

Paul Jenner

# KAMA SUTRA

*ca la carte*

Traducere: *Magda Dumitru*  
*Ana Constantin*



NICULESCU

## Descrierea CIP a Bibliotecii Naționale a României

JENNER, PAUL

Kama Sutra ca la carte / Paul Jenner; trad.: Magda Dumitru, Ana Constantin. –

București: Editura Niculescu, 2012

Index

ISBN 978-973-748-396-6

I. Dumitru, Magda (trad.)

II. Ana Constantin (trad.)

392.6(34)

177.61

613.88

© 2007, Paul Jenner

Titlu original: *Teach Yourself Kama Sutra*

by Paul Jenner

Această lucrare a fost publicată pentru prima oară în limba engleză  
de către Hodder Education

Pentru ediția în limba română:

© Editura NICULESCU, 2012

Adresa: Bd. Regiei 6D

060204 – București, România

Comenzi: (+40)21-316.97.83

E-mail: club@niculescu.ro

Internet: www.niculescu.ro



Tipărit la fedprint

tipografie

Tel: 411.65.55; 411.67.76

ISBN 978-973-748-396-6

Toate drepturile rezervate. Nicio parte a acestei cărți nu poate fi reproducă sau transmisă sub nicio formă și prin niciun mijloc, electronic sau mecanic, inclusiv prin fotocopiere, înregistrare sau prin orice sistem de stocare și accesare a datelor, fără permisiunea Editurii NICULESCU.

Orice nerespectare a acestor prevederi conduce în mod automat la răspunderea penală față de legile naționale și internaționale privind proprietatea intelectuală.

**Editura NICULESCU** este partener și distribuitor oficial **OXFORD UNIVERSITY PRESS** în România.  
E-mail: [oxford@niculescu.ro](mailto:oxford@niculescu.ro); Internet: [www.oxford-niculescu.ro](http://www.oxford-niculescu.ro)

# Cuprins

## Capitolul 1

Despre ce este vorba în această carte .....	9
Secretele străvechi ale sexului .....	11
Cum a fost scrisă <i>Kama Sutra</i> .....	12
Cum a fost tradusă <i>Kama Sutra</i> .....	13
Deci ce ne spune cu exactitate <i>Kama Sutra</i> ? .....	16
<i>Kama Sutra</i> și <i>Tantra</i> .....	17
Cum să folosești această carte .....	17
Rezumat .....	18

## Capitolul 2

Lumea senzuală a lui Vatsyayana .....	19
Cine a fost Vatsyayana? .....	20
Sexul și religia .....	20
Sexul și ceremonia .....	22
Scapă de sentimentul de vinovăție .....	23
Străvechi secrete sexuale .....	25
Sexul și sistemul de caste .....	28
<i>Kama Sutra</i> și feminismul .....	30
Prostituția .....	34
La revedere paradisului .....	35
Rezumat .....	36

## Capitolul 3

Lumea sexuală a lui Burton și Arbuthnot .....	37
Sir Richard Burton .....	40
Foster Fitzgerald Arbuthnot .....	43
Ananga Ranga .....	43
Publicarea <i>Kama Sutrei</i> .....	44
Victorienii și sexul .....	45
Rezumat .....	51

## Capitolul 4

Pregătește-te pentru <i>kama</i> .....	52
Cosmeticele <i>Kama</i> .....	53
Ornamente, bijuterii și îmbrăcăminte .....	54
Flori .....	56

**Capitolul 5**

<b>Pregătirea camerei în care faceți dragoste</b>	66
Mobilierul	67
Alte obiecte	69
Mâncarea și afrodisiacele	75
<b>Rezumat</b>	81

**Capitolul 6**

<b>Preludiul și sexul oral</b>	82
Cucerește-o în stil <i>Kama Sutra</i>	83
Îmbrățișările	83
Săruturile	85
Sexul oral	87
Poziții pentru sexul oral	91
<b>Rezumat</b>	93

**Capitolul 7**

<b>Plăcere și durere</b>	94
Cearța	95
Să recurgem la violență	96
Încătușarea	98
Sunetele sexului	100
Fanteziile	102
<b>Rezumat</b>	105

**Capitolul 8**

<b>Jucările erotice</b>	106
Cum cumpери o jucărie erotică	107
Dildo-ul	108
Vibratorul	109
Jucării și tehnici de mărire a penisului	113
<b>Rezumat</b>	116

