

Бхагван Шри Раджниш (Ошо)

СЕКС



Секс — это не ваше творение: это подарок Бога. Это радость! Это божественный дар наслаждаться и праздновать. Это участие в великом празднике, которым и является существование. Везде, где есть красота, присутствует секс.

Кто сказал вам, что секс — это грязь? Вся жизнь существует через секс, вся жизнь вырастает из него.

Цветок так прекрасен — вы видели? Это тоже сексуально. Птица, поющая утром около жилища отшельника, прекрасна, но задумывались ли вы о том, что это пение птицы есть сексуальное приглашение? Она приглашает партнера, ищет партнера, любимого. Ничего нет неправильного в чистом простом сексе. Это естественно. Нет нужды прятать его за прекрасным словом любовь. Нет нужды создавать вокруг него романтический туман.

Это должно быть чистым явлением: двое в этот момент чувствуют, что они хотели бы общаться на более глубоком уровне, вот и все. Никакой обязанности, никакого долга, никакого обязательства в этом. Секс должен быть полон игры и молитвы.

Мой подход ни от этого мира, ни от мира иного. Мой подход — это не отказ от чего-либо, а использование этого. Что бы ни было дано тебе, это драгоценно — таково мое понимание. Если бы это было не так, существование не дало бы тебе этого.

Я учу вас, как идти глубже в любовь. Я учу вас также, как идти глубже в секс, потому что это единственный путь, ведущий за пределы. Людей приучили: они думают, что религиозные люди должны быть против секса; а те, кто не против секса, как они, могут быть религиозны? Это стало намертво установленными категориями. Я разрушаю все эти категории, и я не жду, что мир немедленно сильно изменится от этих установленных моделей ума. Поэтому я не жду, что они также поймут меня. Когда они недопонимают, я абсолютно понимаю их недопонимание. Понадобятся годы или столетия, чтобы они поняли меня, но это всегда случается.

Даже в этом, двадцатом, столетии люди живут в полном невежестве относительно секса, даже те люди, про которых вы думаете, что они должны знать лучше. Даже ваш доктор в действительности не знает, что такое секс, не знает его многогранности. Он должен бы знать, но даже доктора живут очень суеверно. Они тоже узнают вещи с базарных мест. Ни в одном медицинском колледже секс не преподается как отдельный предмет. Такой необъятный, сильный предмет и до сих пор не преподается. Да, физиология секса известна от врачей, но физиология еще не все. Существуют более глубокие пласты: существует

психология, существует духовность; существует психология секса и существует духовность секса. Физиология— это только внешняя сторона.

Слово «секс» — очень красиво. Изначальный корень слова «секс» означает «разделение» — секс означает разделение. Если вы разделены внутри, тогда там будет секс. Когда вы мечтаете о женщине или мужчине, что происходит? Одна ваша часть стремится встретить другую часть, а вы стараетесь встретить другого снаружи. Вы можете встретиться на одно мгновение, но вы снова будете одиноки, потому что снаружи встреча не может быть вечной. Секс ограничен тем, что он моментален, потому что другой есть другой. Если вы встречаете ваших внутренних женщину или мужчину, тогда встреча может быть вечной. И когда все разделения исчезают, эта встреча происходит. Это есть алхимическая трансформация: ваши женщина и мужчина встречаются внутри, и вы становитесь едины. И когда вы едины, у вас будет любовь.

Все мои усилия здесь направлены на то, чтобы секс вам надоел. Потому что, если секс вам наскучит, тогда и только тогда вы начнете интересоваться Богом. Подавленный человек остается заинтересованным в сексе, вот почему я против подавления. Вы удивитесь, но это моя логика, это моя математика. Подавленная личность остается заинтересованной в сексе, остается одержимой сексом, поэтому я говорю – насытитесь сексом и вскоре после этого вы покончите с ним. А когда вы покончите с ним, секс потеряет все свое значение, это будет великий день, великий момент в вашей жизни.

Вы можете не быть телом, но вы живете в нем, а тело имеет свои нужды, которые приходится удовлетворять. И если вам нужно расти как тотальное единство, тогда приходится все принимать, ничего не может быть отвергнуто. Конечно, все должно быть использовано ради высшей гармонии. Секс должен быть принят, использован и оставлен позади; не отвергнут — оставлен позади. И запомните, различие велико: не отвергнут, не отброшен — оставлен позади.

Что же тогда делать? Знать секс! Двигайтесь в него сознательно! Это секрет для того, чтобы открыть новую дверь.

99% знают секс только как облегчение; они не знают его оргазмическое качество. Даже если они думают, что они имеют оргазм, это не оргазм — это просто половое облегчение. Оргазм не имеет ничего общего с половыми органами как таковыми. Половые органы включены в него, но оргазм тотален — с головы до пальцев ног, он во всем теле.

Эякуляция — это не оргазм. Это очень локальное освобождение, сексуальное высвобождение — это не оргазм. Высвобождение — это отрицательное явление: вы просто теряете энергию, а оргазм есть абсолютно другая вещь.

Что такое оргазм? Оргазм — это состояние, когда ваше тело больше не ощущается материальным, оно вибрирует, как энергия, электричество. Оно вибрирует так глубоко, до самого основания, что вы полностью забываете, что оно материальная вещь. Оно становится электрическим явлением. Сейчас физики говорят, что материи нет, что вся материя это только видимость, более того, что все, что существует, есть электричество, не материя. В оргазме вы приходите к тому глубочайшему пласту вашего тела, где материя больше не существует, только энергетические волны; вы становитесь танцующей энергией, вибрацией. Для вас не существует больше никаких преград — пульсация, и более не материальность. И ваша возлюбленная тоже пульсирует.

В этом и смысл сексуального оргазма, что ваша замерзшая энергия плавится, становится единой с Вселенной, с деревьями и звездами, с женщинами и мужчинами, со скалами — на одно мгновение, конечно.

Но в этот момент вы обладаете качеством сознания, которое есть религиозность, оно священно, потому что это приходит из целого.

Сексуальный оргазм требует больше времени — чем дольше, тем лучше; потому что тогда он идет глубже в ваше существо, в ваш ум, в вашу душу. Затем он будет распространяться от пальцев ног до головы, каждая жилка вашего тела будет пульсировать с ним. Все ваше тело станет оркестром, и он придет к крещендо. Но если вы спешите, оргазм становится просто эякуляцией, он больше не оргазм. Он локальный и крошечный, почти бессмысленный. Кстати, вы будете чувствовать себя усталым, расстроенным, подавленным после него, потому что энергия потеряна, и она не дала вам свежести, поэтому это было просто бессмысленно. Вы остаетесь прежними — немного более усталыми, конечно, с меньшим количеством энергии, но вы остаетесь теми же самими. Это не было очищающим процессом, это не встряхнуло вас до самого основания.

