

CBSR

Chinese Blogs Sexology Research

2010年第4期

总第9期



华人博客性学研究

◆世界华人性学家协会主办



World Association of
Chinese Sexologists

华人博客性学研究

Chinese Blogs Sexology Research (CBSR)

2010年第4期（双月刊·总第9期，7月1日出版）简体中文电子版

● 世界华人性学家协会主办 ●

World Association of Chinese Sexologists (WACS)

Room 1801, 18/F, Capitol Centre, No. 5-19,
Jardine's Bazaar, Causeway Bay, Hong Kong

<http://www.wacshome.net>

E-mail: wacshk@gmail.com



发行人：吴敏伦（香港）

顾 问：阮芳赋（美国）



主 编：潘 海（中国大陆）

副主编：李明英（香港） 刘耘澍（台湾）

编 辑：吴晓京（新西兰） 韩晓慧（中国大陆）



封面设计：黄 灿（中国大陆）

编辑部的话

这是世界华人性学家协会（WACS）主办的系列电子期刊之一。

本刊编发的“博客性文”，是指在各大华文“博客”网站发表的性学专著、性问题争鸣文章、与性相关的新闻报导和评论，以及各种富有性学意味的随笔杂谈。为了保持“博客”的原汁原味，我们对所发博文原则上不作改动，只对明显的文字差错进行技术上的纠正。所有博文均保留作者署名，并链接其“博客”地址，其观点不代表本刊立场，文责由作者自负。

本刊经由互联网免费发行，欢迎各界朋友订阅。方法是：把您的姓名（或网络署名）及邮箱地址发送至本刊编辑部的邮箱，我们就会按期给您发送本刊的PDF电子版本，或者登陆世界华人性学家协会官方网站阅读。

我们欢迎全球华人性学家及对性问题有研究或者感兴趣的海内外华人博主，积极推荐作品，共同繁荣这个以“博客”为特殊平台的性学研究园地。谢谢！

《华人博客性学》杂志编辑部

邮箱地址：cbsr2009@gmail.com

Chinese Blogs Sexology Research (CBSR)

华人博客性学研究 2010 年第 4 期 (7 月 1 日出版)

目 录

· 刊首语 ·

- 4 潘海 反思“华人博客”中的“性学研究”

· 性关注 ·

- 5 方刚 伪娘是性别实践的个人权利
6 涛妈 看伪娘想到性别教育

· 性文明 ·

- 8 辉格 什么样的换偶才是非法的？
9 兰小欢 在线纪录片：美国色情业

· 性理念 ·

- 10 李银河 关于性理念的两篇博文
公民权、女权与性权
禁欲主义与丰乳
13 罗立为 床上功夫与民族强大
——评李扁《坚持看 A 片，
可以强壮一个民族》

· 性心理 ·

- 17 雨薇 极致中的飞翔
21 小资情调 女人出轨的四大心理与
九大理由

· 性教育 ·

- 23 谭玉玲 性教育专家的教子经
26 周嫂 对儿子的性教育
27 刘明 校园爱情，安全套能套住安
全？

· 性保健 ·

- 28 罗西 酒对男人而言，可以壮胆不
可以壮阳
30 名器女人 为什么名器像美丽的海
葵花？
33 金冷强汉 乳房“世界杯”
——女子美胸有妙方

· 性关系 ·

- 35 柯云路 男人婚外情成本是多少？
38 简单浪漫 现代女孩为何愿意涉足
跨代婚外情

- 40 江妖 别让你的男人得流行“性”
感冒

- 42 漂泊 外遇是可以宽恕的吗？

- 52 伽平 男女关系妙论

· 性角色 ·

- 43 杨璟丽 让男人动情而不是让男人
动欲

- 45 沂蒙星辰 女人“骚”起来的九种
经典表现

· 性行为 ·

- 47 马晓年 自我分析插入失败问题
49 钱坤 强权的男人们求求你，允许
女人上位吧！
51 爱吻者 全新吹气式接吻
——女性的性爱攻略

· 性生理 ·

- 53 卫辉 给自己的性知识打个分
54 林慧慧 女性年过 30，卵子库存仅
剩 12%

· 性与婚 ·

- 55 好文 别让婚姻失败在性爱上
57 空腾 水乳交融的身体互属

· 性文化 ·

- 59 包红霞 感悟徐兆寿《爱与性的秘
密》
62 小薇 挑战视觉底线的“性博会”
——东莞“五一”性文化节

- 66 楚鹏 加德满都的性爱雕塑

· 性工作 ·

- 69 潘绥铭 小姐，同样是法律与国家的
合法性来源的组成部分
——关于性工作者的两本
书的序言

· 性养生 ·

- 74 叶天 做爱吧，为情为爱为健康！
77 名枪 名枪论“道”

