больше

женщин он будет любить, - тем лучше для его здоровья. Но если он не знает дао, - достаточно 1, чтобы свести его в могилу.

3. ОТ ДИНАСТИИ СУЙ ДО МИН

В течение третьего периода, который начинается с династии Суй (589-618) и до конца династии Мин (1368-1643) настоящая гармония между мужчиной и женщиной была нарушена полностью. Обоюдная забота, бытовавшая во времена Хуанди, перешла во что-то похожее на суеверие при следующих императорах. Мужчины научились не доверять и бояться женщин. Учение дао само по себе было уничтожено. Мастер дао-любви 16 века Чжун Хоцзу писал-Если мужчина желает питать свою Ян-сущность, он не должен раскрывать женщине все секреты своей техники. Раскрытие равносильно передаче в руки врагу смертельного для вас оружия.

В другом отрывке автор говорит о том вреде, который получается, если мужчина попадает в руки плохой женщине-Не только мужчина может питать свою Ян сущность от женщины. Она также может питать свою Инь сущность от Ян. Королевская мать Востока была именно такой женщиной. Когда она имела любовь с мужчиной, он немедленно после этого становился больным, в то время как она становилась моложе и красивее без пудры и румян. Говорят, что она соблюдала молочную диету и обожала игру на 5 струнной лютне с тем, чтобы содержать сердце и мысли в гармонии. Также говорят, что королевская мать не имела мужа, но обожала иметь любовь с молодыми людьми. Ее жизнь не является хорошим примером, даже занимая столь высокий пост-королевской матери, она не должна была так поступать.

4. СУЕВЕРИЕ И ВАМПИРИЗМ

Несколько суеверных предрассудков появилось несколько лет позже появления метода дао. Лично я никогда не держал в секрете от моей партнерши все тонкости моей техники, и я полагаю так поступали китайцы в древности, ибо оба партнера должны хорошо знать и понимать предмет для того, чтобы добиться наилучшего результата. На этом фоне королевская мать выступает как вампир со всеми присущими чертами. Прожилые дамы страстно желают компании молодых людей и обладают сверхестественной способностью оставаться молодыми, не пользуясь косметическими средствами. Спокойствие королевской матери, несмотря на смерть и разрушение, которые она вызывает, соответствует мифу, общему для всех культур-о женском фатализме.

Вампиризм-термин Запада. В искусстве норвежский художник Мюнх изобразил его и в литографии и маслом.

У него есть несколько картин под названиями "Вампир". Они почти одинаковы. Все они изображают молодую женщину, целующую молодого человека в шею. Создается впечатление, что вампир пьет кровь молодого человека. В течение всей своей жизни Мюнх неохотно сходилась с женщинами, он был убежден, что, любя женщину, он играет со смертью. Его патологическая боязнь еще усилилась после смерти его брата в 1895 г. Он умер молодым через несколько месяцев после свадьбы. Мюнх считал, что его свояченица хорошая женщина, но очень активна и энергична для его брата.

В некотором роде точка зрения на взаимоотношения в сексе у древних китайцев была близка к точке зрения Мюнха. Они также полагали, что секс может быть смертельным для мужчин. Но их поведение в корне отличалось от поведения Мюнха. Вместо отказа от любви и патологического страха древние китайцы разработали метод дао-любви. Теперь иметь любовь с женщиной по дао не вредно, но полезно для обоих партнеров. Теперь, когда человек научился контролировать и приручил дикую реку и запряг ее для служения человечеству, так и мастера дао регулируют действия в сексе для пользы человечества.

5. ЕЩЕ НЕСКОЛЬКО НЕПРАВИЛЬНЫХ ИДЕЙ

Согласно дао не только возраст может быть помехой в любви для женщины - именно ее возраст - но и очень вредно, если ее партнер неопытен и не удовлетворяет ее. Вот почему основной принцип дао-удовлетворения женщины. Однако мы постоянно предостерегаем, что мужчина очень рискует, если женщина постоянно настаивает на том, чтобы он имел эякуляцию. Наиболее важная часть дао-контролирование эякуляции - развита с целью согласования женского удовлетворения с одновременным хорошим самочувствием мужчины.

Мы можем только догадываться о том, как зародилась идея о том, что женщина - наихудший враг мужчине. Это могло прийти из первой книги по дао-любви "Сунюйцин". В своей книге Су Нюй использует термин "враг", когда она говорит о том, что сперму надо беречь. - Когда мужчина смотрит на врага, он должен его представлять, как дорогой изразец или камень, а себя ценить как золото или нефрит. Как только он почувствует, что теряет контроль над спермой, он должен немедленно вынуть член. Процесс любви с женщиной подобен скачущей в галопе лошади. Если мужчина научится сохранять сперму - ему не страшны женщины.

Это наглядное и эффективное предупреждение для молодых людей, но следует выяснить, что имела в виду Су Нюй, когда писала о врагах. Ее желанием было не подтвердить, что все женщины враги, а придать мужчинам храбрости, чтобы суметь сохранить сперму. Для своей цели автор использует различные метафоры и сравнения, такие как лошадь, золото, нефрит, и др. как и враги. Последующие авторы дао-любви ссылаясь на этот отрывок, доказывали свою точку зрения

относительно женщин и исказили первоначальный смысл. Не похоже, чтобы Су Нью была так жестока к своему собственному полу.

Другой неправильной идеей, возникшей со временем вокруг дао и превратившейся в широко распространенное мнение о том, что в 1 ночь нужно иметь женщин как можно больше. Позже многие авторы особенно рекомендовали этот путь любви. Это, по-видимому, исходит из древнекитайской полигамии общества. Если мужчина освоил метод дао и может удовлетворить несколько женщин, то почему бы ему не иметь любовь со всем гаремом в одну ночь. Ни одна из 3 советчиц императора Хуанди не советовала ему иметь несколько женщин за ночь. И, наконец, ни в одном диалоге, дошедшем до нас, нет такого совета. Только один советчик-мужчина делал такое предположение, что можно было бы иметь несколько женщин за ночь, если освоить метод дао-любви. Начиная с династии Суй, положение женщин в Китае стало ухудшаться. Например во время династии Тан 618-906 гг. даоизм, как философия, был очень популярен, а наряду с ним и дао-любви. Сразу после этого периода был введен обычай перевязывать женские ноги. Женщина становится игрушкой для мужчин. В результате учение дао-любви разрушается и становится достоянием тех людей, каждый из которых по-своему интерпретирует первоначальное учение дао: дао связи, связь, метод любви, борьба внутренних миров.

Прежняя идея, исходящая из философии дао о гармонии и взаимовыгодности была утрачена, в основе любви теперь лежит борьба. На основании этого некоторые западные ученики, такие как Ван Гулик, развили элементы вампиризма в учении дао. И понятно почему. Писатели этого периода ввели понятие вампиризм. Это было до тех пор, пока английский ученый Нидхам не занялся ранним даоизмом и не сделал свои выводы с которыми согласился Ван Гулик и после этого изменил свою точку зрения.

6. КАК УЧЕНИЕ ДАО ЛЮБВИ ПОЧТИ ИСЧЕЗЛО

Даоизм и дао любви исходят из раннего периода Суй за исключением раннего периода танской династии. В течение маньчжурской династии Цин учение дао исчезло. Иностранцы-маньчжуры, управляющие страной, боялись независимости духа учения дао. Они подавили его безжалостно. Идея равенства женщин и их полного сексуального удовлетворения была утеряна.

7. ГОДЫ АГОНИИ И РАССТРОЙСТВ

Если мы пожелаем дать новое название нашему собственному времени, то для этого удачно подойдет название-время агонии и расстройств. Уже в академических исследованиях сексологов Мастера и Джонсона и в популярных работах таких писателей как Катя Миле "Политика секса" и Норман Майлер

"Узники секса" мы имеем неприкрытые основные факты, говорящие о сексуальной потребности женщин. Это больше незапрещенный объект для обсуждения. Хавлок Эллис первая предположила на заре нашего века, что не все хорошо в нашей супружеской постели, почти повсюду тема женской неудовлетворенности становится основной в современном учении о сексе.

Кинси первый провел статистические исследования. Он обнаружил, что даже казалось бы счастливые супружеские пары живут очень скудной половой жизнью. Именно Кинси обнаружил, что 2/3 мужчин в США могут иметь половой акт продолжительностью 2 мин. и менее. И Мастер заметил недавно, что у некоторых супружеских пар любовь бывает случайно и редко. Такого типа любовь никогда не удовлетворяет потребности женщин. Должен быть иной путь в любви для удовлетворения женщин. Учение дао легко дает ответ. Мужчина, который освоил учение дао-любви может полностью удовлетворить свою партнершу без ущерба для себя. В главе "Искусство любви" Эллис комментирует учение дао любви, которое она называет "Коитус резерватус" - Чем меньше обид мы приносим женщине, тем большая вероятность иметь половую связь, которая максимально удовлетворит женщину и облегчит ее, это, однако, желаемое условие для полного обоюдного полового акта, и на востоке об этом имеют полную информацию и тщательно практикуют это условие.

* ... *

*

С другой стороны его собственные чувства будут сильно увеличены. Он будет видеть и чувствовать удовлетворение женщины, что само по себе приятно; так же хорошо и то, что они очень много получают от гармонии Инь и Ян. Некоторые люди считают, что это напрасная трата времени и усилий. Большинство людей, подобно этим, не задумываясь проводят время за изысканным обедом. Сравните приятные чувства, которые Вы получаете в обоих случаях и Вы увидите, что Вы не правы. Если бы Вы изучили метод дао и смогли немного переключить свое внимание от обедов и выпивок на любовь, все мы были бы счастливее и здоровее.

ГЛАВА 8

ПОБЕДА НАД ИМПОТЕНТНОСТЬЮ

Время от времени все мужчины страдали временной импотентностью. Это, вероятно, сказано сильно. Что мы имеем под этим ввиду-это то, что иногда большинство мужчин думают, что они желают любви, но обнаруживают, что их тело неподвластно им. Мы узнали из книги "Секреты Нефритовой палаты", что даже у императора Хуанди были такие тяжелые моменты. Как ему поступать в этих случаях, он спрашивал у своей советницы.

Хуанди-Я очень хочу любви, но мой пенис не поднимается. Я так смущен, что вспотел. Сердцем я очень хочу любви и я хотел помочь себе рукой. Как я могу помочь себе?