Миллионы женщин жили и умерли так и не зная, что они способны переживать оргазм. А без знания, что вы можете иметь великий оргазмический взрыв, вы не сможете понять ничего духовного; это будет почти невозможно для вас.

Когда женщина не может иметь оргазм, мужчина в действительности тоже не может иметь его, потому что оргазм — это встреча двоих. Только двое, когда они растворяются друг в друге, могут иметь его. Это не так, что один может иметь его, а другой нет — это невозможно. Высвобождение возможно, эякуляция возможна, облегчение возможно, но не оргазм.

Оргазм — это не облегчение; оргазм — это праздник. И оргазм есть ваша встреча через другого со всем целым. Оргазм всегда божественен: другой становится дверью, и вы входите в божественное. Оргазм всегда духовен, он никогда не сексуален. Тот, кто думает, что оргазм сексуален, так ничего и не понял; он ничего не знает об оргазмических переживаниях. Оргазм — это всегда самадхи, экстаз. Но люди не знают этого, потому что они встречаются из нужды, а не от переполнения энергией.

Когда вы думаете об оргазме, он становится целью, это больше похоже на дело, и тогда оргазм становится затруднителен. Это дилемма: если вы преследуете оргазм, он становится трудным, потому что вы ищете его, стремитесь к нему, и вы не тотальны в самом деле. Ваш ум ждет оргазма: вы думаете о том, достигнете ли вы его в этот раз или нет, и этот страх парализует сексуальный центр. Сексуальный центр может реально раскрыться тогда, когда отсутствует страх, когда нет вопроса о каком-нибудь результате, когда нет мыслей о будущем, когда действие не ориентировано на достижение, когда вы просто играете. Это прекрасно — играть чьим-нибудь телом и чувствовать чью-то игру со своим телом. Просто два тела танцуют, поют, обнимаются, ласкаются — это прекрасная симфония, нет нужды думать об оргазме. И тогда он произойдет! В этом вся прелесть этого, только тогда он произойдет. Но произошло это или нет, это к делу не относится.

Просто забудьте об этом.

Почему должны существовать различия в техниках для мужчин и женщин? Потому что сами они различны. Они настолько различны, насколько это возможно. Они полярно противоположны. Вся физиология, вся психология, каждый уровень женского сознания отличается от мужского — они не только различны, просто противоположны. Абсолютно

различные техники должны быть созданы, абсолютно различные. Но потому, что мужчина и женщина живут рядом, так близко друг к другу, они продолжают забывать, что они различны. Ничто не похоже друг на друга, и это хорошо, что ничто не похоже, потому что именно поэтому они могут стать единым энергетическим кругом. Они дополняют и подходят друг другу. Когда я говорю, что мужчина и женщина это две противоположные части единого целого, я имею в виду, что они взаимодополняющие.

А дополнение возможно только тогда, когда их противоположные полюса встречаются. Взгляните на это таким образом: влагалище является отрицательным полюсом женского тела, а грудь — положительным полюсом. Это магнитный стержень: положительный полюс около груди, отрицательный — вблизи влагалища. Для мужчины отрицательный полюс находится на груди, а положительный — на пенисе. Таким образом, когда груди встречаются — мужские и женские — встречается отрицательное и положительное; и когда сексуальные центры встречаются в совокуплении, встречается отрицательное и положительное. Теперь оба магнитных стержня встречаются противоположными полюсами, теперь существует некий круг — энергия может течь, энергия может двигаться.

Но этот круг может образоваться только тогда, когда мужчина и женщина любят друг друга. Если нет любви, тогда встретятся только их сексуальные центры — только один положительный полюс встретит один отрицательный. Обмен энергией будет существовать, но линейный. Круг сделать невозможно. Вот почему без любви вы никогда не чувствуете удовлетворения. Секс без любви становится просто пустяком. Он не является глубоким движением. Энергия движется, но по линии — круг не возникнет. И только когда существует круг, вы становитесь одним целым, не раньше. Когда вы глубоко в любви, грудь тоже встречается, но никогда прежде. Таким образом, половой акт очень прост, любовный акт намного сложнее. Половой акт является только физическим — две энергии встречаются и расходятся. Следовательно, если существует только секс, рано или поздно вы будете расстроены: вы напрасно растратите энергию и ничего не достигнете.

Преимущество произойдет только тогда, когда образуется круг. Если существует тотальный замкнутый круг, оба партнера выйдут из полового акта более энергичными, более живыми, более заряженными, с большим течением энергии. Если существует только половой акт, оба партнера выйдут из него разряженными, ослабленными. Они потеряли энергию. За этим последует сон, потому что все их чувства слабы. В этой «однополярной встрече», мужчина теряет больше, чем женщина. Вот почему женщины могут становиться проститутками: потому что положительный полюс — это мужчина, отрицательный — женщина.

Энергия течет от мужчины к женщине, а не наоборот. Поэтому женщина может быть в 20–30 актах за одну ночь, а мужчина не может. Поэтому для меня проституция плоха не потому, что это проституция, а потому, что невозможно создать замкнутый круг. Вы не заряжаетесь. Вы просто растрачиваете зря энергию. В любви мужчина и женщина встречаются на двух полюсах. Мужчина отдает женщине, а женщина возвращает обратно. Все это взаимно.

Мужчина всегда любит достигать женщину мгновенно. Он не заинтересован в прелюдии, потому что его положительный полюс всегда готов. А женщины всегда нерасположены входить в половую связь мгновенно, без всякой прелюдии, потому что их отрицательный полюс не готов. И он не может быть готов. Отрицательный полюс не будет готов, если мужчина не начнет любить женщину с груди. Они могут уступить, но они не будут принимать участия. А мужчина думает, половой акт прост. Зачем зря тратить время?

Мгновенно достигая женщину, он кончает в считанные минуты. Но женщина осталась безучастной, она не была пробуждена. Вот почему женщины мечтают, чтобы их любовники касались их груди, любили их грудь — глубоко желают этого. Только когда их грудь становится полной энергии, их второй полюс магнитного стержня, который является отрицательным, отзывается. Тогда они оживают к этому, тогда они могут участвовать в этом, тогда взаимосвязь возможна, и они растворяются.

