

Съдържание

Ч А С Т 1

ПРИРОДАТА НА МЪЖКОТО И ЖЕНСКОТО НАЧАЛО	32
---	----

Ч А С Т 2

СЕКС И ЕРОС	60
-------------	----

Ч А С Т 3

МЪЖКОТО И ЖЕНСКОТО ПАДЕНИЕ	122
----------------------------	-----

Ч А С Т 4

ДЪЛБИНИ И ВЪРХОВЕ	144
-------------------	-----

Ч А С Т 5

ОТВЪД ГРАНИЦИТЕ НА МЪЖКОТО И ЖЕНСКОТО НАЧАЛО	168
---	-----

Содержание

Ч А С Т Ь 1

ПРИРОДА МУЖСКОГО И ЖЕНСКОГО	32
-----------------------------	----

Ч А С Т Ь 2

СЕКС И ЭРОС	60
-------------	----

Ч А С Т Ь 3

ПАДЕНИЕ МУЖСКОГО И ЖЕНСКОГО	122
-----------------------------	-----

Ч А С Т Ь 4

ГЛУБИНЫ И ВЕРШИНЫ	144
-------------------	-----

Ч А С Т Ь 5

ЗА ПРЕДЕЛЫ МУЖСКОГО И ЖЕНСКОГО	168
--------------------------------	-----

Contents

P A R T 1

THE ESSENCE OF MALE AND FEMALE NATURE	32
--	----

P A R T 2

SEX AND EROS	60
--------------	----

P A R T 3

THE FALL OF THE MALE AND THE FEMALE	122
--	-----

P A R T 4

DEPTHS AND THE HEIGHTS	144
------------------------	-----

P A R T 5

BEYOND THE BOUNDS OF THE MALE AND FEMALE	168
---	-----

ЩО Е ТО АФОРИЗЪМ?

Афоризмът е стрела, която с помощта на разума попада право в сърцето. Едновременно пронизвайки разума и сърцето, афоризмът пробужда духа и още по-гълбинно: ***афоризмът съединява духа и душата, освобождавайки безграничната енергия на личността и преодолявайки кризи, оказали се вечни и неразрешими.***

Понеже афоризмът е концентрация на смисъл, която пресъздава текста в реалностите на живота.

Това е текст, дотолкова преизпълнен с енергия, че се превръща в мост между съзнанието и несъзнателното. Именно затова афоризмите са способни да бъдат изцеляваща и освобождаваща сила там, където останалите сили са отстъпили.

Понякога ни се струва, че афоризмите са само гласове от миналото, съхранени в паметта наред с анекдотите и наздравниците и способни да удивляват събеседниците с изтънчена ерудиция.

Но афоризмите съществено се различават от анекдотите и тостовете. И ако анекдотите само притъпяват болката, породена от житейски кризи, а тостовете я замъгляват, то афоризмите ***са способни да освобождават от болката.*** Дори повече – те ***са способни да освобождават от кризите.***

Навреме чутият афоризъм ни позволява да видим светлината в края на тунела на кризата и ***да променим живота си.***

Афоризмът е изцеляваща енергия, която прониква в най-съкровениите дълбини на Аза.

От автора

ЧТО ТАКОЕ АФОРИЗМ?

Афоризм – это стрела, которая через разум попадает прямо в сердце. Одновременно пронзая разум и сердце, афоризм пробуждает дух. И еще глубже: ***афоризм соединяет дух и душу, освобождая безграничную энергию личности и преодолевая кризисы, которые казались вечными и неразрешимыми.***

Ибо афоризм – это концентрация смысла, делающая текст жизнью.

Это текст, переполненный энергией настолько, что становится мостом между сознанием и бессознательным. Именно поэтому афоризмы способны быть исцеляющей и освобождающей силой там, где остальные силы отступили.

Порой нам кажется, что афоризмы – это всего лишь голоса из прошлого, которые можно поместить в па-

мять рядом с анекдотами и тостами – для того, чтобы поразить собеседников изысканной эрудицией.