Су Нюй-Ваша проблема-проблема всех мужчин. Чтобы иметь любовь с женщиной, мужчина должен все проделать тщательно. Он должен добиться духовной гармонии и только затем может надеяться, что пенис поднимется.

Вот список того, что он должен сделать:

- 1-он должен привести в порядок все 5 органов чувств.
- 2-он должен знать, как ощутить 9 эротических зон
- 3-он должен знать, как оценить 5 прекрасных качеств
- 4-он должен знать как возбудить ее, чтобы получить пользу от ее потока секретий
- 5-он должен пить ее слюну, тогда его сперма и ее дыхание будут в гармонии
- 6-он должен избегать 7 повреждений
- 7-он должен исполнить 8 удачных актов

Если он выполнит все эти вещи, т. е. 5 органов его будут отрегулированы, его здоровье в порядке и никаких болезней у него нет, его тело гибкое, - в этом случае его пенис будет сильно подниматься каждый раз, когда он приходит к женщине. В этом случае даже ваши враги станут вашими друзьями, и весь стыд и смущение отойдут в прошлое.

1. БЕСПРИЧИННАЯ БОЯЗНЬ ИМПОТЕНЦИИ

Советы Су Нюй очень практичны. Даже учмывая все достижения современных ученых, сегодня вряд ли можно дать лучше совет своим пациентам. Это утешает и обнадеживает. По существу она

говорит-расслабьтесь, делайте приятное себе и не заботьтесь об эрекции, вместо этого концентрируйтесь на эротическом возбуждении вашей партнерши. Последнее предложение диалога очень важно. Даже в древнем Китае половая сила была желанным качеством, равносильным мужеству. И тогда мужчины стеснялись и стыдились отсутствию эрекции. Все научные доказательства воспринимаются враждебно, большинство мужчин отказываются верить, что временная импотенция является временным и широкораспространенным фактом. Или даже если они верят, то все время смущены. Но такая временная импотенция похожа на легкую простуду-неприятную и раздражающую, но не заслуживающую беспокойства о ней. И ее легко можно предотвратить, если знать как. Если бы мы относились к импотенции как к простуде, т. е. как к факту, была бы меньшая вероятность ее существования. Единичный случай может вызвать глубоко спрятанный страх перед постоянной импотенцией. согласно современным исследованиям в области секса, боязнь импотенции-основной фактор в большинстве случаев развития импотенции. Мастер и девадет немедленная и всеохватывающая мысль-сможет ли он достичь эрекции? Сможет ли он провести акт как нормальный мужчина?Он постоянно озабочен тем, чтобы достичь эрекции и тем, чтобы ее поддержать на нужном уровне во время акта. Т. е. просто эта озабоченность отнимает уверенность иметь естественную эрекцию. Многие мужчины, борясь со страхом перед сексом, разрушили основной естественный инстинкт до такой степени, что они буквально покрываются холодным потом в каждом случае возможной половой близости.

Все, кому пришлось испытать страх, помнят, как пересыхал их рот и каким холодным потом покрывалось тело. Это действительно неприятно, даже трагично, что некоторые мужчины реагируют на возможность любить таким всеохватывающим ужасом.

Еще несколько слов о страхе перед импотенцией и расстройствах мужчины. Он думает, что с этим ничего нельзя поделать. Этим страхом были травмированы Хуанди и Гёте.

Он описал один случай из своей жизни. Однажды он встретил красивую девушку в придорожной гостинице. Они с легкостью договорились о встрече, но в самый критический момент у него не было эрекции, что привело его в большое смущение. Этот случай он описал в стихах. Он смирился с положением и объявил, что он не сможет ничего поделать, даже не пытался помочь себе пальцами. Он был неправ. Если бы он был знаток дао, он бы не был так беспомощен в момент, когда его пенис мягок. Он смог бы спасти положение и использовал бы случай, чтобы доставить удовольствие себе и партнерше.

2. КАК ПРЕОДОЛЕТЬ ИМПОТЕНЦИЮ

В философии дао нет слова "импотенция" т. к. в древнем Китае не считали ее очень важной проблемой. Даже на западе широко используемое и не по смыслу применяемое слово "импотенция" является более унижительным словом, чем научным. На практике это слово означает несостоятельность в проведении полового акта. Если пенис не поднимается, мужчина беспомощен. Дао дает несколько советов для преодоления этой беспомощности. Мужчина должен забыть о своей собственной эрекции и сконцентрироваться полностью на теле партнерши, ее прелести и очаровании. В то же время он должен уверить себя, что доставляет очень много удовольствия и без пениса.

Есть много путей, с помощью которых можно доставить и получить сексуальное наслаждение, например вы можете наслаждаться телом партнерши с помощью губ, языка, рук. Не только ваше зрительное восприятие ее прелестей, но и ее запах и ощущение ее кожи доставляет вам огромное удовольствие. Лаская ее тело в чувствительных областях, вы доставляете огромное удовольствие, возбуждаете ее, ощущая ее спину вниз вдоль позвоночника, мягко посасывая ее соски до тех пор, пока они не станут твердыми и не поднимутся; целуя ее вульву, касаясь языком ее клитора, проникая внутрь до тех пор, пока она не наполнится своей жидкостью. Ее возбуждение возбудит вас, способствует появлению у вас эрекции. Если вы этого достигли, то ваши проблемы решены, и вы легко войдете во влагалище. Если вы не достигли эрекции, вы все же можете войти во влагалище, используя один из методов дао-любви-мягкий метод.

3 ВХОЖДЕНИЕ ВО ВЛАГАЛИЩЕ МЯГКИМ МЕТОДОМ

Мягкий метод вхождения во влагалище означает, что партнер проникает внутрь без эрекции с помощью пальцев. Если мужчина опытен и обладает ловкими пальцами, он может маневрировать с совершенно бессильным пенисом и

в то же время, проделывая это, доставлять огромное удовольствие себе и партнерше. Мягкий метод может быть возбуждающим фактором для женщины, если

он проведен хорошо. Попав вовнутрь, пенис становится жестким, если мужчина соблюдает дао-любви. Конечно, книга, подобная этой, может давать только советы. Нет твердых правил, которым нужно следовать. В каждом индивидуальном случае должны быть фантазия и подвижность.

Приспособляемость не только в плане секса, но это основной принцип философии дао. Когда совет неприменим-откажитесь от него. Когда совет хорошо подходит, следуйте ему. В любви и сексе, как и во многих других вещах, существует совсем немного твердых и жестких правил.

1-наиболее удобной позой для мягкого метода служит положение на боку лицом к лицу или мужчина сверху

2-партнеры должны обожать и нежить друг друга как можно дольше, услаждая друг друга

3-введение нельзя начинать до тех пор, пока у женщины не появилась обильная жидкость.

Если у нее не появилась жидкость после долгих предварительных ласк, нужно применить искусственную смазку, наилучшей из которых является растительное масло, состоящее из натуральных ингредиентов. В статье "Жизнь на коже человека" в журнале "Сайнтифик Америкен" 1-1969 врач-зоолог Марплз писал с экологической точки зрения, однако, наиболее интересный защитный механизм кожи заключается в липофильной активности постоянных обитателей флоры. Несколько лет назад стало известно, что ненасыщенные жирные кислоты являются важнейшими компонентами секрета сальных желез, собранного с поверхности кожи, и что они ингибируют рост некоторых болезнетворных бактерий и грибков на коже. В древние времена врачи запада и востока растительным маслом лечили раны и другие повреждения на коже. Любые искусственные смазки и заместители нужно применять в крайнем случае, ничего нет лучше женской натуральной смазки.

4-если женщина не любит применять смазки, то мужчина должен применить ее на себе. Эффект будет тот же, если смазать пенис сверху и сбоку.

5-секрет метода мягкого введения заключается в ловкости пальцев.

Приобретая ловкость, нужно сделать пальцами кольцо вокруг основания пениса с тем, чтобы верхняя часть его стала полужесткой и можно было бы начать введение и движение. Движение пальцев аналогично действию резинового кольца, одетого на основание пениса, но гораздо лучше, чем любое искусственное кольцо. Во-первых вы можете регулировать плотность.

Во-вторых, вы можете убрать в любой момент, когда они уже не нужны, и, наоборот, ввести, если нужна их помощь, при этом не нужно вынимать пенис, как в случае с резиновым кольцом. В третьих нет риска повредить партнершу, как это может быть с применением резинового кольца.

4 ПРЕДОСТОРОЖНОСТИ

Метод мягкого введения полезен и для опытных и для новичков. Для последних он снижает степень риска смущения, для опытных-неудач. Начав движения введенным пенисом, большинство мужчин могут поддерживать эрекцию, несмотря

на серьезные психологические проблемы. Метод "мягкого пениса" развеял 2 стойких мифа о сексе. Первый о том, что мужчина не может войти в женщину без эрекции. Во-вторых, что эрекция должна быть обязательно сильной, чтобы войти в женщину.

Некоторые люди могут сделать вывод, что метод "мягкого введения" применяют только мужчины, имеющие те или иные сложности, а нормальные без патологий мужчины, имеющие те или иные сложности, а нормальные без патологий мужчины не нуждаются в этом методе. Это совсем не так. Этот метод не только для начинающих и для мужчин с различными проблемами. Этот метод-интегральная часть всего учения дао-любви. Чем более мужчина практикует дао, тем этот метод становится важнее. Причина проста. Никто не может быть уверен в появлении эрекции. Метод мягкого введения позволяет мужчине продолжать и закончить половой акт, если его партнерша одготовлена и желает любви.

Между тем нет полной гарантии в том, что этот метод сработает у каждого. Нет систем надежных. Нет систем, делающих чудо. Что может сделать этот метод. Он может предложить мужчине, изучившему его тщательно, хороший шанс успеха. Более правильно, мы имеем ввиду зависимость от физического состояния на этот момент. Этот метод не работает, когда мужчина истощен физически, духовно и эмоционально-или если он истощен голодом и ослаблен. При нормальных условиях, однако, он может проделать чудо в контакте влагалище-пенис при полном отсутствии эрекции вначале акта.

5 РАЗМЕР И ФОРМА ПЕНИСА-УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ РАЗВИТИЯ

С незапамятных времен мужчины беспокоились о размере и форме пениса и приходилось разубеждать их в том, что не размер, а чувствительность и умение обращаться со своим половым органом важны для женщины. В общем древнекитайском отношении к размеру и форме пениса согласуется с результатами современных исследований. Дао соглашается с тем, что размер и форма пениса имеют мало общего с удовлетворением женщины.