**Capitolul 9**

<b>Poziții și tehnici sexuale de bază</b>	118
Tipuri de mișcări pentru bărbați	119
Tipuri de mișcări pentru femei	121

<b>Pozițile de bază</b>	121
<b>Rezumat</b>	131

**Capitolul 10**

<b>Poziții pentru avansați</b>	132
Poziții <i>Kama Sutra</i> pentru avansați	132
Contorsiunile	138
Schimbarea pozițiilor	144
Sexul în aer liber	144
<b>Rezumat</b>	145

**Capitolul 11**

<b>Misterele din <i>Kama Sutra</i></b>	147
Şiretlicul iepei și perechea de clești	148
Vatsyayana și punctul G	148
Ştia Vatsyayana despre ejacularea feminină?	150
Adhorata	152
Joaca în apă	156
Bărbatul de cursă lungă	156
Orgasmul multiplu la bărbați	157
Orgasmul simultan	159
<b>Rezumat</b>	161

**Capitolul 12**

<b>Privește stelele</b>	163
Spălatul	164
Betelul	164
Masajul	164
Mâncarea și băutura	165
Dansul și cântecele	166
Poveștile	166
Lumina lunii	166
<b>Rezumat</b>	167

**Pasul următor**

Lecturi aprofundate	168
Alte lecturi despre sex	172
Informații și produse de pe internet	173

**Index**

178

**Dedicătie**  
*Dedic această carte autorului și editorului Richard Craze,  
fără de care nu aș fi scris-o, și care a plecat dintre noi  
înainte ca aceasta să fie terminată.*

## **Capitolul 1**

# **Despre ce este vorba în această carte**

În acest capitol vei învăța:

- despre ce e vorba cu adevărat în *Kama Sutra*
- de ce *Kama Sutra* este importantă în ziua de azi
- cum te poate ajuta *Kama Sutra* să-ți îmbunătățești viața sexuală

*Kama este arta de a te bucura de lucruri alese, cu ajutorul celor cinci simțuri ale auzului, pipăitului, văzului, gustului și miroslui, susținute de minte și de suflet.*

*Kama Sutra*

Sir Richard Burton, care împreună cu Foster Fitzgerald au adus pentru prima oară *Kama Sutra* în lumea engleză, avea un proverb arab preferat:

„Pentru cel pur toate lucrurile sunt pure.”

Este foarte elocvent în privința atitudinii lui Burton față de sex și a ceea ce înseamnă *Kama Sutra*, cel mai vechi manual despre sex cunoscut în ziua de azi. În cultura hindusă veche nu există niciun fel de sentiment de vinovăție când vine vorba de sex. Când făceau dragoste, oamenii îi emulau, de fapt, pe zei. Sexul era pur.

De când Burton și Arbuthnot au publicat pentru prima dată *Kama Sutra* într-o ediție limitată, în urmă cu aproape un secol, oamenii au arătat un mare interes pentru vechile mistere. Și nu se poate spune că au fost puțini autori care au pretins că le înțeleg. În ziua de azi există nenumărate cărți, tablouri, statui, desene animate, pagini web, filme, video-uri și DVD-uri care promit a dezvăluui secretele *Kama Sutrei*. Majoritatea sunt neadevărate.

Neadevărate, în sensul că au foarte puțin de-a face cu *Kama Sutra*, iar unele nu au absolut nimic din cartea compilată în urmă cu aproape 2000 de ani de către înțeleptul indian Vatsayana.

*Kama Sutra ca la carte* îți va spune adevărul. Îți va schimba cu totul felul în care te gândești la sex și felul în care faci sex. *Kama Sutra* este mult mai mult decât un manual al pozițiilor erotice, deoarece este mult mai bogată în informații.

### Încearcă chiar acum

Dacă ești nerăbdător să începi, iată elementele de bază ale sexului conform *Kama Sutrei*.

Fă dragoste:

- cu chef de joacă și de râs;
- cu o atitudine în același timp ceremonială și rituală față de eveniment;
- într-o frumoasă cameră de făcut dragoste;
- înconjurat de flori, parfumuri și picturi erotice;
- purtând bijuterii, parfum și având corpul decorat cu artă corporală;
- cu un sentiment de fericire, extaz și bucurie;
- folosind o gamă largă de tehnici și de poziții;
- fără sentimente de vinovăție, pornind de la ideea că sexul este sportul zeilor.