Но афоризмы разительно отличаются от анекдотов и тостов. Если анекдоты лишь притупляют боль, рожденную жизненными кризисами, а тосты – затуманивают ее, то афоризмы **способны избавлять от боли**.

Больше того, они **способны избавлять от кризисов**.

Вовремя услышанный афоризм позволяет увидеть свет в конце туннеля кризиса и **изменить жизнь**.

Ибо афоризм – это исцеляющая энергия, проникающая в самые сокровенные глубины Я.

The author's foreword

WHAT IS AN APHORISM?

An aphorism is an arrow of truth which penetrates the heart through your mind. An aphorism awakens your spirit while piercing your mind and heart simultaneously. And even deeper: ***An aphorism unites the spirit and the soul while releasing the personality's unlimited energy, and helps meet crises which seem to be eternal and unsolvable.***

An aphorism is a concentration of sense which brings the text alive.

This is a text so full of energy that it becomes a bridge between the consciousness and subconsciousness. For this rea-

son, aphorisms are capable of being a healing and liberating force in those cases when all other efforts have withdrawn.

Sometimes, aphorisms seem to be just voices from the past which can fill the memory alongside anecdotes and toasts – just in order to strike interlocutors with refined erudition.

But aphorisms differ strikingly from anecdotes and toasts. If jokes only dull the pain which is born through life's crises, and toasts just obscure the pain, aphorisms ***are capable of eliminating the pain.***

Moreover, they ***are capable of relieving crises.***

An aphorism, if heard in time, allows you to see the light at the end of the tunnel of a crisis, and ***to change your life.***

An aphorism is the healing energy, which penetrates into the most secret depths of the Ego.

АФОРИЗМОТЕРАПИЯ?

Убеден съм, че е ***настъпило времето да наречем афоризмите „мощна психотерапевтична сила“*** и да заявим техните ***изцеляващи способности.***

Практиката на актуализиращата психоанализа го е доказала многократно. По мои наблюдения афоризмите неведнъж са се оказвали ключове за тайните врати в дълбините на несъзнателното, които не биха могли да се отворят по никакъв друг начин и чиято недостъпност не позволява на личността да се прояви в своята цялост.

В процеса на **афоризмотерапията** актуализиращата психоанализа надхвърля сферата на психоанализата и се превръща в **андрогинен анализ** (от древногръцките думи: andros – мъж, и guneikos – жена).

Андрогинният анализ представлява разбиране на най-дълбоките структури на личността – духовните и душевни начала, или дълбинните пластове на мъжествеността и женствеността. Това е разбирането на онези структури, в които се зараждат любовта, свободата и самотата. Оказва се, че там може да проникне само разбиране, въоръжено с афоризъм. Няма да скрия, че преди всичко именно афоризмотерапията направи андрогинния анализ уникален метод за коригиране на отношенията между мъжете жените.

Афоризмът винаги призовава трансцендентните дълбини на Личността.

Като пронизва всички слоеве на психичните травми и комплекси, той поражда у Личността способност да израства след всяка травма или комплекс и да преодолява всяка криза.

Афоризмът е най-краткият път към скритите възможности на Личността.

АФОРИЗМОТЕРАПИЯ?

Я уверен, что **настало время назвать афоризм „могущественной психотерапевтической силой“** и заявить о возможности **исцеления афоризмом**.

Практика актуализирующего психоанализа многократно доказала это. На моей памяти афоризмы не раз становились ключами к тайным сдвигам в глубине бессознательного, которые нельзя было открыть никаким иным способом и замкнутость которых не давала личности проявиться во всей полноте.

В процессе **афоризмотерапии** актуализирующий психоанализ выходит за пределы психоанализа и становится **андрогин-анализом** (от древнегреческих слов: *андрос* – мужчина, и *гинеко*с – женщина).

Андрогин-анализ – это постижение самых глубинных структур личности – духовного и душевного начал или глубинной мужественности и женственности. Это постижение тех структур, где рождается любовь, свобода и одиночество. Как оказалось, туда может проникнуть лишь понимание, вооруженное афоризмом. Не скрою, что прежде всего именно афоризмотерапия сделала андрогин-анализ уникальным методом коррекции отношений мужчины и женщины.