Хуанди-почему в оценке пениса мы имеем так много размеров и форм?

Сю Нюй-Эти различия в пенисах подобны различию в лицах. Каким он

будет, большим или маленьким, длинным или толстым, твердым или мягким, уже преопределено рождением. Иногда маленький мужчина обладает непомерно большим инструментом, иногда наоборот. Некоторые прямые, другие изогнутые, некоторые имеют неприятную внешность. Но все эти различия не имеют никакого значения в общении с женщиной.

Хуанди-вы говорите, что различия в размере и форме не влияют на удовольствие общения с женщиной?

Су Нюй-различия в размере и форме это только внешнее представление.

Настоящие прекрасные и приятные общения связаны с внутренними чувствами. Если вначале мужчина идет на сближение на основе внешней любви и уважения, а затем развивает ее на основе настоящих ощущений, не зависящих от размера и формы пениса

Хуанди-что вы скажете о различиях в твердости и мягкости пениса?

Су Нюй-короткий, но твердый предпочтительнее длинного но мягкого.

Однако много лучше мягкий и слабый, контактичный и чувствительный, чем твердый и жесткий, но грубый и жестокий. Наилучший однако средний. нужно сказать, что инструмент не должен обладать крайностями во всех отношениях.

Хуанди-многие могут оперативно и с помощью лекарств сделать из короткого и маленького большой и длинный, из слабого и мягкого-сильный и твердый. имеют ли эти вмешательства побочный эффект? Что вы скажете об их ценности?

Су Нюй-Если мужчина и женщина симпатизируют друг другу, их гармония сама по себе сделает короткий и мягкий твердым и сильным. Если мужчина освоил учение дао, то его инструмент не может быть слабым, даже если он имел сотни женщин. Когда мужчина освоил дао, он знает, как согласовать свои Ян с Инь партнерши. Он знает как правильно дышать, чтобы усилить свою сущность. Он знает, как сохранить свою драгоценную сперму и не выбросить ее в течение ночи. Поступая таким образом, он не только преодолевает свои мелкие недостатки, но и продлевает свою жизнь. Но если мужчина использует лекарства, приготовленные из 5 минералов и глотает питье, которое якобы способно усилить огонь его страстей, то тем самым он ускоряет свое горение и вскоре Ян-сущность истощится. Искусственные методы могут принести большой вред.

6 СОВРЕМЕННОЕ ОТНОШЕНИЕ

Это похоже немного на совет, который обычный современный доктор дает своему пациенту в ответ на его жалобы общего типа. Журналы по сексу полны фальшивых объявлений, призывающих увеличить пенис за одну ночь, а сексуальные возможности и желания предлагают повысить с помощью каких-то магических средств. Большинство этих призывов в лучшем случае неэффективны, в худшем-приносят большой вред. Печальная правда состоит в том, что мужчины все более убеждены в важности размера их пениса. В каждом серьезном руководстве по сексу упорно повторяют этот простой факт о незначительной важности размера пениса, но, кажется, это не всегда приносит пользу.

Мастер и Джонсон в своих исследованиях обнаружили, что в состоянии эрекции длинный пенис увеличивается на меньшую величину, чем маленький. Из этого следует, что неважно, какого размера пенис в покое, важно, чтобы он становился адекватным во влагалище. Это трудно представить мужчине с маленьким

пенисом. Сотни испытаний в раздевках были проведены прежде, чем эта простая логическая мысль была не только всеми принята, но и прочувствована мужчинами с маленькими пенисами.

7 МЕТОД У СЯНЯ

Такую же озабоченность разделяли мужчины и в древнем Китае. И были врачи, которые концентрированное внимание на размерах пениса с тем, чтобы помочь своим пациентам в их психологических проблемах. У Сянь в свое время считал, что размер пениса все-таки важен для некоторых женщин, чтобы получить полное удовлетворение. Он разработал метод для увеличения пениса, который, как он считал, был маленьким. Метод У Сяня, естественно, не приносит вреда. Он состоял главным образом в упражнениях и не использует искусственных препаратов.

Если в половом акте пенис достаточных размеров и полностью соответствует влагищу партнерши, то мужчина без особых усилий доставляет удовольствие женщине. Часто говорят, прежде чем сделать хорошее дело, человек должен заточить свой инструмент. Каждый должен знать способы увеличения своего пениса. Каждое утро, в любое время полуночи до полудня, время, когда сила Инь ослабевает, а сила Ян превалирует, мужчина должен сесть в совершенно тихой комнате лицом к востоку, медитируя. Он должен сконцентрировать свой дух и отбросить все тревоги. его желудок должен быть не совсем пуст и не совсем полон. Он должен выдохнуть грязный воздух из легких и вдохнуть, наполнив их глубоко до брюшины свежим воздухом. он должен дышать так 49 раз. Затем он должен сложить ладони вместе и тереть их друг о друга до тех пор пока они не станут горячи, как огонь. Затем правой рукой он берет свой инструмент и мошонку, а левой рукой он потирает живот ниже пупка круговыми движениями поворачивая влево 81 раз, затем потирает это место правой рукой тоже 81 раз. Затем правой рукой, держа за основание, он поднимает свой инструмент, раскачивая и потрясая им, и ударяет им по обеим ногам бесчисленное число раз. Затем он мягко вводит его в женщину, обиталище Инь, пропитывая его секретом женщины и вдыхая в него вдох женщины. (в древности считали, что дыхание женщины питает мужчину и наоборот). После этого он должен потирать пенис ладонями винтовыми движениями, начиная от основания, делая это бесчисленное число раз. Если он будет проделывать эти упражнения регулярно и достаточно долго, то однажды он почувствует, что пенис стал больше. Как долго делать эти упражнения? До тех пор пока не почувствуете положительный эффект. Многое из сказанного выше нашему современнику может показаться просто ритуалом, однако для даоистов был некоторый смысл в советах У Сяня. Они верили, что любую часть тела можно тренировать и развивать. Это основано на том, что Китайцы первые развили психотерапию. Совет У Сяня согласуется с верой дао в том, что нужно концентрировать обе силы-физические и духовные для своей цели, и эти усилия согласуют естественные потоки сил Ян и Инь. Например, он ставит условие-начинать делать упражнение надо тогда, когда силы Инь убывают,

а силы Ян возрастают, и вы сидите лицом к востоку во время медитации. На востоке выходит солнце и Ян силы всходят. Затем вся сила энергии мужчины сконцентрируется в потоке Ян силы. Работает или нет метод У, я не знаю, ибо никогда не применял его. Но он имел массу идей относительно здоровья и его теории обычно имели смысл, естественно, вреда не будет от попытки проделать эти упражнения.

Интересно отметить, что в своей книге "Советы мужчинам" Р. Чартман имеет целую главу о размерах пениса. В ней он описывает свои опыты с применением разных методов для увеличения пениса. По крайней мере, в 2 методах, представленных им, есть некоторые черты древнекитайского метода, включающие потирания и упражнения. Но Чартман добавляет-Я прав, когда говорю, что все с терапевтической целью, на том уровне, которого достигло мастерство медиков, невозможно увеличить размер пениса, за исключением очень редких случаев. И даже в этих случаях только тогда, когда структура пениса позволяет это.

ГЛАВА 9

ДОЛГОЛЕТИЕ И ДАО ЛЮБВИ

Пэн Цу сказал-Мужчина может достигнуть долголетия, сохраняя эякуляцию, воспитанием своего духа и в тоже время соблюдая пищу и питье. Но если он не знает методов дао-любви, не имеет значения, что он будет есть и пить, он не проживет много лет. Союз Инь и Ян, как и небо и Земля существуют вечно. Человек долгое время пренебрегал этой гармонией и поэтому потерял свое здоровье и мощь. Однако если он вновь выучит методы даобон избежит болезни и обнаружит путь к долголетию.

Долголетие-одержимая идея в Китае. Чем старше становится мужчина или женщина в Китае, тем с большим уважением к ним относятся. И если им удавалось сохранить здоровье, то пожилые годы-лучшие в их жизни. Согласно врачам дао, люди, живущие долго, находятся в гармонии с силами Инь и Ян, а это очень близко к тому основному закону, благодаря которому все сохраняется на небе и земле. Долголетие-это не простой подвиг времени, а пример для всех, какой должна быть жизнь. Уважение, оказываемое пожилым, есть признание этого факта.

1 ЛЮБОВЬ И ДОЛГОЛЕТИЕ

В древнем Китае правильное поведение в любви прямо связано с хорошим поведением. Любовь-единственный фактор продления жизни. Словами, звучащими для нас ненаучно, китайцам удалось сделать выводы, которые звучат прогрессивно и в наши дни.

В диалоге касающихся медицинских аспектов любви, император, устав от любви, просит совета у Су Нюй.

Хуанди-мне кажется я не хочу больше любви, - что вы думаете об этом?

Су Нюй-нет, вы не должны так думать. Небо и земля имеют свои

собственные периоды-открывания и закрывания. Инь и Ян имеют свою собственную активность и изменения. Мы, люди, не должны идти против природы. Сейчас ваше величество устал от любви, и это против природы. Если Инь и Ян не сливаются, они больше не компенсируют и не дополняют друг друга. Мы дышим для того, чтобы заменить использованный воздух на чистый. Если пенис не может любить, он атрофируется. Поэтому он должен регулярно выполнять упражнения. Умеющий любить и знающий, как контролировать свою эякуляцию, много выигрывает от этого. И именно это мы называем восстановлением силы спермы, и это очень полезный фактор для здоровья мужчины.

Хуанди-в объединении Инь и Ян точная пропорция существенна? Я хочу услышать об этом.

Су Нюй-если пара практикует методы дао, соблюдая точность, мужчина остается здоров и молод, а женщина избегает сотни болезней. Оба тщательно наслаждаются этим и то же время увеличивает их физическую силу. Но, если они не знают, как практиковать дао, они вредят своему здоровью. Для того, чтобы получить более полную пользу от дао, пара должна сначала научиться дышать продолжительно и глубоко с тем, чтобы добиться полного расслабления. Они должны иметь чувство безопасности с тем, чтобы их сердца были спокойны. Они должны достичь согласия желаний с тем, чтобы не было конфликта. Когда они преуспеют в этих вопросах, то дао будет весь к их услугам. Они должны также обратить внимание на практические вопросы-температура в комнате должна быть нормальной, желудки-не пусты-не полны. также они должны проводить акт легко с тем, чтобы делать движение не очень быстро и глубоко. Самый хороший показатель акта, когда женщина полностью удовлетворена, а мужчина еще не исчерпан.