Прелюдия обязательна. Брак становится сух, потому что в начале, когда вы встречаете новую женщину, вы прежде играете с ее телом. Вы не уверены, позволит ли она вам непосредственную близость, поэтому вы играете. Вы только прощупываете почву, чтобы узнать, готова ли она. Но когда она ваша жена, вы берете ее как собственность — в прелюдии нет нужды. Такие жены не удовлетворены своими мужьями не потому, что мужья их не любят, а потому, что они любят их неправильно. Они не думают, что женщина это нечто другое; что ее тело отзывается по-другому, как раз противоположным образом.

Люди не подходят к занятию любовью постепенно. Сидят два человека и вдруг начинают заниматься любовью. Это так внезапно — и очень резко для женщины. Для мужчины это не так резко потому, что мужская энергия — энергия другого типа, и мужская сексуальность более локальна. Женская сексуальность более тотальна; все ее тело должно быть включено в это. Женщина никогда не войдет в это глубоко, пока этому не будет предшествовать прелюдия.

Когда женщина остается холодной, переживание оргазма мужчины остается локальным, половым. Это не достигает его души, это не достигает всего его тела. Все его клетки и все его жилки не вибрируют, не находятся в танце. Это бедно, очень бедно. Это есть высвобождение, облегчение, а не переживание оргазма.

Бхагван Шри Раджниш (Ошо)

СЕКС (2)

Секс прекрасен, сексуальность отталкивает. Когда секс становится умственным, когда секс входит в вашу голову, это становится сексуальностью. Голова не является центром для секса. Секс не является функцией головы. Когда секс входит через голову, это становится сексуальностью. Тогда вы думаете о сексе, тогда вы фантазируете о сексе. И чем больше вы думаете, чем больше вы фантазируете об этом, тем в большие неприятности вы попадаете. Эта проблема присуща Западу: он слишком много фантазировал о сексе. Запад стал сексуальным через фантазию, Восток стал сексуальным через подавленность. Оба стали сексуальными, и оба потеряли естественную способность наслаждаться сексом. Оба стали патологически разными. Запад стал патологическим, считая, что секс есть конечная цель жизни; Восток стал патологическим, думая, что секс — последний барьер между Богом и человеком. Секс не является ни тем, ни другим. Это ни конечная цель, ни последний барьер. Секс — это простое явление, такое же, как голод или жажда.

Запад создал для себя проблему: мужчина должен удовлетворить женщину, а женщина должна удовлетворить мужчину. Теперь оба в беспокойстве. Итак, мужчина старается понять, удовлетворил ли он женщину. Если она не удовлетворена, что-то недостает в нем; он уже не вполне мужчина. И когда вы начинаете чувствовать, что вы уже не совсем мужчина, вы идете не в том направлении — больше и больше трудностей будет возникать

перед вами. Вы начнете бояться; вы потеряете доверие. А женщина продолжает стараться понять, удовлетворила ли она мужчину. Если она чувствует, что мужчина не удовлетворен, или если она чувствует, что мужчина не достиг этого экстаза, который проповедуется сейчас по всему миру, она чувствует, что что-то теряется в ней. Теперь оба становятся беспокойными, и прекрасный акт любви извращен. Здесь не о чем беспокоиться.

Затем существует другая проблема: люди слишком много занимаются любовью. Они сделали это почти рутинной. Идея, что секс очень гигиеничен, была выдвинута медицинскими авторитетами. Если вы не занимаетесь любовью каждый день, то что-то здесь неправильно. Сейчас они говорят, что возможен даже сердечный приступ, если вы не достаточно занимаетесь любовью. Это же должно быть редким событием, праздником. Это не должно быть скучным, это не должно быть ежедневной пищей. Нужно сохранять это для тех редких случаев, когда вы действительно текучи, когда существует другое пространство. Нужно хранить это как подарок для редких моментов, в противном случае жизнь становится очень нудной. Так же, как вы едите каждый день, пьете ваш чай и принимаете ванну, точно так же вы занимаетесь любовью. Затем оказывается, что это скучно — все одно и то же. Занимайтесь любовью только тогда, когда есть огромное желание и страсть, иначе просто скажите: «Извините, ошиблись адресом». Так в чем же дело? Притворяться лучше не надо. И если вы прекратите притворяться, вы увидите, что глубина вашего любовного общения сильно увеличится.

Люди так много говорят о сексе, потому что они никогда не бывают удовлетворены. В Индии самый древний трактат о сексе «Кама-сутра» говорит, что если вы занимаетесь любовью действительно дико, достаточно одного раза в год! Это выглядит совершенно невозможным для современного человека — раз в год! И не было людей, которые бы что-либо подавляли. Ватсьян — первый сексолог в мире и первый, кто принес медитацию в секс, первый, кто пришел, чтобы освободить его глубочайшие центры. И он прав. Если дело действительно доходит до крайности, одного раза в год почти достаточно. Это удовлетворит вас так глубоко, что последующего пламени хватит на месяцы.

Если вы спешите во всем, вы будете спешить и в сексуальном акте, потому что это ваша суть. Тот, кто много думает о времени, будет спешить и в сексуальном акте, как будто время тратится зря. Таким образом, мы желаем быстрорастворимый кофе и «быстрорастворимый» секс. Что касается кофе, — это хорошо, но относительно секса это — просто бессмыслица. Не может быть быстрорастворимого секса. Он не является работой и чем-то, с чем вы можете спешить. Через поспешность вы разрушите его; вы упустите самое важное. Наслаждайтесь им, потому что через него можно ощутить отсутствие времени. Если вы спешите, тогда ощутить отсутствие времени невозможно.

Иногда случается, что энергия другого не зажигает вас. Теперь ваш партнер ничего не может с этим поделать, вы тоже. Естественно, нужно найти кого-то еще, с кем можно зажечься. Однако общество, культура, религия и традиция — все эти вещи препятствуют этому. Иногда мы начинаем лнуть к любому другому, даже если мы не возбуждаемся; это удобно. Существует ребенок, которого вы оба любите, поэтому возникает еще больше сложностей. Но если вы продолжаете подавлять себя, тогда вы озлобитесь. Вы можете это показывать, можете не показывать, но будет присутствовать озлобленность, возмущение.