Афоризм всегда апеллирует к Личности в ее запретных глубинах. Пронзая все слои психических травм и комплексов, он вызывает в Личности способность прорасти сквозь любые травмы и комплексы и преодолеть любой кризис.

Ведь афоризм – самый короткий путь к скрытым возможностям Личности.

APHORISM THERAPY?

I am sure, that the ***time has come to call an aphorism a powerful psychotherapeutic force***, and to declare the opportunity for ***an aphorism to heal***.

The practice of actualising psychoanalysis has repeatedly proved this. From my own experience, many times aphorisms became the keys to secret doors in the depths of the unconsciousness, which could not be opened by any other way. Without that door being opened, the personality cannot show its full completeness.

During ***the aphorism therapy*** process, actualizing psychoanalysis spreads beyond the scope of traditional psychoanalysis, and thus it becomes ***the androgyny analysis*** (origin from two ancient Greek words: *andros* – a man, and *gynecos* – a woman).

The ***androgyny analysis*** is a process of comprehending a person's deepest structures of personality, the psychic and spiritual elements, or the depths of masculinity and femininity. It is comprehension of those structures where such sensations as love, freedom, and loneliness are born. As it turned out, only understanding armed with an aphorism can make the penetration. I do not deny that above all it is specifically aphorism therapy which has made the androgyny-analysis a unique method of correcting issues in the man-woman relationship.

An aphorism always appeals to a Person in one's transcendental depths. Having pierced all layers of mental traumas

and complexes, it awakes in a Person the ability to penetrate any traumas and complexes and to overcome any crisis.

Therefore, an aphorism is the shortest way to awake a Personality's latent capabilities.

СЪЩНОСТ НА АФОРИЗМОТЕРАПИЯТА

Смисълът на афоризмотерапията се състои в следното: ***за всеки човек могат да бъдат формулирани ключови афоризми, които да пробудят неговите спящи възможности и да променят съдбата му.***

Често ме питат:

– Как се роди идеята за афоризмотерапия?

Моят отговор е:

– Всичко се случи неочаквано и същевременно закономерно.

Консултирах една много известна московска писателка. Тя дойде при мен, водена от творческа криза, която, както се оказа, беше само следствие от кризата на смисъла на живота и вътрешната самота.

– Грехота е да се оплаквам от живота си! – каза тя. – Аз съм успешна писателка, моите детективски романи се издават в големи тиражи. Читателите ме обичат и издателите ме уважават. Изглежда че имам всичко: пари, слава... Но нещо липсва. Вече половин година усещам празнота. Изгубих желание да творя, изчезна въдъхновението. Чувствам се много самотна...

Анализирахме нейните психически травми и комплекси от всички страни и стигнахме до извода, че в нейния Аз мъжествеността е потиснала женствеността. Освен това тя осъзна основната психологическа травма, която бе предизвикала бягството ѝ от женствеността. Това осъзнаване обаче се оказа недостатъчно. Тя почувства облекчение, но творческата криза не премина.

Продължи да идва при мен. В някакъв момент усетих, че се лутаме из лабиринт. И съвсем спонтанно формулирах следния афоризъм:

Мъжът се различава от жената по своята способност да прониква в бездната. Жената се различава от мъжа по това, че носи бездната в себе си.

Въпросът не е там, че изказаното беше напълно неочаквано за мен – после го *изрече* героинята на романа ми *Освобождение на ероса*. Въпросът е, че се превърна в решаващ обрат за излизане от кризата за моята пациентка.

Едва сега тя успя реално да осъзнае и да преживее как предишен опит от несполелена любов я е накарал да изхвърли от мирогледа си любовта като ценност. ***Но всяко творчество има смисъл само тогава, когато води към любов и завършва с любов.***

Днес тази писателка е на гребена на нова творческа вълна и успех именно защото разкри своята женственост и намери любовта. А след този случай аз започнах съзнателно да прилагам афоризмотерапията.