2 СОВРЕМЕННЫЙ КУЛЬТ ЮНОСТИ

Сегодня люди не всегда используют слово долголетие, но это именно то, что они имеют в виду. На западе мы имеем культ юности. В Америке и Европе в последнее десятилетие распространено увлечение оставаться юным среди пожилых людей.

Мужчины и женщины, которые 10 лет назад уединялись в своих делах по саду и за вязанием, теперь занимаются видами спорта для молодых, - все отражает желание сохранить молодость и силу юности. Даже идеи они часто приспособливают, чтобы быть с молодыми. А почему бы нет? Для тех, кто практикует дао, это легко достижимо. Изучая дао, начинаешь глубоко понимать слова Бао Буцзу (Го Хуна) известного мастера дао четвертого столетия - наилучшие лекарства и питание в мире не смогут помочь вам, если вы не будете знать и верить дао.

Несмотря на витиеватость языка, древнекитайская мудрость в любви и сексе имеет глубокую научную основу. Наши половые органы подобны другим органам - им нужна такая же регулярная тренировка, как и другим органам, с тем, чтобы сохранить силу и здоровье. К тому же современная наука установила, что гормоны тесно связаны с возрастным процессом, и наш половой механизм включает железы, производящие жизненно важные гормоны. На психологическом уровне любовь тоже дает повышение в настроении людей. Никому не нравится чувствовать себя старым для любви. Те, кто еще продолжают себя чувствовать, в каком бы возрасте они не были, могут любить и быть любимыми долго, тем самым избегая ужасного чувства одиночества и изоляции от которого так страдают многие пожилые люди.

некоторые люди полагают, что сила секса снижается после среднего возраста. Это еще один миф. Это было бы правдой, но не для всех. Мастер и Джонсон обнаружили корреляцию между возрастом, когда была начата половая жизнь и возрастом, когда она прекратилась. Чем раньше вы ее начинаете, тем дольше она продолжается. А также, чем более активны вы в молодости, тем больше вероятности что вы будете более активны в пожилом возрасте. Нет причины для такого раннего прекращения половой жизни и нет преград для ее долгого продолжения.

3 ЭЯКУЛЯЦИЯ В СРЕДНЕМ ВОЗРАСТЕ

Половую силу мужчин снижает их побуждение эякулировать в позднем возрасте. Все еще есть мужчины, не понимающие разницу между эякуляцией и оргазмом, и, когда у них снижается способность к эякуляции, они думают, что начинают терять способность любить. Симон де Бувуар описывает пагубное влияние этой идеи - Перед нами наиболее впечатляющая часть доказательств, касающихся взаимоотношений пожилого человека со своим телом, его воображением и его сексом. Согласно Бувуару его герой - Летод встретил женщины по своему вкусу, когда ему было 50, а ей 55. Он называл ее "мадам" и описывал ее как очень страстную женщину, прекрасно созданную для

удовольствия и точно соответствующую моему вкусу в этом деле. Через 7 лет совместной жизни эти восторги исчезли. Он не мог больше любить. Так что любовь отошла на 2 план. Нас связывали чувства, а то, что осталось крайне отдаленно напоминает их. Он называет ее теперь не "мадам", а "пантера"

Мужчины, подавленные и уничтоженные неудовлетворенными ими женщинами, повторяют поговорку-женщина в 30 подобна волку, а в 40-тигру.

В обоих примерах отражаются скорее неполадки в мужчинах, чем истинный аппетит женщины. То, что сделал Летод, было нормальным для мужчин, - он прекратил любовь в ущерб счастью и здоровью своему и партнерши. Двумя годами позже, когда ему наступило 59, наступила 3 фаза их

взаимоотношений-он стал называть ее "мое наказание". Она все еще

привлекала его, но пугало то, что много любви с ней могло быть фатальным для него. Его дневник приобрел угрюмое направление-Какая хилая эякуляция моей любви, чуть лучше воды. Для него стало утомительным проводить любовь, и его доктор посоветовал ее прекратить. Он пытался бросить, но до конца не смог и начал манструбировать. Те, кто знают дао-понимают, что это не решение вопроса. Манструбация означает потерю мужской силы без ее компенсации с помощью женской сущности. Здесь нет гармонии Инь и Ян и акт бесполезен. Что касается Летода, то он страдает от желания иметь любовь, но нет смелости делать ее. Мимо него проходило то приятное удовольствие, которое получают от созерцания и ощущения тела обнаженной женщины. Его пожилой возраст привел его в глубокую печаль. Эта картина знакома для многих. Летод был не глупее большинства из нас, будь мы в такой же ситуации.

Исследования мастера и Джонсона вскрыли то, что знали Китайцы много лет назад. Они утверждали, что чем старше мужчина-тем он более эффективен в любви, так как не должен силой сдерживать свою эякуляцию.

4 СВЯЗЬ КОНТРОЛИРОВАНИЯ ЭЯКУЛЯЦИИ И ДОЛГОЛЕТИЕМ

В древних манускриптах о дао рассказывается много историй о долголетьи. справедливо отмечают элемены преувеличения, встречающиеся в этих историях. Отмечая крепость здоровья древнекитайских и даже современных долгожителей в Китае, разговоры о мужчинах, проживших 150-200 лет всегда отдают преувеличением. Но, как умудряются мастера сохранить силу и здоровье в 80-90-100 лет? В диалоге Су Нью объясняет это императору.

Хуанди-я слышал, что в древности люди жили по 200 лет. А в средние века по 120, однако в наше время умирают, не достигнув 30. Сегодня так много людей

ослабленных и довольных собой и в тоже время многие из них страдают от различных болезней. Что является причиной этому?

Су Нью-причина в том, что они не знают секретов дао, поэтому многие умирают молодыми. Они молоды и страстны, они выпускают сперму бесконтрольно во время любви. Это подобно обрубанию корней и источника жизни. Как же они предполагают жить долго?

5 КРАТКАЯ ИСТОРИЯ ДОЛГОЖИТИЯ В КИТАЕ

Согласно традиции Хуанди, самому страстному последователю дао, жил 111 лет. Пять из шести его последователей жили соответственно 98-106-117-99-100 лет. Это примеры из "Исторических записок" Сыма Цяня.

Одной из причин может быть чистое совпадение или чисто наследственная генетическая черта. Другой причиной, которая не отвергает первую является то, что Хуанди практиковал дао и передал это мастерство детям, а те в свою очередь своим.

Обращаясь в глубокую историю, мы обнаружим, что ни один император в Китае не жил так долго как Хуанди и его потомки. В действительности многие из них жили не так уж долго по любым стандартам. Дао может дать тому объяснение. После смерти 6 потомка Хуанди, его методы были забыты. Так было до 6 века до н. э., когда дао было возрождено Лаоцзы, автором "Даодэцзина". Сохранилась лишь обрывочная информация о нем. Согласно историческим записям его фамилия была Ли. Лао в Китае означает старый. Лао Цзы пользовался хорошей репутацией и долгие годы жил 160-200 лет.

Просматривая следующие 2500 лет истории Китая, иногда мы встречаем индивидуальные случаи долголетия. И почти в каждом случае мужчины практиковали дао любви. Интерес к дао вновь возродился в начале династии Хань 206-24 год до н. э. В официальной истории в период правления этой династии приведен список наиболее важных книг, распространенных в это время. 8 из них книги по дао. Наиболее важной была книга Юн Чен Гана. Но только во 2 период правления династии Хань, известной как поздняя Хань, мы обнаруживаем действительные доказательства долголетия, благодаря практикованию дао. В официальной истории этого времени Хоу Шань Шу приведена биография этого времени Хоу Шань Шу приведена биография даоиста-врача и хирурга Хуа То, который жил около 100 лет и остался юным и активным до смерти. Но он умер не от старости, - его казнил Цао Цао, жестокий политик, который рассердился на него за то, что Хуа То отказался быть его личным врачом. Если бы его жизнь не прервали таким образом, неизвестно сколько бы он прожил. Его биографы отмечают, что династия Хань была богата людьми необычного таланта и достижений. Специальное внимание обратим на троих из них-Лен Шоу Куан, Тан Ю и Лу Нью Щен-все они практиковали дао. Куан жил около 150 лет и, говорят, выглядел как 40 летний мужчина. Однажды император, охотясь, заметил У Цзу Ду,

которому к тому времени было 138 лет и спросил его об истоках его сил. В ответ он услышал-Жизненная сила этого человека находится в гармонии с небом, так как он практикует ека находится в гармонии с небом, так как он практикует дао-любви. Император решил побеседовать с ним. Он спросил старика о дао и тот ответил-В дао есть трудный секрет, вот почему я, ваш слуга, никогда не говорил об этом. Всего несколько человек практикуют этот метод, и поэтому еще я не хотел говорить об этом раньше. Меня научил методам Дао Лин Ян Цзу (один из мастеров дао), когда я был больным в 65 лет, и с тех пор я 73 года практикую дао. Каждый, кто стремится достичь долголетия, должен искать его в источнике жизни. И секрет заключается не в том, чтобы усиливать эякуляцию, даже когда вас очень притягивают все прелести прекрасной партнерши. Усиление эякуляции приводит к различного рода заболеваниям. Согласно Шо Хуну У Цзу Ду умер в возрасте 200 лет. Если бы он начал практиковать дао раньше 65 лет, то прожил бы дольше. 1000 лет позднее был записан другой интересный случай долголетия. Причина тому-все больше и больше людей осваивают дао в эти поздние годы. Однако в течение династии Мин (1368-1643) был обнаружен человек, который называл себя "седобородый 95-пятилетний из провинции Чжецзян. Он написал следующее послесловие к переизданию двух книг по дао-В течение царствования императора Ши Цзуна (1522-1566)при императорском дворе в Пекине мастер Доу Чженьян ублажал императорскую благосклонность своим магическим мастерством. Его знание дао-любви было реальным. Факт, что император достиг преклонного возраста (он был вторым по продолжительности после Ван Ли) было заслугой метода дао-любви, которому его обучил Даос. Будучи заинтересованным в дао, я запросил государственную контору и получил копии 2 засекреченных книг даоистов "Чжи Чжен Цзин" и "Сю Чжен Янь И", написанных Лу Дун Пинем династии Тан (608-908) и Ху Сянем династии Хань. Когда я попытался вникнуть в то, что прочитал в книгах и применить на практике, то я понял, что это очень трудно, но через некоторое время вошло в привычку. За 60 лет я любил более 100 женщин, имел 17 сыновей(о дочерях не было принято упоминать) и служил 5 императорам. Хотя я сейчас в годах, я еще не устал любить и могу все еще удовлетворить несколько женщин за ночь. Хотя небо благосклонно ко мне в отношении моей долгой жизни, я не могу отрицать, что дао не имеет никакого отношения к этому. Древняя пословица говорит-Тот, кто монополизировал свое мастерство и знания, тот придет к плохому концу. А человеческая жизнь не так часто превышает 100 лет, и поэтому мне нестерпима мысль, что эти книги будут утеряны после моей смерти. Таким образом я должен их переиздать с тем, чтобы все люди смогли подчеркнуть полезные советы из них и достигнуть долголетия как Пэн Цзу. Тем же скептикам, которые сомневаются в ценности данной книги, мы советуем отбросить все надежды на достижение долголетия. Почему я должен заботиться о них? Написано в первый лунный месяц весны 1594 г. седобородым 95-летним из Чжецзяна в Пурпурной беседке на горе Тяньтай.