反思“华人博客”中的“性学研究”

本刊主编 潘海

http://blog.sina.com.cn/s/blog_54e1eca70100j85g.html

《华人博客性学研究》(CBSR)作为世界华人性学家协会(WACS)主办的系列电子期刊之一,自2009年3月1日创刊以来,在编辑部同仁天南地北的共同努力下,以双月刊的形式,已经出版了9期。每期刊物都在WACS的专属网站(<http://www.wacshome.net/>)及时发布,至少起到了存史资鉴的作用。

但现在有一个问题限制了《华人博客性学研究》的全球化发展,同时也由此引发出一个发人深省的思考,不得不在本期刊首向读者以及作者做个交代。

说实话,在浩瀚如海的博客中选编与性相关的文章虽不十分困难,但能被选到的文章却基本来自中国大陆。台湾的“部落格”(即博客)在大陆无法打开,甚至台湾性学会的官方网页也很难阅读。好在编辑部在台湾有一位编辑,依靠她从台湾网媒中摘取与性相关的“部落格”文章,然后以电子邮件转发给我,这才使本刊每期都能有一些台湾“华人”的内容。

但更远一些的地方,我们就鞭长莫及了。我经常浏览世界各地的著名华人网媒,如法国的“欧洲时报网”(<http://www.oushinet.com/>)、北美的“世界新闻网”(<http://www.worldjournal.com/>)、驰名东南亚的马来西亚“世界华文作家网”(<http://www.worldchinesewriters.com/>),以及马来西亚的“华文教育网”(<http://www.sjkc.com.my/school/index.asp>),还有新加坡联合报系的“联合早报网”(<http://www.zaobao.com/>)等。但我很遗憾地发现,这些中文网媒,全都没有专门的博客栏目。其中仅“欧洲时报网”有一个类似博客的“个人专栏”,但内容基本与性无涉,好像远在海外的“华人”根本对性不感兴趣。可是他们所在的国度,却几乎都是“性解放”或“性开放”闻名的地方啊!

海外华人在性领域巨大的“行言”反差,不得不让人掩卷深思。

至于近在咫尺的港澳,更是耐人寻味。在珠三角地区大搞婚外情、大肆包二奶、大模大样嫖娼的“港澳同胞”,在他们的网媒中却表现得出奇干净、出奇传统、出奇专业。香港与性相关的著名网媒有两个,一是“香港性教育会网站”(<http://hksea.3tech.com.hk/chi/>)、二是“香港家庭计划指导委员会性教育网页”(<http://www.famplan.org.hk/sexedu/b5/index.asp>)。这两大网站完全没有中国大陆各大网媒的博客栏目,没有什么人在其中探讨“性解放”、关注“性热点”、交流“性感受”,更没有那些必须由警察扫荡的“低俗淫秽”之物。

这是为什么呢?为什么港媒在性问题上如此“保守”呢?

答案也许只有一个:因为社会真正地开放了!人们在性领域不受任何压抑,也无须做更多的社会思考与行为探讨,所以无须有人到博客中、到网络中去说、去讲、去幻想、去追求、去做似是而非的身心满足。

真希望有一天我们大陆也能走到这样一步:性,回归于生活;性教育,公开于网上;而那些低俗淫秽之物,则因为社会的高度开放而使人们不屑一顾。

“伪娘”是性别实践的个人权利

方刚

http://blog.sina.com.cn/s/blog_467a5c960100jkvk.html

方刚原注：一天之内，三家媒体来采访我对于“伪娘”现象的看法。索性将一段回复文字发在这里，大家都可以从这里引用，不必采访我了。彼此省时间。谢谢。

记者：伪娘风的盛行，预示着新性别时代的来临吗？请谈谈您的看法：

1、“伪娘”现象引发各界关注男孩成长，请谈一下男性喜欢“伪娘”装扮的心理特征。“伪娘”在大众媒体中亮相，会不会对青少年的成长造成影响，为什么。如果是负面影响的话，这股“伪娘”流如何纠正。或者说，如何让大众有一种健康的心态对待“伪娘”现象。