РЕАЛЬНОСТЬ АФОРИЗМОТЕРАПИИ

Смысл афоризмотерапии состоит вот в чем: *для каждого можно сформулировать его ключевые афоризмы, которые пробудят спящие возможности и изменят судьбу.*

Я часто слышу вопрос:

– Как родилась идея афоризмотерапии?

Отвечаю:

– Все произошло неожиданно и одновременно закономерно.

Однажды я консультировал одну весьма известную московскую писательницу. Ее привел ко мне творческий кризис, который, как выяснилось, был лишь следствием кризиса смысла жизни и внутреннего одиночества.

– Мне грех жаловаться на жизнь! – говорила она. – Я успешная писательница, мои детективы издаются большими тиражами. Меня любят читатели и уважают издатели. Казалось бы, все есть: деньги, слава... Но чего-то не хватает. Уже полгода я ощущаю пустоту. Пропало желание творить, исчезло вдохновение. Я чувствую себя очень одинокой...

Мы всесторонне проанализировали ее психические травмы и комплексы и пришли к выводу, что в ее Я мужественность подавила женственность. Более того, она осознала главную психологическую травму, с которой началось бегство от женственности. Но этого

осознания оказалось недостаточно. Она почувствовала облегчение, но творческий кризис не прошел.

Она приходила ко мне снова и снова. В какой-то момент я почувствовал, что мы бродили по лабиринту. И неожиданно для себя сформулировал афоризм, который вывел на свет.

Вот этот афоризм: ***Мужчина отличается от женщины своей способностью проникать в бездны. Женщина отличается от мужчины тем, что носит бездну в себе.***

И дело не в том, что это высказывание было абсолютно неожиданным для меня – я вложил его в уста героини моего романа *Освобождение эроса*. Дело в том, что абсолютно неожиданно оно стало решительным шагом за пределы кризиса для моей пациентки.

Только после этого она смогла реально осознать и пережить, что опыт неразделенной любви заставил ее выбросить из своего мировоззрения любовь как ценность. А ведь ***любое творчество имеет смысл, если оно ведет к любви и завершается любовью.***

Теперь эта писательница на новой волне творчества и успеха именно потому, что открылась женственности и обрела любовь. А я с той поры стал осознанно применять афоризмо-терапию.

THE SUBSTANCE OF APHORISM THERAPY

The meaning of aphorism therapy is based on the fact that: ***it is possible for everyone to formulate his or her own key aphorisms, which can awaken latent capabilities, and change one's destiny.***

Frequently I hear a question: how was the idea of aphorism therapy born? Here is the answer: everything that happened in our life is unexpected, but at the same time it happened legitimately.

Once, I advised a very famous writer from Moscow. Her coming to me resulted from a creative crisis which proved to be only a consequence of *the meaning-of-life* crisis and a sense of internal loneliness.

– There is no reason to complain about life! – she said. – I am a successful writer, and my detective novels are published in huge volumes. My readers adore me, and my publishers respect me. It seems that I have everything that I need: money, praise... But there is something missing. For the last six months I feel emptiness inside. The creative desire has evaporated, and my inspiration has disappeared. I feel very lonely...

Having comprehensively analysed her mental traumas and complexes, we came to the conclusion that in herself masculinity had suppressed her femininity. Moreover, she realized what had been the main psychological trauma from which her flight from her femininity had begun. However, this comprehension was not enough. She felt relief, but her creative crisis had not passed.

She came to me again and again. For a time, I felt that we were wandering inside a labyrinth. Then, unexpectedly, I formed an aphorism which took us into the light.

Here it is: ***A man differs from a woman by his ability to penetrate into the abyss. A woman differs from a man in that she carries the abyss within herself.***

And the fact is that this statement was not totally unexpected. I put it on the lips of my heroine in my novel *Liberation of eros*. The point is that quite unexpectedly it became a decisive step for my patient beyond the bounds of the her crisis.