Detaliile complete le voi dezvăluui pe parcursul cărții.

## Secretele străvechi ale sexului

*Kama Sutra* este, probabil, cel mai vechi manual de sex care s-a păstrat până în zilele noastre, fiind scris în secolul trei sau patru era noastră. Iată o scurtă cronologie a literaturii erotice din trecut:

- Cca 2700 î.e.n. – Se naște miticul Împărat Galben al Chinei, figura centrală a învățăturii sexuale chineze.
- Cca 1250 î.e.n. – Astyanassa, servitoarea Elenei din Troia, scrie o carte despre poziții sexuale, care însă s-a pierdut, fără a se putea verifica vreodată dacă a existat cu adevărat.
- Cca 800 î.e.n. – Shvetaketu, în India, scrie o *kama shastra* sau „știința dragostei”, carte astăzi dispărută.
- Cca 300 e.n. – Vatsayana prelucrează opera lui Shvetaketu și a altor scriitori și compilează *Kama Sutra*.
- Cca 600 e.n. – Este scris *T'ung Hsiian Tzu*, un manual chinez taoist despre sex.
- 984 e.n. – Tamba Yasuyori scrie *Ishimpo*, un manual japonez despre sex, bazat însă pe texte chinezești taoiste.
- Cca 1000 e.n. – Este scrisă *I Hsin Fang*, o carte de medicină chinezească, ce include și pasaje din manualele chinezești despre sex.
- Cca 1400 e.n. – Poetul indian Kalyan Mall scrie *Ananga Ranga*, un manual indian despre sex.
- Cca 1500 e.n. – Cheikh Nefzaoui scrie *Grădina Parfumată*, un manual arab despre sex.
- 1948 – Kinsey publică *Comportamentul sexual al bărbatului*.
- 1953 – Kinsey publică *Comportamentul sexual al femeii*.

În cazul în care credeai că discuțiile despre sex din mass-media sunt ceva nou, află că te înseli. Poetul roman Ovidiu a fost alungat din Roma în anul 8 era noastră, în mare parte din cauza operei sale, *Ars Amatoria* (Arta Dragostei). Se pare că împăratul Augustus vroia în perioada aceea să ridice standardele morale, iar felul ușuratic în care Ovidiu a vorbit despre adulter nu prea a fost pe gustul împăratului.

Revenind la *Kama Sutra*, este încă discutabil dacă India sau China au cea mai veche tradiție în ceea ce privește manualele despre sex. Este clar că vorbim despre o tradiție de câteva mii de ani și s-au găsit scrieri destul de sofisticate despre sex în cavouri chinezești contemporane lui Iisus Cristos. Însă renumele de cel mai

complet manual despre sex care a supraviețuit trecerii timpului și revine *Kama Sutrei*, iar acesta este unul dintre motivele extraordinarei fascinații pe care a exercitat-o de-a lungul vremii. O citim și aflăm că în urmă cu 2000 de ani oamenii făceau sex așa cum facem și noi în ziua de azi, dacă nu chiar mai bine.

## Cum a fost scrisă *Kama Sutra*

Potrivit unei legende, primul text indian despre arta dragostei și a sexului (*kama shastra*) a fost scris de Nandi, taurul sacru, după ce l-a auzit pe zeul Shiva făcând dragoste. Trebuie că era vorba despre niște partide extraordinare de sex, pentru că a reușit să scrie aproape 1000 de capitole.

Gândește-te cât de diferită este această atitudine față de sex, în comparație cu cea a occidentalilor. Un zeu care face dragoste. Care se bucură de plăceri sexuale. Care încearcă poziții diferite.

### Încearcă și tu: scrie propria ta *Kama Sutra*

Vizionează un DVD sau o casetă video cu o scenă de sex care prezintă ceva ce nu ai mai încercat până acum. Sau citește despre așa ceva într-o carte, iar apoi, asemeni lui Nandi, scrie despre ea. Descrie tot ce ai vrea să-ți facă partenerul și toate lucrurile pe care vrei să le faci tu partenerului tău. Acesta este începutul propriei tale *Kama Sutra*. Acum tot ce rămâne este să îți pui dorințele în aplicare.