ГЛАВА 10

ВЗАИМООТНОШЕНИЯ МАЙ-СЕНТЯБРЬ

Вот сварливая пара на восточной стороне улицы; муж молодой и впечатляюще красив. Вот любящая гармонирующая пара на западной стороне улицы с мужем старым и невыразительным внешне. Все очень просто. Муж с невыразительной внешностью знает, как удовлетворить жену, а молодой и красивый не знает, как это делать.

Неизвестный мастер дао-любви написал диалог, чтобы показать свою точку зрения на любовь и возраст. В обществе, в котором практикуют дао-любви, увеличивается долголетие и увеличение возраста не сопровождается бессилием, здесь обычные правила жизни не применимы. Люди совершенно разного возраста могут жениться и любить друг друга счастливо. Возраст человека не имел такого значения, какое он имеет в наши дни. Мужчина, которому 65 лет, сейчас считается на склоне своих лет. Но для тех, кто практикует дао 65 лет не является преклонными годами. У них впереди еще 30-40 лет сильного хорошего здоровья. Мужчины и женщины 65 лет могут легко иметь любовь с 20-30 летними. Из взаимоотношений известных нам, как Май-Декабрь, мы предпочитаем отношения май-сентябрь для тех, кто следует учению дао. Большинство древних текстов по дао рекомендует именно этот тип взаимоотношений. Одна из книг "Су Нью Цзин" по этому поводу говорит-Если пожилой мужчина вступает в брак с равной по возрасту пожилой женщиной и если они имеют детей, то не обязательно дети доживут до глубокой старости. Но когда мужчина в 80 лет женится на 18 или даже 16 летней, то их дети, как правило, будут жить долго. И если женщина 50 лет будет иметь молодого мужа, то она может иметь детей.

1 ПРЕДРАССУДКИ ОБЩЕСТВА

Сексуальная революция на Западе за последние несколько лет остановила свой выбор на романах Май-Сентябрь.

Однако общество еще с предубеждением относится к таким связям. Существует тенденция говорить, что есть точка зрения относительно таких пар, что они развивают некий тип извращений. Чарли Чаплин и Юона О'Нелли-знаменитая супружеская пара. При их женитьбе брови взлетали вверх от удивления. Ей было только 18, ему-54, но они были достаточно сильны, чтобы противостоять предрассудкам общества. Они продолжают смущать своим счастливым браком завистников.

2 ВЗАИМООТНОШЕНИЯ МОЛОДОЙ ЖЕНЩИНЫ И ПОЖИЛОГО МУЖЧИНЫ

Те, кто знает методы дао-любви, не будут удивлены успеху такого брака. Они знают, что в основе взаимоотношений пожилого мужчины с молодой женщиной лежит реальное преимущество. Во-первых пожилой мужчина часто имеет медленно нарастающую эрекцию во время продолжительных игр. Для него великолепно то, что у молодой женщины очень быстро появляется естественная смазка. Он может ввести вой пенис очень легко без всякой эрекции. Войдя в такое сочное окружение, мужчина, знающий дао легко и быстро приобретет эрекцию. А сос своей стороны она может обнаружить, что такие тактичные медленные движения очаровательны, и она предпочитает их, чем действия молодого мужчины с сильной неожиданной эрекцией, резким вхождением и быстрой эякуляцией. Во-вторых чем моложе женщина, тем она быстрее выделяет жидкость и тем дольше она может ее поддерживать. В большинстве случаев этот фонтан почти неистощим в течение ее стимуляции. И в этом большая польза для обоих, так как у него очень медленная эрекция, он должен гораздо медленнее кончать, а это существенный фактор для ее полного удовлетворения, которым не обладают неопытные молодые люди. Пожилой мужчина и молодая женщина это великолепная комбинация. В-третьих, молодая женщина издает натуральный запах юности и свежести, который очень возбуждает пожилых. К тому же пожилой мужчина создает атмосферу спокойствия и доверия, которые очень немногие молодые люди могут дать. В четвертых, самое главное, молодая женщина имеет упругое влагалище, которым она плотно зажимает и возбуждает пожилого и более опытного партнера, а если мужчина освоил дао, он знает как контролировать свою эякуляцию даже при таких сильно возбуждающих обстоятельствах. Это также доставляет женщине много удовольствия, так как она может чувствовать радость его возбуждения и глубокую признательность, в то время как молодой человек может воспринимать это как азартную игру или даже обман.

3 ВЗАИМООТНОШЕНИЯ ПОЖИЛОГО МУЖЧИНЫ И ПОЖИЛОЙ ЖЕНЩИНЫ

Все перечисленные преимущества не всегда имеют место во взаимоотношениях между пожилыми парами. Иногда пожилые женщины находят, что им тяжело поддерживать любовь на сильном и напряженном уровне. Иногда их влагалище не заполняется достаточным количеством смазки. Они способны на 1-2 акта за

вечер. И требуется много усилий от мужчины, чтобы стимулировать ее на выделение достаточного количества смазки. Он должен стимулировать ее более интенсивно и в течение продолжительного времени, чем молодую. Искусственная смазка могла бы помочь, но это худший вариант. И становится понятно, почему иногда энергичный пожилой человек теряет интерес к своей равной по возрасту партнерше, и в результате у него развивается или реальная или мнимая импотенция.

Увлеченность не всегда бывает односторонней. Увлеченность пожилым мужчиной молодой женщины отнюдь не всегда бывает односторонней. Многие молодые женщины предпочитают пожилых мужчин в качестве партнеров в любви. Однако они идут на это вопреки сильным общественным предрассудкам. Пожилой человек создает чувство надежности для молодой женщины и его привлекательность для нее вопреки общественному мнению, не всегда основана на материальном расчете. Пожилые мужчины прошли через радость и печаль любви и таким образом через годы они могут отличить истинное выражение нежности. И многие женщины считают, что пожилые более привлекательны по этой причине.

Другим фактором, который пугает женщину при замужестве за молодым является ее старение и ее беспокоит, что однажды он ее оставит ради молодой. Учитывая эти переживания, естественно более безопасно для женщины иметь пожилого мужчину, зная, что когда ему будет 70-ей 45. Это не так опасно.

Все это звучит убедительно в защиту взаимоотношений пожилого мужчины-молодой женщины, но нужно определенное время, прежде чем эти отношения будут восприняты нормально. Разве много вы встречаете матерей, которые разрешили бы своим дочерям выходить замуж за пожилых?

5 ПРЕИМУЩЕСТВА БРАКА МОЛОДОЙ ЧЕЛОВЕК-ПОЖИЛАЯ ДАМА

Эта тема могла бы привлечь внимание наиболее просвещенных умов, если бы не жестокое отношение общества ко взаимоотношениям молодой мужчина-пожилая жена. Фактически общество клеймит эти отношения еще хуже, чем при обратном сочетании. Пожилая дама обвиняется в глупости и нимфомании. На самом деле нет ничего ненормального в этих отношениях. Наоборот существует масса преимуществ для обеих сторон.

Как мы уже отмечали в главе о контроле эякуляции, пожилая женщина может быть более симпатична для молодого человека и может лучше понять его сексуальные трудности, чем подруга его возраста. В случае, если юноша стеснительный и нерешительный для нормального полового акта, ему важно иметь дело с тактичной дамой. С другой стороны, у пожилой дамы, если она имеет детей, не очень упругое влагалище, что важно для молодого человека, не вполне освоившего контроль эякуляции. Для пожилого, опытного человека, освоившего дао, слабое влагалище не обеспечивает достаточной

степени стимулирования. У молодого человека эрекция появляется сразу после возбуждения, это является возбуждающим фактором для пожилой дамы, также как упругое влагалище молодой стимулирует пожилого человека. Наблюдается полная эрекция, твердый и большой пенис. И пожилая дама дает достаточно смазки на весь вдохновенный период любви. Пожилой человек не может возбудить ее до такой степени.

Молодого человека привлекает пожилая дама по той же причине, что и молодую даму-пожилой мужчина. Ключевые факторы-ее тактичность и опытность. Некоторым мужчинам нравится то материнское отношение, которое он получает от пожилой дамы. Некоторые молодые люди обнаруживают, что сочетание сексуальной стороны и материнского отношения делают такую любовь неотразимой.

И трагедия в том, что такую любовь нужно хранить в секрете и прятаться от общества. Если бы мы понимали немного больше, то мы видели бы, что на такую любовь нужно воодушевлять, а не заклинять ее. И была бы решена проблема множества одиноких женщин и застенчивых молодых людей.

6 ЛИЧНАЯ ГИГИЕНА

Рассмотрение нами отношения Май-Сентябрь, как правилосоединяют пожилых мужчин и женщин и не позволяют им опускаться. Но масса людей пожилых и непожилых реально не представляют себе, какую важную роль играет их внешность и личная гигиена, и поэтому так сильно страдают от одиночества. Б. Рассел писал в своей автобиографии, как плохое дыхание прервало его отношения с привлекательной молодой девушкой-Я страдал от пиореи, хотя этого не знал, и от этого мое дыхание было омерзительным, что я тоже не знал. Она не могла сказать мне об этом и только позже я обнаружил причину и лечился, и только потом она сказала мне, как это на нее плохо действовало. Пример Рассела не единственный и напоминает нам, что мы должны немедленно лечиться в случае появления дурного запаха: во-первых это говорит о том, что у Вас неполадки внутри, и, во-вторых Вы вызываете отвращение у других.