Иногда, когда вы захотите вызвать эрекцию, это сильное желание будет вам помехой. Вы не можете желать этого. Это нечто, что находится за пределами желания, и если вы стараетесь воспроизвести это, вы обнаружите себя абсолютным импотентом. И если однажды в вашем уме установилась мысль, что что-то неправильно, тогда вы попадете в

беду. Нет нужды желать этого. Если это происходит — хорошо, если нет — тоже хорошо. Это просто означает, что тело в этот момент не в настроении; тело не хочет этого. Тело говорит «нет», вот и все. Просто слушайте тело и идите с телом!

Пусть любовь будет чем-то специальным — она и есть специальное. И ждите нужных моментов. Люди почти всегда выбирают не тот момент. Мое наблюдение: когда бы пара ни ссорилась, после ссоры они занимаются любовью. Сначала они сердятся, потом они ссорятся, затем они начинают чувствовать себя виноватыми за все это. Затем они начинают ненавидеть себя за то, что вели себя неправильно. В качестве компенсации они начинают заниматься любовью. Это скучно: двое ссорятся, затем занимаются любовью. Нельзя найти более неправильную ситуацию для занятий любовью. Как же это может удовлетворить? Ждите подходящего момента.

Есть несколько состояний, они приходят, никто не может управлять ими. Это просто божественные дары. Однажды вдруг вы почувствуете себя «текущим», неземным, летящим. Вы ничего не весите. Однажды вы почувствуете себя настолько открытым, что хотели бы отдать своей женщине все, что можете, это и есть правильный момент. Медитируйте, танцуйте, пойте, и пусть любовь случится среди танца, пения, медитации, молитвы. Тогда она будет иметь другое качество — качество божественности. И я учу вас этому.

Позиции к делу не относятся, позиции не очень значительны. То, что реально, — это отношения, не позиция тела, а позиция ума. Например, мужчина всегда на женщине. Это эгоистическая позиция, потому что мужчина всегда думает, что он лучше, выше, главнее. Как он может быть под женщиной! Но во всем мире в примитивных обществах женщина всегда на мужчине. Так что в Африке эта позиция известна как миссионерская, потому что поначалу, когда миссионеры — христианские миссионеры — пришли в Африку, аборигены не могли понять, что те делают. Они думали, что это должно убить женщину.

Позиция «мужчина сверху» известна в Африке как миссионерская. Африканские аборигены говорят, что это насильственно, что мужчина должен быть на женщине. Она слабее, нежнее, поэтому она должна быть на мужчине. Но это трудно для мужчины думать о себе, что они ниже женщины — под ней. Позиции можно изменить, но не беспокойтесь сильно о позициях, сначала отключите свой ум. Доверьтесь жизненной силе, плывите в ней. Иногда, время от времени, если вы действительно доверились, ваши тела будут принимать правильную позицию, которая нужна в этот момент. Если оба партнера глубоко доверились, их тела будут принимать необходимую позицию.

Занимаясь любовью с женщиной, растворяйтесь в ее тепле. На мгновение забудьте о сексуальности, на мгновение забудьте обо всем, что происходит в вашей голове, в ваших мыслях. На мгновение просто растворитесь в реальной женщине. Не держите никакой порнографии в своей голове, не делайте сексуальность функцией мозга. Пусть ваша сексуальность будет глубоким чувствованием, чувствительностью, внутренним ощущением. Растворитесь в женщине, как будто вы снова ребенок в утробе матери. Если вы не узнали этого со своей любимой, вы так и не узнали свою любимую. Будьте снова, как ребенок в утробе матери, абсолютно вместе с ней, никаких дистанций. И в этот момент вы постигнете, что значит полностью отдать себя.

Занимаясь любовью с женщиной, не старайтесь что-либо доказать. Не старайтесь ничего доказать — потому что, как только вы делаете попытку доказать что-либо, ваш ум уже включился. В то время как вы занимаетесь любовью с женщиной, полностью забудьте, что вы мужчина, а она женщина. Пусть исчезнут все границы. Не старайтесь остаться

мужчиной, иначе вы все упустите — потому что снова возникает дуализм: вы мужчина, а она женщина.

Многие думают, что они импотенты, но в действительности импотент — это большая редкость. К такому человеку я по-настоящему испытываю сострадание, потому что у него нет энергии, которую можно трансформировать, и нет энергии, чтобы трансформироваться самому. Он не познает этой радости. Он не познает той радости, которая приходит через секс, он не познает радости, возникающей при движении за его пределы. Он действительно достоин сожаления. Но это большая редкость. Из 100 импотентов 99% просто думают, что они импотенты.

Все виды животных испытывают оргазм... от самого маленького до огромного слона, и никто не беспокоится, потому что они не читают никаких Мастеров и Джонсонов. И все они наслаждаются! Фактически, человек — единственное животное, которое становится импотентом. Никакие другие животные не становятся импотентами, потому что они не беспокоятся об этом. Беспокойство создает импотентов.

Преждевременная эякуляция в действительности вовсе не является сексуальной проблемой, это больше проблема психологическая. Физиологически здесь нет никаких отклонений, но с точки зрения психологии, вы находитесь в спешке; именно эта спешка вызывает преждевременную эякуляцию. На Западе почти 70% мужчин страдают от этого. Это не малая проблема, 70% — это громадное большинство. Фактически некоторые начали думать, что преждевременная эякуляция нормальна, потому что 70%... это должно быть нормально. Фактически у тех 30% должно быть что-то не так; «нормальный» означает «средний». Никогда ранее в истории человечества преждевременная эякуляция не была такой проблемой, как сейчас на Западе, и особенно в Америке. Потому что впервые цивилизация находится в такой спешке, впервые слишком озабочена временем.

На Востоке люди никогда не страдали от преждевременной эякуляции, потому что все происходит так медленно, и никто не спешит. Времени достаточно, больше, чем достаточно, вечность доступна. Восточные представления, что после вашей смерти вы будете рождаться снова и снова, дает много времени, большую продолжительность жизни. Западная идея, что есть только одна жизнь, делает вас очень лихорадочными. Только одна жизнь! Так что вы должны взять от нее все и немедленно, иначе она пройдет! Таким образом, все должно быть очень быстрым, стремительным. Это ум приносит эту проблему, и это ум работает и делает все быстрым. Он продолжает давать директивы глубоко изнутри: делай это быстро, торопись, заканчивай скорей. Присутствует постоянное желание, чтобы вещи происходили немедленно. Создается впечатление, будто главное в жизни — это сделать так, чтобы все происходило с наибольшей скоростью. Но все великое требует медлительности, терпения, иначе вы все упустите. Необходимо время, чтобы вы могли насытиться этим.