2、如果将缺乏阳刚气，比女性更爱打扮的男性称为“伪娘”，那么“伪娘”现象可以说已经很普遍了。请谈一下这种现象出现的前因后果。

方刚回复：按着性别研究大师巴特勒的观点，性别就是一种表演。标准的男人和标准的女人，也都是表演出来的。今天有人不想表演这个了，改为表演所谓“伪娘”了，如此而已。但是，因为我们这个世界上绝大多数人还在表演男女，所以我们对这样的离经叛道受不了了，便多了太多的谴责。其实，那是表演者的个人权利。

“伪娘”一词，是新词旧意，按着专业一些的说法，可以归为“跨性别”当中。跨性别这个词的历史也就是十年左右，学术界用此指称那些不符合传统男人规范的男人和不符合传统女人规范的女人，包括想变性的人，也穿异性服装的人。伪娘无疑也应该算作跨性别，即跨越了传统男女两个性别的人。

扮“伪娘”者的心态，也许仅仅是觉得那样很美丽，很个性，或者是内心真的喜欢女性模式，也不排除其中有变性欲者。但是，这些都不重要，我们千万不要再犯把少数人当作“变态”来解剖研究的错误了。接受他们对自己性别表演的独特尝试，就可以了。何必管是什么“造成”的呢？

“伪娘”可能会对一些人起到启发作用，比如也去扮演“伪娘”。但是，一方面这种可能性很小，一定是那些原本对传统的性别表演模式有异议的人才会模仿；第二方面，这模仿也不是什么大逆不道之举。还是要接受性别操演的多样性。

对于大众而言，健康的心态就是：那是别人自己的事，不关我的事，不要骂，不要禁，不要讥讽嘲笑或者当成病。当然，你如果自己不喜欢，也不必一定要去学习。没有人强迫你当“伪娘”，你也不要强迫别人不当“伪娘”，如此而已。

男性比女性更爱打扮，也不是什么坏事，说明男性爱美了。这是社会的进步，是对传统的粗犷男人的形象的颠覆。这是随着社会经济发展，文化多元的一个必然结果，不必大惊小怪。而且，这种趋势以后还会继续。

看“伪娘”想到性别教育

涛妈

http://blog.sina.com.cn/s/blog_4d91d98d0100j8.html



你能看出画面中的哪一个人是“伪娘”吗？

“伪娘”，顾名思义，指假女子。最近网络上经常出现关于“伪娘”刘著的一些热议话题，相信大家都会和我一样觉得不可思议，究竟是这个世界太疯狂了，还是人们的审美观出现了问题？好端端的一个帅小伙却非要把自己整成个姑娘装扮，这究竟是挑战传统的另类还是性别错位的变态？不得不让人深思啊！

现在大多数家庭只有一个孩子，这也带来了一种遗憾。有了女儿还想要个儿子，有了儿子也想要个女儿。再生一个不可能，就只能动点小脑筋，给男孩梳个辫子穿个裙子，靠男孩女养或女孩男养来满足自己的一种心理需要。起初是好玩，时间长了就会对孩子造成不良的影响，让他们对自己的性别形成模糊的概念。性别教育看似简单，但教育不当就会出现性别错位。从小不注意性别教育，可能引发相关的社会问题。

在我的记忆中，从前的男生常常是老师的安慰！那些小男子汉们总是表现得气概非凡。老远就和你打招呼，跑过来帮你搬东西，热情、有活力、有责任感，

班里有什么事，主动站出来承担的一定是男生。即便淘气，也淘得有股男孩的劲儿，让你还是喜欢！

而如今，不信的话你可以去一些校园里看看，相信一定会碰到几个精致而敏感的男生。他们有的会每天花两个小时来梳妆，有的会一天换三套衣服，有的说话脸红，有的动不动就痛哭流涕……