7 ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Одним из следствий сексуальной революции должно быть ивердое увеличение отношений май-сентябрь и нормальное восприятие этих отношений обществом. Люди часто думают, что пожилой выпала удача подцепить молодого любовника, но эта любовь работает в пользу обоим партнерам. Молодой неопытный партнер научится многому и получит много удовольствия во время обучения от пожилой женщины. В действительности многие молодые мужчины и женщины по настоящему начинают практиковать любовь исступленно только после такого опыта. Любовь двух девственников-классическое средство для сексуальной катастрофы. Но мы хотим предупредить, что очень опасно иметь любовь мужчине, не знающему дао-любви с молодой высокосексуальной женщиной. Ее

привлекательность и ее любовь могут оказаться неотразимой, и он быстро расходует свою сексуальную энергию. Ответ на этот вопрос один-осваивайте метод дао-любви. Это почти идеальное условие для людей в этом положении, так как они получают очень много от гармонии Ян и Инь и в тоже время сохраняет свою сексуальную энергию.

ГЛАВА 11

ДЫХАНИЕ, ТАЙ-ЦЗИ-ЧУАНЬ И ДАО-ЛЮБВИ

Древнекитайские специалисты по дао-любви считали любовь, еду и упражнения тремя колоннами, поддерживающими жизнь. Долголетие зависит от силы этих колонн. Хотя Ваше здоровье значительно улучшилось, благодаря практикованию дао-любви, но вы должны уделить внимание двум другим колоннам: еде и упражнениям, в частности дыханию.

1 ПРАВИЛЬНОЕ ДЫХАНИЕ

Правильное дыхание само по себе есть наука, даже вне связи с этой книгой. Согласно специалистам-даоистам, дыхание или ЦИ-одна из жизненных сил, не в материальном смысле, а в том, что оно снабжает организм кислородом и освобождает его от углекислого газа. Это видимое нами представление о дыхании. Но есть и другая, невидимая функция дыхания, с помощью которой человек черпает энергию во вселенной. Даже в последних работах западных врачей и исследователей приводятся последние данные о том, что легкие не просто орган для газообмена крови.

2 ДЫХАТЕЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ

Некоторым людям кажется, что даоисты настаивают на каком-то особом способе выдоха, на самом же деле это не так. Это обычный способ выдоха и мы не можем существовать без него. Это важно и для нашего хорошего настроения и для здоровья. Например, правильное диафрагмальное дыхание лежит в основе всех форм медитации. Оно также важно, как фундамент в даоистской медицинской терапии. В Китае сегодня эти медицинские упражнения (дао) вновь восстановлены и обнаружено, что они в частности очень полезны в лечении всех нарушений абдоминальной области. Глубокое дыхание лежит в основе хорошего здоровья. Это очень простой и экономичный путь, чтобы сделать нас сильнее. Три важных фактора помогают Вам дышать правильно.

1-исходное положение-прямо и грудь в естественном состоянии

2-научитесь вдыхать и выдыхать с помощью диафрагмы и только через

нос. Рот закрыт.

3-сначала полностью медленно выдохните, а затем полностью опорожните легкие до конца последним усилием сокращая диафрагму. Теперь вдыхайте, мягко расширяя диафрагму до предела. Затем выдохните и полностью повторите весь процесс. Естественно, Вы так не должны дышать все время, но вы должны дышать так по несколько минут каждый день, с тем, чтобы глубокое и медленное диафрагмальное дыхание стало естественной привычкой даже во сне.

3 УЛУЧШЕНИЕ ОРГАНОВ

Китайцы в древности верили, что каждую часть тела, в том числе половые органы можно усилить упражнениями. Они изобрели упражнения для всех органов, например для глаз. Они полагали, что упражнения для глаз поможет не только поддерживать нам хорошее зрение по мере нашего старения, но могут исправить дефекты зрения. Альдус Хьюкли в своей книге "Искусство зрения" пишет, как он спас себя от слепоты упражнениями, когда ни одно лекарство не помогало ему. Он никогда не настаивал на том, что в основе его упражнений лежит теория дао любви, но в книге имеется масса мест характерных для даоистов.

- Убедите себя, что среди людей с дефектом зрения имеется корреляция между внимательным взглядом и совсем ненужным, действительно вредным нарушением дыхания. Затем наполните легкие-не так резко, как если бы вы сделали глубокий вдох, а легко без усилий, выдох и вдох в общем ритме. продолжая в этом ритме, сосредотачивайте внимание на вещь, которую вы хотите видеть. Любое улучшение в качестве кровообращения немедленно отразится на улучшении зрения.

Отмечена связь между качеством зрения, улучшением кровообращения и правильным дыханием. Не только наши глаза, но и вся наша конституция страдает от неправильного дыхания. Хинг, известный психиатр, отметил, что и невротические и туберкулезные больные дышат тяжело, поверхностно, не обеспечивая достаточной вентиляции легких. Кажется невероятным, что большинство из нас используют не более 16 % объема легких.

Сам по себе половой акт уже является упражнением для тела, но этого недостаточно. Он не тренирует все мышцы тела. Из собственного опыта вы знаете, что если лежите в постели более 8 часов, то начинаете испытывать боль в пояснице или другие неприятные ощущения. Любые упражнения приведут вас в норму. Множество людей страдает от болезней позвоночника, особенно люди в возрасте. И естественно, вы немного преуспеете в искусстве любви с искривленным позвоночником.

4 ТАЙ-ЦЗИ-ЧУАНЬ (ТЦЧ)

Древние Китайцы разработали серию упражнений для ликвидации этих неприятностей. Они назвали их Тай-Цзи-чуань. Вы вероятно слышали о нем как о военном искусстве типа дзю-до. Сама техника японца Дзю-до основана на

философии дао. В Китае ее действительно называют Дзю-дао. Тай-цзи-чуань является простой техникой, использующей для защиты только обнаженные руки и кулаки. Тай-цзи-чуань представляет собой гармонию Инь, Ян и Чуань(по китайски-кулаки). ТЦЧ подобен грациозному танцу. В действительности он начался с танца. Его изобретение относят ко времени правления Хань, когда знаменитой врач и хирург Хуа Та внес свой вклад в усовершенствование искусства ТЦЧ. Хуа Та провел интенсивное обследование природы и жизни диких животных и сделал вывод, что человеку нужно многому учиться у животных, чтобы иметь сильное и стройное тело. ТЦЧ также называют длинный кулак, потому что все его последовательные движения связаны непрерывно, плавно без разрывов. Они должны быть живыми и проворными, т. е. мягкий кулак, т. к. при его действии не предполагается применение грубой силы для поражение врага;однако рассчитав правильный момент и правильную позицию, Вы можете использовать силу врага с тем, чтобы нарушить его равновесие. Именно даоисты говорят-4унции силы могут сдвинуть массу в 1000 пудов.

5 ТЦЧ КАК СРЕДСТВО САМОЗАЩИТЫ И ВЕЛИКОЛЕПНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ

Если вашей целью является техника защиты, то мы посоветуем найти вам компетентного учителя, но если вас интересует само по себе упражнение, то через несколько уроков вы сможете легко выполнять его каждый день. Мы говорили-это великолепное упражнение, потому что оно не силовое, без напряжения и его можно делать в почти любое время в любом месте и любым человеком, вне зависимости от возраста, пола и физического состояния. И еще оно очень эффективно в поддержании человека в хорошем тоне. Нам нравится этот термин, так как он не только великолепно отражает суть, но также потому, что теория Морехауза о мягких тактичных упражнениях близка нашей теории. ТЦЧ не являются резкими силовыми упражнениями. Секрет этих упражнений в том, что они легко упражняют наши суставы. В комбинации с глубоким дыханием они сохраняют юность. Многие люди ощущают и видят свою старость через неподвижность в суставах и даже их болезненность. Если суставы нарушены, то люди не могут пользоваться соответственно своим телом продолжительное время и их здоровье ухудшается.

6 ДИЕТА

Третьей колонной даоистской философии является еда. В древности Китайцы много говорили о еде, как и сегодня на западе. Знаменитый врач 7 века Сунь Сы-мяо писал-Истинно хороший врач обнаружив болезнь прежде всего пытается вылечить его едой и лишь затем лекарствами. Еда, как приятное ощущение, относительно не важна для человека практикующего дао. Но он, думает о еде, как об источнике жизни и здоровья.

К питанию серьезно относились в древнем Китае, также как и в наши дни. Имеется много книг по этому поводу: как есть и что есть. Вы должны сами подобрать, что

лучше всего подходит для вашего пищеварения, чтобы было хорошее настроение и здоровье. Но нужно помнить-переедание-одна из наивреднейших вещей для нашего организма. Лучше проводить меньше времени за обеденным столом, а побольше любви.

ГЛАВА 12

ИЗУЧЕНИЕ ДАО

Изучение дао не вызывает трудностей если вы начнете с допущения, что оно вызовет одобрение . Мы заранее представляем те понятия, которые трудно распространить. Имеются сильные аргументы, чтобы сдвинуть нас с правильного пути. Дао предлагает хорошие причины, из-за которых нам нужно пересмотреть наши взгляды на любовь. Например, многие женщины отказываются от терминов "мастерство"и"техника" в любви и они правы в данном употреблении эти понятия означают, что метод любви используется профессионалом, а это оскорбительно для женщин."Техника" без тепла, чувств и эмоций делает любовь бессердечной, холодной. С другой стороны даоисты в Китае наряду с пропагандированием мягкого, нежного и высокочувствительного отношения к любви и сексу, еще настаивают на равноценном значении и важности мастерства, умения любви. Их идеал таков: если вы хотите сделать что-то хорошо, вы должны усовершенствовать свое мастерство в этом деле. В любви мужчина и женщина должны изучить как любить, чтобы стать эффективными партнерами. Бадзак сказал-неумелый любовник подобен обезьяне, пытающейся играть на скрипке. И он прав. Неумелый любовник может произвести на женщину впечатление будто он использует ее для мантрубации. Жермен Грир в книге описывает один эксперимент: "Когда мужчина стыдится манструбировать, он вместо этого ищет женщину, чтобы освободить себя. Чувство стыда, которое он испытал во время мантрубации не отличается от такого же чувства стыда при общении с женщиной, с той лишь разницей, что манструбирует его теперь женщина своим влагалищем, а не его руки, и эякулирует он во влагалище. И теперь это чувство стыда направлено на женщину. Он рассматривает ее как посудину, в которую он спустил свою сперму, она теперь

что-то вроде живой плевательницы и все это вызывает у женщины чувство омерзения.