Only after that step could she truly realise and experience the fact that unrequited love forced her to throw out the sense of love as a value. And, in fact, ***any creative process is meaningful, if it leads to love and is completed with love.***

Now this writer is riding a new wave of creativity and has reached new success, specifically because she has rediscovered her femininity and found love. And since that case, I have consciously begun to apply aphorism therapy.

КАК ДА ЧЕТЕТЕ ТАЗИ КНИГА?

В тази книга са събрани афоризми, помогнали на много мъже и жени. Някои от тях се възстановиха от кризи, много от тях възстановиха връзките си с любимите хора, избавяйки се от своята вътрешна самота.

Повечето от афоризмите се родиха в живия процес на андрогинния анализ и бяха създадени от мен за конкретни хора. Подбрал съм само онези, оказали **реално положително въздействие**.

Защо книгата се нарича *Мъжкото и женското тайнство*? Възможни са различни отговори на този въпрос. Ще предложа един от тях, който току-що ми дойде на ум: афоризмът е тайнството на мъжкото и женското начало. **Освободени от всичко незначително и безполезно, мъдрите „афористични“ отношения са условие за щастие и на мъжете, и на жените.**

Ще си позволя да дам няколко съвета.

Най-добре е книгата да се чете в състояние на покой и уединение със самия себе си или с любим човек.

Последователното четене е възможно, но не и дължително. Прегледайте внимателно съдържанието и изберете частта и главата (*проникновението*), които в дадения момент най-много ще ви заинтригуват.

Когато откриете **своя** афоризъм, ще почувствате лека възбуда и един особен духовен възторг. Прочетете отново афоризма и се опитайте не толкова да го разберете, колкото да го **преживеете**. И тоуй ще започне своята изцелителна работа в дълбините на вашия Аз.

Ако времето ви е ограничено и имате възможност да четете само на части или в транспорт, можете да отваряте книгата на случаен принцип. Този път е по-дълъг, но вашата интуиция рано или късно ще ви отведе до желания афоризъм.

Ако не сте съгласни с нещо – чудесно! Спорете с автора! Защото по този начин вие разширявате мирогледа си творчески! Това е още един път за разбиране на моята книга. Очертайте позицията си, говорете с приятелите и близките си – и така ще усетите изцеляващото въздействие на афоризмотерапията.

И най-важното: ***настройте се за положителни промени, и те непременно ще дойдат!***

КАК ЧИТАТЬ ЭТУ КНИГУ?

В этой книге собраны афоризмы, которые помогли многим мужчинам и женщинам. Некоторые из них восстановились от кризисов, многие восстановили свои отношения с любимыми, избавившись от внутреннего одиночества.

Большинство этих афоризмов родились в живом процессе андрогин-анализа и были созданы мной для конкретных людей. Я отобрал только те из них, которые оказали ***реальное позитивное воздействие***.

Почему книга называется *Тайна мужского и женского*? На этот вопрос может быть множество ответов. Я предложу один из них, который только что пришел мне в голову: афоризм – и есть тайна мужского и женского. ***Свободные от всего мелочного и лишнего, мудрые, „афористичные” отношения – условие счастья и мужчины, и женщины.***

Позволю себе дать несколько советов.

Эту книгу лучше всего читать расслабившись и уединившись – наедине с собой или близким человеком.

Чтение по порядку возможно, но необязательно. Внимательно просмотрите содержание и выберите часть и главу (*проникновение*), которые в данный момент больше всего заинтересуют вас.

Когда Вы найдете *свой* афоризм, вы почувствуете легкое возбуждение и особый духовный восторг. Прочитайте афоризм еще раз и постарайтесь не столько понять, сколько *пережить* его. И он начнет свою целительную работу в глубине вашего Я.

Если ваше время ограничено, и вы имеете возможность читать лишь урывками и в транспорте, можете открывать книгу наугад. Этот путь дольше, но Ваша интуиция рано или поздно выведет на нужный афоризм.