究竟是怎样的教育让男生变成了今天的模样？是过度的保护吗？是过度的担心吗？是从小就缺乏的信任吗？是一切都太顺利吗？我

的说话脸红，有的动不动就痛哭流涕……

究竟是怎样的教育让男生变成了今天的模样？是过度的保护吗？是过度的担心吗？是从小就缺乏的信任吗？是一切都太顺利吗？我们不仅要问自己，到底是哪里出现了问题？

容易导致孩子性别错位的原因，我总结了一下，有三个方面：其一、父母教养不当，比如，有的妈妈喜欢女孩子却生了男孩，从小就给孩子按着女孩的模样打扮，后来就渐渐养成了习惯，长大后想纠正就很难了。其二、母亲对孩子过分溺爱，或者父亲对孩子陪伴很少，在成长过程中，男孩对男性角色认同不够。其三、家长对孩子的性教育方式不科学，孩子小时候对性的兴趣就和对其他任何事物的兴趣一样，向父母提出，但是大多数父母不是敷衍含糊应对，就是训斥，让孩子对性产生不必要的误解和恐惧，也容易导致性别认同的困难。

孩子是我们的希望，相信每个父母都不希望自己的家里也出现一个“小伪娘”，以下这几条建议对你应该有所帮助。

1、按照性别给孩子穿衣打扮：出生后，无论性别如何，在取名、着装、生活用品的选择上都不应混淆，以免孩子从小对自己和他人形成性朦胧意识，从而影响孩子的性取向。期望孩子是父母所盼求的性别，或双亲偏爱男孩或女孩，或有意地把女孩扮男装或将男孩扮女装，均会影响孩子的性自认，导致后来性格和行为上的改变。

2、把性教育贯穿在日常生活中：当孩子能听懂言语时，家长应把性教育贯穿在日常生活中，如在洗澡、着装、修整发型及玩具选择等方面要有明确的性别区分。还可通过书报、画册、影视、讲故事等去引导孩子观察动物、植物的生长和繁殖，使孩子对生殖产生一种自然的认识，从而使他们接受大自然，热爱人类，认识生命本质，使性自认得以完成。

3、自由探索自己的身体是健康性教育的良好开端：父母在家庭生活中，要选择适当时机，如洗澡、睡前等，很自然地让孩子认识自己的身体，尤其是要孩子认识到生殖器官与人体其他器官一样并不神秘，而且引导孩子要保持自体清洁，养成良好的卫生习惯。

4、不要回避孩子的性问题：当孩子提出有关性方面的疑问时，父母不应回避，宜用孩子能理解和接受的言语和方式予以解答，使孩子的好奇心和求知欲得到解决和满足。

5、父母自身行为的模范也很重要：父母之间感情真挚、融洽，道德高尚，给孩子树立良好的榜样，就会使孩子热爱人生，热爱生活，正确对待性的问题。

6、对常遇到的问题应恰当予以理解：如人是怎样出生的？可以从植物开花结果讲起，接着联系到人的性与生殖，也可以从动物的生殖活动进行示范性比喻。浅显地介绍人类生殖的生理，有助于孩子弄清问题。进行性教育时既要如实相告，又不能太复杂；既要鼓励孩子的求知欲，又要把一些具体细节很自然地延迟到孩子的未来生活中去了解。

什么样的换偶才是非法的？

辉格

<http://www.bullogger.com/blogs/whig/archives/359497.aspx>

马尧海等 22 人因集体换偶而被控聚众淫乱罪一案，初审以有罪判决告结；此案从一开始便引起了巨大争议，有电视台还组织了专题辩论正反双方可谓水火不容；在正方看来，换偶行为直接且严重挑战了道德传统和社会习俗，而法律既是作为行为规范的道德体系的组成部分，也应保护道德与习俗；而在反方看来，换偶案中并没有受害者，而所谓公共危害，也没有说清楚究竟何种公共利益如何遭受了侵犯，既然没有受害方，就不存在犯罪。

从一般意义上讲，道德和法律的确有着密切关系，包括核心规则的同源性，功能上的等价，和它们的相互支撑作用；但区别同样明显，道德体系中包含了大量基于价值观的规范，而价值判断是不能轻易引入法律的，而且价值观的分布随时间的变化非常快，地区和社区差异也相当大，尤其在现代社会，这种引入通常只会带来更多的冲突和混乱而非共识与秩序；所以，在个案评价中，应切忌用泛泛的道德评判代替对权利、伤害、过错与责任的具体分析。

就本案而言，我们确实找不出受害者，甚至没有听到过任何人抱怨被告的换偶行为给他们造成了具体的伤害；如果换偶行为都如本案被告那样做到了圈子的封闭性和行为的隐秘性，那么我们实在找不出理由动用纳税人所供养的警力，去窥探和揭露这些行为，并施加惩罚；实际上，这群人不过是组成了一个自己的虚拟社区，按他们独特的价值观选择了自己的生活方式而已，一个多元化的大社会，应该容忍这种无害的独特性。