Зачем человеку столько способов взаимоотношений — гетеросексуальный, бисексуальный, один на один, групповой? У человека есть свобода выбора. И этот выбор может привести вас к патологии или может сделать вас Буддой. Теперь это зависит от вас, как использовать вашу свободу.

Я просто говорю, что если вам приходится выбирать свой стиль, вы свободны выбирать его. Если вы решили быть глупцом, в конце концов вам должна быть дана свобода в том, каким именно глупцом вы хотите быть! Я даю вам полную свободу. Мои усилия здесь только для того, чтобы помочь вам выйти за пределы этого; таким образом, если вы гомосексуалист, вы должны выйти за пределы гомосексуальности; если вы

гетеросексуальны, вы должны выйти за пределы гетеросексуальности. Существуют также другие люди, не являющиеся ни тем ни другим, которые аутосексуальны. Они должны выйти за пределы аутосексуальности. Человек должен переступить за пределы секса, каким бы этот секс ни был, потому что пока вы не выйдете за пределы своей биологии, вы никогда не познаете своей души.

Если человек нашел свой путь, свой стиль, свою жизнь, тогда сексуальные проблемы исчезают. Сексуальные проблемы существуют только потому, что ваша жизненная энергия течет в направлении, в котором вы не наслаждаетесь ее движением. Например, вы продолжаете выполнять определенную работу и вам она не нравится; напротив, вы ненавидите ее до глубины души. И это становится хроническим, потому что каждый день вы продолжаете делать ту же работу, которую ненавидите. Затем неожиданно, если вы однажды начнете делать работу, которую вы любите, вы удивитесь тому вдохновению, которое возникнет в вас. И тогда начинается все — любовь, молитва, медитация, взаимоотношения — все!

Это мое наблюдение — что отношение к сексу есть очень символическое отношение; оно говорит все о всей вашей жизни. Секс был назван первоначальным грехом. Он не является ни первоначальным, ни грехом.

До сих пор общество было настолько против секса (религия и церковь — все против него), что оно создало очень глубокую подсознательную ненависть. Вы можете не осознавать ее. Но она проникла в каждую клетку вашего тела до самого глубинного уровня, потому что веками людей учили быть против секса. Эту ненависть надо отбросить, эту ненависть и осуждение необходимо отбросить, и это возможно отбросить, только если вы научитесь относиться к сексу с почтением.

Со многими случается в детстве, что секс подавляется. Ни одному ребенку не разрешается — ни одно общество не позволяет это: ему не разрешается дотрагиваться до собственных половых органов, ему не разрешается играть с ними. Это случается настолько рано, что вы не можете даже вспомнить этого. Ребенок в детской кроватке играет со своими половыми органами, а мать входит и убирает его руки. Теперь это шок для ребенка; он начинает бояться дотрагиваться до своих половых органов. А это так приятно, дотрагиваться до них... это так расслабляет. Ребенок достигает через это несексуального оргазма; ребенок вообще оргазмичен. И природная необходимость дотрагиваться до половых органов, играть с ними, так прекрасна. И у ребенка не возникает мысли, что это неправильно, у него не возникает еще мысли о вине; он просто делает то, что естественно. Но его снова и снова останавливают. Он может видеть запрет на лице матери, на лице отца, и постепенно энергия блокируется, и он начинает бояться.

Сексуальная энергия приходит к своей кульминации в возрасте около 18 лет. Никогда больше не будет мужчина настолько потенциален, и никогда не будет возможным для женщины иметь больший оргазм, чем она может иметь его в возрасте 18 лет. Но мы не позволяем им заниматься любовью. Мы заставляем мальчиков иметь отдельные спальни. Девочки и мальчики держатся отдельно, между ними стоит полиция, прокуратура, правительство и учителя. Они старательно удерживают мальчиков от приближения к девочкам, девочек от приближения к мальчикам. Почему? К чему столько заботы? Они стараются убить быка и создать вола.

Само словосочетание «жить с кем-то» является эуфемизмом; этим скрывается простая вещь — ничего не сказать о сексе. Даже для того, чтобы избежать самого слова «секс», им пришлось сделать эту метафору: «жить с кем-то». Что значит «жить с кем-то»? Просто не

говорить ничего о сексе. Все прошлое человечества жило с этим обманом. Но дети рано или поздно это обнаруживают. И обнаруживают это очень неверным способом, потому что нет подходящего человека, готового рассказать об этом. Им приходится это делать самим. И они накапливают сведения из всех сомнительных источников, от дурных людей. И вы ответственны за это.

Порнография — это секс, подавленный в его естественном пространстве, который утвердился через мозг. И в этом кроется много опасностей. Одна опасность: если вы слишком увлекаетесь порнографией — что происходит по всему миру, — то реальные мужчина и женщина не выглядят достаточно привлекательно. Тогда возникает большая проблема: ваша фантазия нуждается в женщине, которую вы видели в журнале «Плейбой», но вы не можете нигде найти такую женщину — все, что бы вы ни нашли, обманывает ожидания. Теперь ничто не удовлетворит вас. Мало-помалу реальность становится нереальностью, и нереальность становится более реальной.

Человек, подавивший свой секс, может стать хорошим солдатом, потому что энергия присутствует, и он хочет проникать в людей. Штык — это не что иное, как фаллический символ. Это непристойность — убивать людей. Для меня насилие — единственная непристойность. Проникать в тело женщины — это прекрасно. Когда в тебя проникает тело мужчины — тоже прекрасно. Но штыком? Это безобразно. Но если вы подавляете секс, вы можете стать хорошим солдатом. Вот почему во всех армиях секс подавляется; армия, где это явление имеет место, наиболее сильная.

Способность переживать оргазм есть способность терять контроль. Постоянный контроль означает, что вы просто сидите на своих энергиях, управляя ими... «Это должно быть, это не должно быть, это правильно, это неправильно». Вы постоянно делаете что-то, препятствуя и подавляя. Доходить можно только до определенной границы, за пределами этого — опасность, это наибольшее из того, что позволено. Как вы можете быть оргазмичны? Если вы не оргазмичны в других вещах, как вы можете быть оргазмичны в сексе? Если вы контролируете свой гнев, то вы не сможете быть оргазмичны в сексе. Если вы можете быть оргазмичны в гневе, тогда вы можете быть оргазмичны и в сексе. Человек — это тотальность. Если вы не можете прийти в бешенство, как можете вы почувствовать любовь? Это невозможно! Естественный человек оргазмичен во всех своих эмоциях.