Câteva milenii după Nandi, câteva generații de învățați, printre care un om numit Shvetaketu și o familie întreagă cunoscută sub numele de „Babhravya” și-au propus să facă din *kama shastra* o lectură accesibilă oamenilor obișnuiți. În cele din urmă Vatsyayana, un învățat care a trăit probabil prin secolul al III-lea sau al IV-lea era noastră, a adunat toate scrierile de până la el și a scris *Kama Sutra*. *Kama*, după cum am aflat, poate însemna plăcere sau dorință sau încântare. Sau, în acest context, dragoste. *Sutra* era un stil de scriere caracterizat prin folosirea frecventă a aforismelor. Deci o traducere a titlului ar putea fi „Aforisme despre dragoste”.

Dar acesta nu este nici pe deosebit sfârșitul poveștii, pentru că vorbele cu miez nu sunt întotdeauna cel mai clar mod de a transmite un mesaj. Deci, timp de câteva secole, un număr mare de învățați s-au străduit să explice explicațiile pe care le-a dat Vatsyayana explicatiilor celor dinaintea lui.

Mă urmărești?

Unul dintre acești ultimi învățați a fost un bărbat numit Yashodhara, care a trăit probabil în secolul al XII-lea era noastră și al cărui comentariu s-a numit *Jayamangala*. Explicațiile lui Yashodhara sunt considerate a fi cele mai bune și mai clare. Prin urmare, *sutra* lui Vatsyayana și textul lui Yashodhara sunt, de obicei, publicate împreună.

Adevărul este că, în comentariul său, Yashodhara nu s-a limitat doar la *Kama Sutra*. S-a referit și la *Manu Smriti* a lui Manu, la *Nyaya Sutra* lui Gautama, la *Markendeya Purana* a lui Bhargava, la *Natyashastra* a lui Bharata și la *Niti Shastra* a lui Shukra. Altfel spus, dacă ai fi cumpărat un exemplar din *Kama Sutra* în Bombay cândva în secolul al XIX-lea, ai fi găsit mult mai mult decât sfaturile lui Vatsyayana. Ai fi primit o compilație de scrieri din ere diferite.

Dar probabil că oricum nu ai fi putut citi în sanscrită. și aşa apar în poveste doi traducători din sanscrită, un om de litere austro-ungar, un administrator englez din Bombay și un vestit aventurier.

## Cum a fost tradusă *Kama Sutra*

Administratorul britanic în cauză era Foster Fitzgerald Arbuthnot și a cumpărat, într-adevăr, în anul 1874, în Bombay un exemplar din *Kama Sutra*. Arbuthnot, fiind născut în India, dorea ca literatura indiană să beneficieze de aceeași atenție care se acorda clasicilor greci sau romani. Iar asta includea și literatura erotică. În primul rând pe cea erotică.

Arbuthnot juca rolul funcționarului „plictisit”, dar reușise să adune în jurul său un număr de excentrici minunați, atât de tipici secolului al XIX-lea, o rasă aproape dispărută în zilele noastre. În afară de doi pandiți (cărturari sanscriți), care au tradus *Kama Sutra* într-o limbă indiană modernă, mai era și austro-ungarul Edward Rehatsek, căruia îi plăcea în mod deosebit să umble toată ziua îmbrăcat în fachir. Rehatsek a fost cel care a tradus varianta celor doi pandiți în engleză. Arbuthnot a corectat manuscrisul și i-a adăugat

o prefață. Ar fi putut să se oprească aici, dar, dispunând de un venit bun, s-a hotărât să publice cartea el însuși. Lucrării îi lipsea însă amprenta cuiva care era expert în practicile și tehniciile sexuale indiene – am putea spune chiar ale lumii întregi. Acel om, un excentric chiar și printre excentrii, unul dintre cele mai interesante personaje ale vremii sale, era Sir Richard Burton, explorator, antropolog, spadasin, poet, lingvist ... și sexolog. În voi prezenta cum se cuvine în capitolul 3.