Дао предполагает, что мастерство мужчины в любви должно достичь

такого уровня, чтобы он смог удовлетворить и оценить свою

партнершу. "Удовлетворение" в понимании даоистов означает не только

достижение максимально приятного ощущения, но и достижение более глубокого метафизического чувства, включающего обоюдного спокойствия. Когда дао-любви говорит о технике, оно не имеет ввиду только технику движений и умение контролировать эякуляции, а умение развивать все чувства с тем, чтобы вы могли достичь реальной гармонии Инь и Ян. Мастерство любви-это не только простая механическая вещь, а опыт в целом.

1 РАЗВИТИЕ ЧУВСТВИТЕЛЬНОСТИ

В некотором смысле мы все являемся жертвами своего пуританского прошлого и неестественного настоящего. Мы должны восстановить наше чувство запаха, например это чувство в любви занимает второе место после прикосновений. Нас непрерывно атакуют различные дезодоранты для всех частей нашего тела и мы себя ими обрабатываем и намыливаем без меры, что напоминаем по запаху пластмассу, выпущенную только что фабрикой.

Нами утеряно ощущение индивидуального запаха человека, который играет большую роль в любви, так как именно естественный запах привлекает к себе мужчину и женщину. Очень часто они возбуждаются очень сильно, вспоминая запах партнера/бчем от чего-либо другого. Персональный запах кожи, волос, рта, гениталий может быть наиболее приятен и даже переполняюще возбуждать человека, особенно близкого по духу. И наконец это частично объясняет распространенный загадочный термин "химическое влечение". Конечно, много различных женщин с сильным и едким запахом влагалища. Однако, избавляясь от этого запаха чрезмерным мытьем можно нарушить природный баланс секрета и организмов в слизистой влагалища и тем самым вызвать инфекцию. Мы не против чистоты или простой гигиены. Напротив, мы именно и говорим, что для большинства людей достаточно простой гигиены и чистоты.

Наряду с этим нужно развивать чувство прикосновения. В Викторианские времена люди любили друг друга в одежде. Не было прямого контакта тел, за исключением гениталий. Сегодня мы имеем совсем мало одежды на себе в постели и все равно мы ограничиваем секс контактом просто гениталий. Имеется полное различие в мире между сексом гениталий и любовью с помощью всего тела и всеми открытыми ощущениями. Касание тела для мужчины и женщины очень существенно для истинного удовлетворения. Любовь должна быть гармоничным кооперированием между парой, в котором каждая часть вашего тела отдает и получает приятное ощущение, т. е.

1-во время любви никогда не переставайте касаться руками друг друга до тех пор пока не почувствуете усталости и не уснете.

2-клитор и грудь наиболее чувствительные точки, но не прикасайтесь к ним в первую очередь, сразу при встрече, сначала поласкайте ее руки и поцелуйте ее. Чувствительным местом женщины является спина женщины вдоль позвоночника от головы и вниз до поясницы и бедер. Эти точки варьируют по чувствительности у разных женщин, но наиболее популярными точками являются уши, шея, затылок, талия, особенно сбоку. Внутренняя часть бедер тоже очень чувствительна. Её живот тоже очень любит ласку вашего живота-это наибольшее удовольствие для влюбленных.

3-Для мужчин наиболее чувствительной областью является, кроме пениса, внутренняя часть уха, и для некоторых грудь. У 50 % мужчин появляется эрекция при ласкании сосков и внутренней части бедер.

4-один из секретов успеха при соприкосновении тел является в том, чтобы произвести как можно больше контактных точек от головы до пят. Эти прикосновения не должны быть статичны. Пусть ваши руки скрутятся вокруг тела вашей партнерши или ваше собственное тело производит неуловимые, нежные движения, как будто она дышит и двигается вместе с вами.

5-в начале любви женщина должна уделить гораздо больше внимания контакту тел, чем на стимулировании пениса рукой. Исключение составляют те женщины, которые мгновенно возбуждаются от одного прикосновения обнаженного пениса. Если продолжительный контакт тел не вызвал эрекции у мужчины, она должна возбудить его руками. Пожилые люди не так сильно реагируют на ласки руками пениса. К пенису молодого нужно прикасаться всегда вдоль его длины, применяя легкие нежные нажимы около основания и почти не касаясь головки. Пенис пожилого человека нужно пожимать более твердо, у него не так быстро появляется эрекция и эякуляция. Наилучший способ получить у него эрекцию это применить обе руки. Он очень легко возбуждается, если сделать кольцо из рук вокруг пениса; эрекция сохраняется достаточно долго, чтобы войти во влагалище. Будьте осторожны, не нажимайте очень сильно на крайнюю плоть, если у вашего партнера нет обрезания, это иногда может вызвать раздражение гнев. Вместо этого сосредоточьтесь свои ласки на головке и яичках. Неопытные женщины игнорируют мошонку и яички. Опытные полностью осознают реальную их важность. Пожилые любят, когда касаются их яичек. Лаская их-наилучший путь полностью взять мошонку в руку, в это время вы одновременно стимулируете ее конец и основание пениса кончиками пальцев. Чтобы вы не делали, никогда не доводите до боли.

Молодых это возбуждает очень сильно, будьте осторожны. Используйте свои руки нежно для лучшего результата и будьте готовы к любой реакции со стороны

разных мужчин. Некоторые бывают мгновенно возбуждены, как только вы взяли в руки пенис, другие наоборот не имеют даже достаточной эрекции.

6 Мужчина должен следить за своими руками, они должны быть мягкими и чистыми. Немногим женщинам доставляет удовольствие ласки. Немногим женщинам доставляет удовольствие ласки грубыми руками. Большинство женщин чувствует также, как Марлен Дитрих, которая сказала-Настоящие мужчины тактичны, мягки, без нежности мужчина неинтересен. Помните Ваши руки достигают самых интимных мест. Многие женщины предпочитают, чтобы клитор стимулировали пальцами и не могут достигнуть оргазма без интенсивной, но деликатной помощи со стороны ваших пальцев или вас самих. Грубые грязные пальцы могут вызвать отвращение и даже инфекцию. Имеются женщины, которым нужно ласкать соски, прежде чем они достигнут максимального наслаждения. С другой стороны, есть женщины, которые не любят стимулирование гениталий. И вы это можете обнаружить с помощью проб и ошибок. По-видимому контакт тел может возбудить ее, но она ненавидит прикосновение пальцев к влагалищу. Эти женщины особенно интересны многим мужчинам, которые не любят манипулировать с гениталиями.

2 Научиться общению друг с другом.

Кроме изучения как прикасаться друг к другу, мы должны научиться также коммуникабельности. Это не просто-что говорить и как говорить. Мы реагируем гораздо больше на звук голоса, чем на смысл слов. Это и есть в любви.

Фрейд показал, что корни нашего сексуального посещения заложены глубоко в нашем детстве, когда мы окружены нежными прикосновениями матери и ее успокаивающим голосом. Прилежные развлекатели всегда знают цену сексуального голоса. Человеческий голос таинственный и превосходный инструмент. Ваш голос должен быть таким же. Молчание во время любви может не возбудить нервы вашей партнерши. Это может быть расценено, как отсутствие интереса или неудовлетворенность. Мы не предлагаем вам вести философские диалоги, но вы должны показать одобрение и удовлетворенность. Еще несколько важных пунктов.

1-полное молчание может быть расценено как неудовлетворенность.

2-избегайте использовать грубые слова и звуки. Успешный любовный процесс требует успешной и гармоничной взаимопонимающей атмосферы.

3-никогда не критикуйте. Это снижает эффект от любви. Не играет роли насколько созрел ваш партнер, он может потерять самоуверенность, если вы сделаете ему замечание в этот уязвимый момент.

4-похвала мягким сладким голосом может оказаться магической.

3 ДАО НЕ ТОЛЬКО ДЛЯ МУЖЧИН

В немного меньшей степени женщины тоже могут понять дао. Например, если женщина не знает дао, то она может быть задета, что партнер не эякулирует. Она может подумать, что неинтересна как партнерша, что она не нравится ему. Она должна также знать, что оргазм и эякуляция-не одно и то же. Это основное в дао любви, и этот принцип был понят Кинси-"Но оргазм может быть и без выделения спермы. Это происходит у некоторых взрослых мужчин... , которые преднамеренно его вызывают усилением половых мышц в противозачаточной технике, которая известна как сохранение сближения.

Эти ощущения у мужчин действительно оргазм, который они без труда узнают, даже если он без эякуляции.

- СЕКСУАЛЬНОЕ ПОВЕДЕНИЕ ЛЮДЕЙ

Эта проблема может быть усложнена из-за того, что некоторые женщины чувствуют, что частично их удовлетворение наступает от ощущения эякуляции в них внутрь. Этот небольшой факт теперь выступает против успеха дао-любви. Какого бы мужчину женщина предпочла бы? Того ли, который бы занимался любовью всю ночь и в конце мог еще эякулировать или того, который эякулирует в первый же момент и спит глубоким сном всю ночь. И для женщин невоспринимающих все виды противозачаточных средств, дао любовь привлекательна. Для мужчин которые своим дао-любви эякулируют 1 раз в несколько недель, средства предохранения становятся бессмысленными. Если дао станет однажды распространенным знанием, то вредные предохраняющие средства станут бесполезными. Дао не может дать всего, что обещают его последователи 17 века, но он может дать гармонию Инь и Ян. Это дает умиротворение ума, пикантность и медленное прожвижение к старости.

4 ВАЖНО ИМЕТЬ ПРАВИЛЬНОГО ПАРТНЕРА

Несимпатичная и некоммуникабельная женщина может сделать процесс любви трудным даже для опытного мужчины, практикующего дао. Именно поэтому оба партнера должны практиковать дао-любви. По крайней мере женщина должна знать термины "мягкое вхождение", "контролируемая эякуляция" и др. Почти вся древнекитайская литература по дао настаивает на важности иметь правильного партнера. Это однако не значит, что вы иметь полную гармонию всякий раз во время любви, даже с идеальным партнером. Учитывается общий эффект. Глубокий эротический поцелуй может помочь гармонии Инь и Ян, но не все поцелуи приводят к слиянию Инь и Ян. В принятых выражениях полная сексуальная гармония означает оргазм и еще больший оргазм для женщины-клитора, влагалища, смешанный или множественный оргазм. Дебаты по поводу различных оргазмов у женщины будут неуместны, если вы практикуете дао-любовь. Если вы можете наслаждаться 1000 движений (членом) в день, аргументация не важна, в целом вопрос об образе ставит различные

аспекты: если мужчина может делать любовь с женщиной несколько раз в день, а не раз в неделю.