Мы подавляем телодвижения. Во всем мире мы подавляем телодвижения и всякие вибрации у женщин. Они остаются как бы мертвыми. Вы делаете что-то для них; они не делают ничего для вас. Они просто пассивные партнеры. Почему это происходит? Почему во всем мире мужчины подавляют женщин таким образом? Существует страх, что если однажды женское тело станет одержимым, очень трудно для мужчины будет удовлетворить ее; потому что у женщины может быть цепочка оргазмов; а у мужчины не может такого быть. Любая женщина может иметь по крайней мере три оргазма в цепочке, но у мужчины может быть только один. А с мужским оргазмом женщина только пробуждается и готова к последующим оргазмам. Тогда возникают трудности.

Ей сразу же необходим другой мужчина, но групповой секс — это табу. По всему миру мы создали моногамные общества. Создается впечатление, что мы чувствуем, что действительно лучше подавлять женщину. Поэтому от 80 до 90% женщин никогда не узнают, что такое оргазм. Они могут дать жизнь ребенку — это другое. Они могут удовлетворить мужчину — это тоже другое. Но сами они никогда не бывают удовлетворены. Поэтому так много злобы в женщине — печаль, горечь, расстройство, что естественно. Их основное желание не исполнено.

Процесс приема пищи может дать вам сексуальное удовольствие, потому что сексуальный центр и рот взаимосвязаны. Вот почему поцелуй — это нечто сексуальное. Иначе — почему? И если вы страстно целуете кого-либо, вы неизменно чувствуете прилив сексуальной энергии. Почему? Ведь рот и сексуальный центр так далеко друг от друга? Нет, они соединены, это два полюса одной и той же энергии. Так что, когда ваш сексуальный полюс голодает, вся энергия движется в рот. Вы должны больше есть, жевать жевательную резинку или что-то еще. Или, по крайней мере, вы должны постоянно говорить, потому что при этом рот двигается. Вот почему люди говорят в течение всего дня. Даже дня недостаточно; если вы просидите рядом с ними всю ночь, вы увидите, что они разговаривают. Если на одном полюсе энергия останавливается, она начинает двигаться на другом, потому что должна быть как-то реализована. Вы не можете сдержать ее.

Если сексуальная энергия течет беспрепятственно, тогда все функционирует правильно, все остается в согласии. Тогда вы хорошо настроены, вибрируя. Это и есть вид равновесия. Однажды сексуальная энергия где-то задерживается, и это чувствуется во всем теле. И, естественно, это влияние в первую очередь ощущается в голове, потому что сексуальный центр это один полюс, а голова другой — это полярность. Постепенно секс начинает трансформироваться в более высокие плоскости. Вы становитесь более творческими, вы начинаете что-то творить — рисуете, пишете стихи, играете на музыкальных инструментах и т.п. Это не подавление... это выражение.

На Западе, особенно с тех пор как Фрейд открыл ящик Пандоры, развивается идея, что вы должны оставаться сексуальными до самого конца, потому что секс — это синоним жизни. Так что, даже если вам 70 или 80 лет, вы все еще должны интересоваться сексом. Если вы теряете интерес к сексу, это означает, что вы теряете интерес к жизни, это означает, что вы больше не нужны, это значит, что вы бесполезны теперь. Эта идея, что секс и жизнь синонимы, абсолютно беспочвенна. Секс и жизнь являются синонимами на определенной стадии. В детстве они не синонимы, в молодости они синонимы, в старости они снова не синонимы. Старость имеет свою собственную красоту, свою собственную ценность, так же, как молодость имеет свою красоту и свою ценность.

Время секса приходит, когда вам 14 лет. Проходит 14 лет от рождения до секса. И ровно столько же на другом конце. От секса до смерти — 14 лет. Так что если вам 65 и интерес к сексу уходит сам собой — прекрасно, очень хорошо! Сейчас вам нужно готовиться к другому путешествию, к следующему этапу. Может быть, осталось всего лишь 14—15 лет. Когда вам будет около 80, вы уйдете. Своим уходом секс делает намек: нужно начинать готовиться к смерти.

Каждому однажды придется уйти за пределы секса, но путь за пределы лежит через него, и если вы никогда не идете через него правильно, очень трудно выйти за его пределы. Так что прохождение сквозь него есть часть пути за его пределы.

Если секс лишь бессознательная, механическая необходимость для вас, это неправильно. Помните, в сексе нет ничего неправильного, механичность — вот что неправильно.

Если вы можете внести немного света осмысления в свою сексуальность, этот свет трансформирует ее. Это больше не будет сексуальностью, это будет чем-то абсолютно другим, настолько другим, что у вас даже не найдется для этого слов. На Востоке у нас для этого есть слово «тантра». На Западе этому нет названия. Когда секс соединяется с осмыслением, рождается абсолютно новая энергия. Эта энергия и называется тантрой.

Бхагван Шри Раджниш (Ошо)

СЕКС (3)

Если вы слишком ориентированы на технику, то вы упустите таинство тантры. Тантра должна быть не деянием, она не может быть техникой. Вы можете изучить технику — вы можете научиться определенному дыханию, так что процесс совокупления станет длиннее. Но вы управляете. Это не будет диким и это не будет невинным. Это также не будет медитацией. Это будет от ума. Настоящая тантра — это не техника, а любовь. Это не техника, а молитва. Она не ориентирована на ум, это — расслабление в сердце. В тантрическом соединении вы можете находиться часами. Все должно стать настолько инстинктивным, настолько не от ума, что вы сольетесь с истинной природой: женщина исчезает и тоже становится дверью в окончательное, мужчина исчезает и становится дверью в окончательное. Это тантрическое определение сексуальности: возврат в абсолютную невинность, абсолютное единство.