În concluzie, procesul prin care s-a ajuns la versiunea engleză a *Kama Sutrei* a fost următorul:

- Mai mulți autori au scris despre „știința dragostei” (*kama shastra*) printre care Nandi (personaj mitologic), Shavetaketu și numeroasa familie „Babhravya”.
- Vatsyayana a prelucrat scrierile de până la el și le-a condensat în aproximativ 1250 de aforisme.
- În secolele ce au urmat, diverși autori, dintre care cel mai important a fost Yashodhara, au scris cărți de comentarii, încercând să explice semnificația corectă a aforismelor.
- Arbuthnot, ajutat de Bhagavanlal Indrajit și Shivaram Parashuram (cei doi pundiști), de Rehatsek și Burton, a prelucrat aforismele și comentariile într-o lucrare de proză pe care Arbuthnot și Burton au publicat-o sub titlul de *Kama Sutra lui Vatsyayana*.

Dintr-un anumit punct de vedere, nu este foarte important cum a ajuns *Kama Sutra* în forma pe care o cunoaștem astăzi. Noi putem citi carte, ne putem bucura de ea și îi putem urma instrucțiunile pentru a ne bucura de o viață erotică împlinită. Pe de altă parte, cineva care vrea să experimenteze „arta erotică” în felul în care a redat-o Vatsyayana nu poate fi pe deplin încrezător în varianta prezentată de Burton și Arbuthnot. La urma urmei, între Yashodhara și Vatsyayana sunt câteva sute de ani. și în ciuda experienței de „fachir” a lui Rehatsek sau a lui Burton, care se strecurase în casele și în haremurile din Karachi, deghizat în Mirzah Abdullah, între ei și Yashodhara sunt alte câteva sute de ani.

*Kama Sutra ca la carte* face distincție între cuvintele lui Vatsyayana și comentariile ulterioare. Dacă vrei să înțelegi adeverata *Kama Sutra*, dacă vrei să faci dragoste aşa cum se făcea în India în urmă cu 2000 de ani, aceasta e cartea potrivită pentru tine.

Încă ceva: lui Arbuthnot și lui Burton nu li se poate aduce nicio vină. Cu toate că și-au asumat un mare risc prin publicarea unei astfel de cărți în Anglia victoriană, nu au cenzurat nimic. Singurul

mod în care au „temperat” impactul asupra cititorului victorian a fost să păstreze cuvintele indiene *yoni*, pentru vagin, și *lingam*, pentru penis.

## Încearcă și tu: traducerea termenilor având conotație sexuală

Folosești niște cuvinte aparte pentru „a face sex” sau pentru organele sexuale? Sau folosești cuvintele din dicționar? Sau nu folosești absolut niciun fel de termen de acest gen? De fapt, cuvintele sunt vitale unei vieți sexuale sănătoase, altfel nu știi să vă spuneți unul altuia ce vreți. Există sute de cuvinte pentru *yoni*, cum ar fi expresii ciudate din secolul al XIX-lea, ca semineu, horn, grotă, grădină cu varză, plăcintă cu cireșe și borcan cu gem. Pentru *lingam*, Burton și Arbuthnot ar fi putut folosi cuvinte cum ar fi cântec de leagăn (pentru că te face să adormi), plăcerea doamnelor, lăută, obelisc, fier de plug, lance sau membru, pentru a numi doar câteva. Poți să inventezi cuvinte dacă vrei, dar ai grija să ai câte un cuvânt pentru fiecare parte sexy a corpului.

Folosește aceste cuvinte pentru a-i spune partenerului tău unde și cum vrei să te atingă.

## Alte traduceri

*Kama Sutra* lui Arbuthnot și Burton a fost lucrarea de bază timp de mai mult de 100 de ani, și în cazul în care nu dau alte indicații, este și lucrarea din care voi cita.

De la apariția sa, s-au mai făcut și alte traduceri în engleză, dintre care trei se aflau încă sub tipar când am scris carte de față. Atât *Kama Sutra completă* tradusă de Alan Daniélou, cât și *Kamasutra Vatsyayana*, tradusă de Wendy Diniger și Sudhir Kakar, sunt valoroase pentru că păstrează diferența dintre aforismele lui Vatsyayana și comentariile scrise ulterior. Pe de altă parte, *Învățăturile despre dragoste ale Kama Sutrei* de Indra Sinha încearcă ceva complet opus, combinând totul în versuri ce vor să redea frumusețea romantică a *Kama Sutrei*. Mai multe detalii se găsesc la sfârșitul cărții în secțiunea „Lecturi suplimentare”.