Если вы с чем-то не согласны – замечательно! Спорьте с автором! Ведь тем самым вы творчески углубляете свое мировоззрение! Это еще один путь восприятия моей книги. Очертите свою позицию, проговорите с друзьями и близкими – вы и здесь почувствуете исцеляющее воздействие афоризмотерапии.

И самое главное: ***настройтесь на позитивные изменения, и они обязательно придут!***

HOW TO READ THIS BOOK?

This book is a collection of aphorisms, which have helped many men and women. Some of them recovered after crises, and many have restored the relationship with their loved one, having rid themselves of internal loneliness.

The majority of these aphorisms were born during the live process of the androgyny-analysis, and were created by me for specific people. I have selected only those aphorisms, which brought about ***a real positive effect***.

Why is this book called *The Mystery of Male and Female Nature*? There could be a mass of answers to this question. I shall offer one of them, which has just come to mind: the aphorism is the secret of the male and the female. ***Relationships, which are free from all petty and superfluous things, and which are wise and can be described as "aphoristic" are the main basis for happiness both for a man and a woman.***

I will allow myself to give you some advice.

The best way to read this book is in a state of relaxation and in solitude, so be alone or with someone you are close to.

You can read the book in sequence, but it is not essential. Look at the contents closely, and choose a part and a chapter (*penetration*) which at that moment interests you most of all.

When you find ***your own*** aphorism, you will feel a light excitement, and a certain spiritual delight. Read the aphorism again, and try not to understand it entirely, but try ***living***

through it. And then it will begin its healing work within the depth of your Ego.

If your time is limited, and you have the opportunity to read it only in snippets or while travelling, just open the book at a random page. This way takes longer, but your intuition will lead you to the necessary aphorism sooner or later.

If there is something with which you disagree – wonderful! Argue with the author. In fact, while doing so, you creatively deepen your outlook! This is one more way to perceive my book's ideas. Outline your position, speak with your friends and your relatives, and you will again feel the healing effect of the aphorism therapy.

And the most important thing: ***gear up for positive changes, and without doubt, they will come!***

АФОРИЗМОТЕРАПИЯТА ЩЕ ПРОМЕНИ ЖИВОТА ВИ

Афоризмът е ключ към удивителните и безгранични енергии на Личността. Такива енергии се крият във **всеки** мъж и във **всяка** жена. Никога не е късно да ги събудим и животът ни ще се промени по възшебен начин.

Убеден съм, че всеки от вас ще намери своите ключови афоризми.

Точните афоризми ни карат да притихнем за миг, откъсвайки ни от реалния свят. И да ни възродят.

Това спасява човешката Личност – нейната свобода и любов, от бавното угасване в ежедневието.

Намерете своите афоризми и възкресете себе си.

Київ, 1 януари 2002 г.

АФОРИЗМОТЕРАПИЯ ИЗМЕНИТ ВАШУ ЖИЗНЬ

Афоризм – это ключ к удивительным и безграничным энергиям Личности. Такие энергии скрыты в **каждом** мужчине и **каждой** женщине. Никогда не поздно пробудить их, и жизнь волшебным образом изменится.

Я уверен, что каждый из вас найдет свои ключевые афоризмы.

Подлинные афоризмы заставляют нас на мгновение умолкнуть и уйти из этого мира. А потом воскрешают обновленными. Это спасает Личность, ее свободу и любовь, от медленного угасания в обыденности.

Найдите свои афоризмы и воскресните.

Київ, 1 января 2002 г.

APHORISM THERAPY WILL CHANGE YOUR LIFE

The aphorism is a key to unlocking the surprising and boundless energies of the Personality. Such energies are hidden in ***every** man* and *woman*. It is never too late to awaken these energies and your life will change in a magical way.

I am confident, that all of you will find your key aphorisms.

Genuine aphorisms render us silent and make us leave this world for a moment while we try to realise their hidden meaning. And then you feel revived. It rescues your Personality, its freedom and love, from fading slowly into a mundane existence.

Find your own aphorisms, and revive yourself.

Kiev, January 1, 2002