Тантра дает вам направление к высшему расслаблению, которое является положительным. Оба партнера растворяются друг в друге и дают друг другу жизненную энергию. Они образуют круг, и их энергия начинает двигаться по кругу. Они дают жизнь друг другу, обновленную жизнь. Нет потери энергии. Скорее энергия увеличивается, потому что в результате контакта с противоположным полом каждая ваша клетка возбуждается. И если вы сливаетесь с этим возбуждением, не доводя его до вершины, если вы можете оставаться в начале, не становясь разгоряченным, просто оставаясь теплым, тогда эти два «тепла» встречаются, и вы можете продолжать акт очень долгое время. Без эякуляции, без выброса энергии, это становится медитацией, и через это вы становитесь единым целым. Существуют два типа кульминации, два типа оргазма. Один тип оргазма известен. Вы достигаете вершины возбуждения, затем вы не можете идти дальше, наступает конец. Тантра сосредоточена на другом типе оргазма. Если мы назовем первый вид оргазмом вершины, то тантрический оргазм можно назвать оргазмом долины. При этом вы доходите не до вершины возбуждения, а до глубочайшей долины расслабления. Возбуждение должно использоваться в обоих случаях в начале. Вот почему я говорю, что в начале оба вида одно и то же, но в конце они абсолютно различны.

Для начала возбуждение должно быть интенсивным — более и более интенсивным. Вы должны расти в этом, вы должны помочь этому расти к вершине. Но возбуждение — это только начало. И в этот момент, когда мужчина уже внутри, и возлюбленный и возлюбленная могут расслабиться. Не нужно никакого движения. Можно расслабиться в любовных объятиях. Когда мужчина или женщина почувствует, что эрекция может прекратиться, тогда совершается небольшое телодвижение и возбуждение восстанавливается. Но затем снова — расслабление. Вы можете продолжать это глубокое объятие часами без эякуляции, и затем оба проваливаются в глубокий сон вместе. Это — оргазм долины. Оба расслаблены, вы встречаетесь как два расслабленных бытия. Обычный сексуальный оргазм выглядит, как сумасшествие; тантрический оргазм — это глубокая расслабленная медитация. Вы можете предаваться этому так долго, как вам хочется, потому что часто энергия не теряется. Она, скорее, накапливается. Просто при встрече с противоположным полом энергия восстанавливается. Тантрический любовный акт может быть настолько длинным, насколько вы хотите. Обычный сексуальный акт не может продолжаться столько, сколько вы хотите, потому что вы теряете в нем энергию, и ваше тело должно ждать, пока она восстановится. А когда вы ее восстановите, вы ее снова потеряете.

Когда я говорю «половой акт», это выглядит так, будто вам необходимо делать усилие. Это не так! Просто начните играть с возлюбленной или любимым, просто продолжайте играть. Чувствуйте друг друга, будьте чувствительны друг к другу, как будто играют

маленькие дети или будто играют собаки, играют животные. Продолжайте просто играть и вовсе не думайте о половом акте. Это может случиться, а может и не случиться. Если это произойдет, просто как игра, это приведет вас в долину более легко. Если вы думаете об этом, тогда вы всегда впереди самого себя, вы играете с возлюбленной, но вы ДУМАЕТЕ о половом акте, тогда игра фальшива. Вы не здесь, ваш ум в будущем, а ум всегда движется в будущее. Просто играйте и забудьте о каком-либо половом акте. Он произойдет. Позвольте ему произойти. Тогда будет легче расслабиться, и когда он случится, просто расслабьтесь. Будьте вместе. Будьте друг с другом и почувствуйте себя счастливыми.

В половом акте две части — начало и конец. Оставайтесь в начале. Начальная часть более расслабленная, теплая. Но не спешите двигаться к концу. Полностью забудьте конец. Как оставаться в начале? Нужно запомнить много вещей. Во-первых, не принимайте половой акт за способ идти куда-либо. Не принимайте его за некое средство, он закончен сам в себе. Ему нет конца; он не является средством. Во-вторых, не думайте о будущем, оставайтесь в настоящем. А если вы не можете оставаться в настоящем в начальной стадии полового акта, то вы НИКОГДА не сможете оставаться в настоящем, потому что сама природа этого акта — это бросок в настоящее. Оставайтесь в настоящем.

Оставайтесь в моменте «здесь и сейчас», и растворяйтесь.

Во время акта закройте глаза. Чувствуйте тело другого, чувствуйте, как к вам течет энергия другого и сливайтесь с ней. Растворяйтесь в ней. Это придет. Просто продолжайте расслабляться, и если эякуляции нет, не думайте, что что-то идет неправильно. Все правильно! И не думайте, что вы упустили что-то, вы ничего не упустили. Прежде, чем вы окажетесь в долине, вам будет казаться, что вы упустили что-то, но это просто старая привычка. Со временем, через месяц или недели через три, долина начнет появляться, а когда она появится, вы забудете о своих вершинах. Нет вершин ценнее этой. Но вам следует подождать и не форсировать это, и не управлять им. Просто расслабьтесь.

Когда во время объятий, глубокого общения с возлюбленной или любимым ваши чувства дрожат, как листья, впустите эту дрожь. Вам приходится даже переживать испуг: в то время, когда вы занимаетесь любовью, вы не позволяете вашим телам много двигаться, потому что если телу позволить двигаться, половой акт распространится на все тело. Вы можете управлять этим, когда это локализовано в сексуальном центре. Тогда ум может управлять. Когда это распространяется на все тело, вы не можете этим управлять. Вы можете начать трястись, вы можете начать кричать, и вам будет невозможно управлять вашим телом, когда оно вышло из-под контроля. Дует сильный ветер, и деревья сотрясаются. Даже корни трясутся, трясется каждый листик. Просто будьте как дерево. Дует сильный ветер, а секс и есть сильный ветер — огромная энергия струится в вас. Дрожите! Вибрируйте! Позвольте танцевать каждой клеточке вашего тела.

Возлюбленная тоже танцует, вибрируя каждой клеткой. Только так вы можете встретиться, и эта встреча не ментальная. Это встреча ваших биоэнергий. Впустите эту дрожь, и в то время, как вы трясетесь, не оставайтесь в стороне, не будьте зрителем, потому что ум — это зритель. Не стойте в стороне! Будьте тряской, станьте тряской. Забудьте все и станьте тряской! Не то, чтобы ваше тело тряслось: это вы, все ваше существо трясется. Вы становитесь самой тряской. Тогда нет двух тел, двух умов. В начале есть две вибрирующие энергии, а в конце — просто один круг.