Естественно есть люди у которых нет такого аппетита к любви. Может быть потому, что они никогда не пытались ее делать так часто. Как только мужчина последует примеру контролировать эякуляцию, данному в этой книге, он будет чувствовать не напряжение, а приятность. И его партнерша, испытав однажды наслаждение от любви, как мы здесь описали, редко будет недовольна им или уставать от любви. И необязательно целый день проводить в постели. Каждое слияние, включая предигры, занимает 10-20 минут следовательно 6-7 слияний займут не более 2 часов. Большинство пар проводят больше времени у телевизоров или идут в кино, и они считают что этого достаточно. Нет правил для такой программы. Вы можете растянуть слияние на все 24 часа, а можете насладиться им сейчас же, лишь бы оба получили максимальное удовлетворение. Интенсивность любви варьируется время от времени. Конечно, вы не обязаны делать любовь так часто каждый день.

5 ОРГАЗМ МУЖЧИНЫ-ПУТЬ ДАО-ЛЮБВИ

Эякуляция служит событием мгновения, подобно взрыву или грому. Если мужчина имеет любовь регулярно, его сексуальная энергия гармонична и его нужда в эякуляции сильно снижена. Любовь становится непрерывной и спокойной, вместо случайной и взрывной. Любовь должна быть хороша сама по себе, как хороший обед. Удовлетворение-это результат общей процедуры, а не ее составных частей. Этот вывод необходимо осознать мужчинам и женщинам, если они желают освоить метод дао быстро и в совершенстве.

6 ОТВЕТЫ НА НЕКОТОРЫЕ ВОПРОСЫ

Многие вопросы придут читателю в голову после прочтения этой книги.

Предупредить некоторые из них-несомненно поможет изучению дао любви.

1-в чем разница между даоизмом как философией и как религией.

Отличие очень большое. Подобно многим восточным философам, как

Буддизм Конфуцианство, концепции дао были неправильно интерпретированы многими людьми, для которых они стали формой религии, и люди строили храмы, принимали церемонии и поклонялись образам, что даоисты ненавидели. В нашей книге мы говорили о даоизме, как о философии.

2-какова концепция дао в любви?

Она имеет несколько романтических черт и более практических сторон, и

этого больше чем в существующих концепциях запада. Даоисты считают, что физическая и духовная гармония неразделимы. Пара, которая может любить друг друга до экстаза, одновременно придает друг другу умиротворение и гармонию во

всех отношениях, и кроме того, их обоюдная притягательная сила любви увеличивается и переходит в постоянное чувство. До первого свершения любви, они могут иметь небольшое влечение, в то время как по концепции запада, они должны впасть в романтическую любовь до первой встречи.

3-почему так мало написано для женщин?

Все древние книги по любви были написаны исключительно с целью помочь мужчинам, по той простой причине, что мужчины принадлежат "огню", который быстро гасится женщиной, принадлежащей "воде". В области любви мужчина более уязвим и многим мужчинам необходимо помочь. Основная цель-помочь им стать лучшими, более здоровыми любовниками.

4 - принято ли учение дао медициной и как это может быть доказано?

Есть книга великого врача 7 века Сунь Сымао, которая была переиздана в 1955 и Сунь сейчас в великом почете у китайцев. Исследования Мастера и Джонсона за последние 20 лет подтвердили большинство идей дао, а их работы применяют в практике многие терапевты мира.

5-как вы считаете, что служит важнейшей частью этого древнего пути любви.

Знаменитый врач Гален во 2 веке сказал "После совокупления все животные чуть печальны, кроме женщин и петухов". Для дао было бы ближе к истине, если бы слово совокупление заменили словом эякуляция. Почти каждый мужчина испытывает теперь чувство опустошения после эякуляции-неожиданное чувство, которое он испытывает теперь-это полная потеря интереса к женщине, которая удивляется, почему же он любил ее. В менее постоянных взаимоотношениях ситуация еще хуже-мужчина желает немедленно покинуть и покидает женщину. Это глубоко унижает женщину и если такие чувства накапливаются, они могут легко перейти в обоюдную ненависть. Фактически мы наблюдаем удивительно мало счастливых лиц где бы то ни было, говорящих об отсутствии такой дисгармонии. Люди, удовлетворенные в любви и сексе, как правило счастливые люди. Этим частично объясняется, почему мы сегодня в мире имеем так много ненависти и так мало любви. Метод дао с контролированием эякуляции может легко изменить все это и в этом я и хочу отметить главную сущность дао. Однако почти все мои друзья женщины много практикующие в обоих способах любви считают что дао дает им неограниченную возможность в ласкании мужчинба это одна из наиважнейших черт. Другой равноценный вклад-контролирование рождаемости. Некоторые из женщин говорят-Это замечательно иметь любовь когда захочешь, даже среди ночи, не думая о глупых противозачаточных средствах, которые делают нас больными, и придают ощущения, что любовь-это не любовь.

6-скучают ли женщины по эякуляции?

Только небольшое странное чувство они испытывают вначале, но очень быстро привыкают и начинают осознавать преимущества.

7-что делает мужчину отдаленным и равнодушным к женщине после эякуляции?

Древние даосы считают, что сперма служит основной силой в их любви к женщине.

8-как сильно обилие еды влияет на возможности в искусстве любви?

Очень сильно. Настолько, что если мужчина или женщина непрерывно едят нездоровую пищу, они не могут поддерживать любовь. Мы дополнительно добавим, что необязательно питаться мясом, а неовощами, чтобы стать хорошим любовником.

9-можете ли вы просто сказать, почему дао служит жизненно важным фактором для мужчин и женщин для здоровья и долголетия?

Есть 2 причины, почему дао полезно обоим. Если пара может иметь любви сколько им надо, то им легко поддерживать счастливую и гармоничную жизнь.

Эта гармония может внести изменения и во взаимоотношениях с другими людьми. Другим преимуществом служит тот гармоничный баланс, который получается при максимальной любви. Современные врачи обнаружили, что баланс очень важен для хорошего самочувствия человека. Многие современные врачи вводят пациентам недостающие гормоны. Такие процедуры без полного понимания их сути, влекут за собой не только высокую стоимость медицинского обслуживания, но и глубокую опасность от применения

искусственных гормонов, в то время как наше тело в состоянии производить массу полезных и недорогих гормонов при благоприятных условиях. (ине только физическая любовь) Согласно исследованиям института психиатрии Плана в Мюнхене эндокринологом Пирке, психиатром Коскоттом и психологом Диттианом стимулирование от созерцания без эякуляции и сближения может значительно увеличить тестостерон в потоке крови мужчины. Сексуальные движения, ласки в течение 30 минут во время предигр производили зримое стимулирование и особенно наблюдалось сильное увеличение уровня тестостерона в крови 6 из 8 мужчин в возрасте от 21 до 34 лет. Конечно активная физическая любовь несравненно эффективнее ждя сохранения гормонального баланса, чем только одно визуальное стимулирование. Но, как отмечают древние китайцы, это справедливо, если мужчина освоил технику дао.

ВЫВОД СУНЬ СЫМАО-Если вы можете делать любовь сотни раз без эякуляции, вы можете прожить долго.

В 1962 году была организована конференция памяти древнейшего врача Китая- Сунь Сымао. Только одно из его новшеств-прививка против оспы спасло миллионы жизней. Он не только помогал другим, но и сохранил свое собственное здоровье, прожив 101 год и нет сомнений, что он практиковал дао, которое пропагандировал.

Вновь вспомним Мастера Суня:

Когда человек молод

Он обычно не понимает дао

Или даже если он слышал и читал об этом

Он вряд ли до конца поверит ему и начнет практиковать

Когда он достигнет своего уязвимого возраста

Он оценит значение дао

Однако часто бывает поздно

Так как обычно он очень болен, чтобы что-то от этого получить

Мастер Сунь предсказал мою судьбу на 1500 лет вперед за исключением того, что к счастью я не стал ждать того момента, когда успешное применение дао уже поздно.

Мне было 17 лет, когда я впервые прочел о дао, но был слишком невинен, чтобы понять и применять его. К этому времени я прочитал книгу Вильде "Идеальное супружество". К несчастью вилде делает несколько серьезных ошибок, в частности он не советует вступать в сближение, если не подготовлен к эякуляции. Какому совету последовать - Вилде эякулировать всякий раз, либо первый совет Суня-один раз на 100 встреч, либо его совет молодым 1 раз на 4 встречи? Естественно предпочел Вилде. И был впоследствии тяжело наказан в течение 12 лет за предательство древней мудрости. В результате счастливого супружеского медового месяца, находясь в полном изобилии, лишь слово беспомощность сумирует все трогательные ситуации. Реальная проблема была в том, что Вилде советовал относительно эякуляции: - достичь кульминационного момента путем эякуляции во влагалище с одновременным оргазмом и вершиной и вершиной приятного для обоих партнеров. Всякий раз как мы любили я делал эякуляцию (обычно 3 раза в день) 3 эякуляции в день на протяжении 2 месяцев-это самое большое, на что я мог рассчитывать. В любом случае я больше не мог, был опустошен и спал долгие часы, но я видел, что и она неудовлетворена. Хотя я и

не отказывался от Вилде еще 12 лет результаты были теми же. Мое здоровье резко пошатнулось и лишь тогда я вспомнил о древних советах китайцев.

Сейчас мне около 60 в этом возрасте многие мужчины часто прекращают любовь. Я все еще путешествую, имею любовь три раза в день, в воскресенье имею любовь 2-3 раза утром, затем езду на велосипеде 20-30 миль, и вновь имею любовь перед сном. Результат на лицо-я еще не исчерпан, здоровье-лучше не бывает, мой ум спокоен, а вся беспомощность, связанная с неудовлетворенностью партнерши исчезла. Какова же причина этого изменения? Я сейчас практикую то, что Сунь советовал еще 1300 лет тому назад - любите 100 раз без извержений.