Двигайтесь в половом акте, входите в него полностью, не оставляйте ничего вовне. Станьте абсолютно недумаящим. Только тогда происходит осознание, когда вы становитесь едины с чем-либо. И это чувство единства может стать независимым от партнера, и вы можете ощутить единство со всей Вселенной. Вы можете вступить в половой контакт с деревом, с луной, с чем угодно. Однажды вы узнаете, как создать этот круг, и он может быть создан с чем угодно, и даже без ничего.

Вы можете создать этот круг внутри себя, потому что каждый мужчина есть одновременно и мужчина и женщина, а каждая женщина — и женщина и мужчина. Вы

есть оба, потому что вы созданы двумя. Вы были созданы и мужчиной и женщиной, и одна половина вас принадлежит противоположному полу. Вы можете все полностью забыть, и круг может быть создан внутри вас. В тот момент, когда круг создан внутри вас (ваш мужчина встречается с женщиной, внутренняя женщина встречает внутреннего мужчину), вы в объятиях у самого себя. И только когда создан этот круг, достигнуто истинное целомудрие. Когда внутри создан этот круг, вы стали свободны.

Когда вы возвращаетесь из тантрического полового акта, вы выросли, а не опустили. Вы чувствуете себя наполненным энергией, более живым, изучающим. И этот экстаз будет продолжаться часами, даже днями. Это зависит от того, как глубоко вы были в этом. Одно переживание тантрического секса — и несколько дней вы будете расслаблены, легки, полностью дома, ненасильственны, несердиты, без депрессии.

Тантра говорит, что если вы двигаетесь в медитации, секс полностью исчезает, он может полностью исчезнуть. Вся энергия поглощается высшими центрами, а у вашего тела много центров. Секс — это самый низкий центр, и человек существует на низшем центре. Чем больше энергии двигается вверх, тем более высокие центры начинают расцветать. Когда эта энергия приходит в сердце, это становится любовью. Когда энергия движется еще выше, новые пространства и новые переживания начинают цвести. Когда же энергия находится в высшей точке, на последней вершине вашего тела, она достигает того, что тантра называет «сахасрарой» — последней чакрой на голове.

Сексуальная чакра — самая низкая, а «сахасрара» — самая высокая, и между ними движется сексуальная энергия. Она может быть реализована через сексуальный центр. Когда она реализуется через сексуальный центр, вы становитесь источником воспроизведения кого-то еще. Когда энергия реализуется через «сахасрару» из головы в Космос, вы даете новое рождение самому себе. Это тоже воспроизведение, но не биологическое. Это — духовное воспроизведение. Тогда вы рождаетесь заново. В Индии мы обычно называем такого человека дважды рожденный — *dwij*. Теперь он дал самому себе новое рождение.

Тантра не учит сексуальности. Она просто говорит, что секс может быть источником блаженства. В тот момент, когда вы узнаете это блаженство, вы сможете идти дальше, потому что вы основываетесь на реальности. Не нужно оставаться в сексе навсегда, но вы можете использовать секс как трамплин. В этом значение тантры: вы можете использовать секс как трамплин. И однажды, поняв экстаз секса, вы можете понять, о чем говорили мистики: великий оргазм, космический оргазм.

Много книг было написано по тантре, все они говорят о технике. Но настоящая тантра не имеет ничего общего с техникой. Настоящую тантру нельзя описать, настоящую тантру нужно впитать.

Все человечество до сих пор находится во власти секса, и это остается все в том же виде, иначе мы изменим весь образ жизни. До сих пор нашим образом жизни было подавление — потворство, потворство — подавление. Нам нужно оставаться точно посередине. Пытались ли вы когда-нибудь остановить маятник часов прямо посередине? Что происходит? Часы остановились. Время остановилось. Я не хочу, чтобы вы потворствовали, и я не хочу, чтобы вы подавляли. Я хотел бы, чтобы вы балансировали прямо посередине. Именно посередине возможна трансценденция.

Нет необходимости использовать секс только для воспроизведения. Секс присутствует в любом творчестве. Вот почему великие поэты, великие живописцы могли и не чувствовать необходимости в сексе. Причина здесь в том, что они творят нечто большее, их желание удовлетворено. Будда вовсе не художник и не музыкант, и не поэт, но он вышел за пределы секса. Что произошло с ним? Величайшее творчество — это творение самого себя. Высшее творение есть творение всеобъемлющего сознания внутри, создание внутри целого, единства. Это вершина, Гималайская вершина. Будда на этой вершине: он создал себя.

С помощью трех основных элементов в сексе, вы идете к моменту блаженства. Это, во-

первых, безвременье: вы превосходите время полностью, вы его полностью забываете; время прекращается для вас. Время не исчезло совсем, оно исчезло для вас; вы не в нем. Во-вторых, в сексе в первый раз вы теряете свое «эго». Вы становитесь лишенными его. Нет ни вас, ни другого, вы с вашей возлюбленной оба потерялись в чем-то еще. И в-третьих, в сексе вы впервые естественны. Вы часть природы — часть деревьев, часть животных, часть звезд — часть! Вы погружены в нечто великое — Космос, Тао. Вы не можете даже плыть в этом, вас нет. Вы просто течете, несомые потоком. Эти три вещи дают вам экстаз.

Секс — это просто ситуация, в которой все происходит естественно. Однажды вы узнаете и сможете почувствовать эти элементы, вы сможете создать их независимо от секса. Вся медитация — это, по сути, переживание секса без секса. Но вам придется пройти через него. Это должно стать частью вашего опыта: это не должно оставаться просто на уровне концепций, идей, мыслей.

Ваша сексуальная энергия есть питание для вашего «самадхи». Именно на почве секса расцветает лотос «самадхи». Никогда не подавляйте его! Никогда не будьте против него; лучше идите глубже в него, с великой ясностью и великой любовью. Идите как исследователь. Обыщите все укромные уголки вашей сексуальности, и вы будете удивлены, вы обогатите себя, получите большую пользу. Изучая свою сексуальность, вы однажды натолкнетесь на свою духовность. Тогда вы станете свободным.

В будущем будет совершенно другое видение секса. Он будет более веселым, более радостным, более дружественным, больше игрой, чем серьезным делом, каким он был в прошлом.

Секс — это только начало, не конец. Но если вы пропустите начало, то пропустите и конец.

*Перевод Ма Ананд Джахин,
директора «Ошо-Рейки Медитационного центра «Атма».
Контактный телефон: 344-84-48 (Москва)
Журнал «ПУТЬ К СЕБЕ», № 3, 1993*