不过，这一辩护并不意味着，任何换偶行为都是无害且合法的；首先，换偶团体应确保其封闭性，不能开放或无条件的招募新成员，只应接受单身者或成对夫妇加入，而不能接受夫妻一方单独加入，否则，他们便会对现有婚姻关系构成规模化的冲击；在多数现代社会中，婚姻契约只包括了财产和抚养等经济责任，但也有许多社会的婚姻契约还保留着性忠诚责任，在这些社会，通奸仍是有罪的；即便在通奸非罪的社会，规模化的引诱和实施通奸从而破坏婚姻关系，很可能仍会被认为有罪。

其次，换偶团体应保持其隐秘性，除非换偶者离开他们现在生活的社区，在物理上另建新社区，否则，公开的换偶行为仍可能对其邻居的构成伤害；有两种潜在的伤害，首先是心理感受上的直接伤害，持有某些价值观的人看到听到身边的这种事情，会真切的感受到恶心和惊恐，就像有些女性看到陌生男子的裸体时的反应那样；当然，个体感受不能作为判定行为合法性的依据，但如果此种感受普遍存在于这个社区里，已构成习俗，那就不同了。

另一种是间接的财产性损害，假如我生活在一个民风朴厚、邻里和睦的社区，现在出现了一群换偶者，还闹得沸沸扬扬，远近皆知，从那以后，当别人问起我住在哪里时，我都难以启齿，乃至最后无奈搬离了该社区；很明显，在我眼里，

或与我持类似看法的别人眼里，我的住宅的价值贬低了，我的生活质量也下降了；如果这种看法在社区和周边地区很普遍，这一损害会直接反映在房价上，它虽然是间接的，却是真实、具体而可度量的。

我认为，一个社区有权利阻止这种损害行为，并在其实际发生时获得司法救济，当然，他们有责任证明这种伤害确实存在，并且是基于社区居民的普遍看法，而非个人的特定价值观，即，感受到生活水平下降和房产贬值，并非仅仅出于他本人对身边换偶行为的厌恶，而是周围居民的普遍评价所造成的难堪与恶名；重要的是，即便他本人对换偶行为并无特别看法，也无法避免此种损害，正是在此意义上，我们可以说，该损害是“客观的”。

让我们再考虑另一种情况，假设上述社区中出现换偶行为并已广为人所知之后，没有人提出侵权诉讼，甚至没有人提出抗议或驱逐动议，那么，多年以后，该社区便对换偶行为构成了事实上的容纳，或者说，它的习俗已经改变了；此时若再有人提起诉讼，就不应得到支持，换偶行为实际上已构成了社区居民的一项权利。

同样，如果你搬进一个此前已存在换偶行为的社区，而你在后来才听说，此时，你也没有权利主张对你的损失进行赔偿；即便你感觉到生活质量受损、房产贬值、乃至被迫再次搬家，也是因为你事先不够审慎，没有打听清楚，理应自负其责；个人所特有的价值观，是不能用来挑战社区已经存在的习俗和规范的。

如前所述，在确保封闭性和隐秘性的前提下，换偶行为在任何情况下都不会构成伤害，因而，即便该行为在某些条件下是非法甚至有罪的，治安和司法部门也不应对它展开主动侦查和公诉，而应由实际遭受损害者自己提起诉讼；首先，侦查会破坏隐秘性，使得原本无害的行为变成有害的；其次，由于换偶行为是否有罪随社区习俗而异，而公诉则很可能忽视其中的差异，不必要的发起没有实际受害人的案件。

在线纪录片：美国色情业

兰小欢

<http://www.bullogger.com/blogs/shafa/archives/361240.aspx>

abc 电视台花了两年时间拍了一个多小时的纪录片《美国色情业》，youtube 上现在可以全片观看了 (http://www.youtube.com/watch?v=sq5IM_Ur5FQ)。

拍得还算全面，五块钱的站街女，年入百万的高级娼妓，付几千块只想聊天的嫖客，皮条客，妓院老板，钓鱼执法的警察，各种故事和感受，传奇的，平庸的，辛酸的。主流价值观的女主持人很不招人待见，一脸慈悲地好像要榨出人家裙子底下那个小来。看这类资料看得太多了，但“主流口气”里有一类每次都能让我破口大骂的猥琐问题：“将来对你孩子怎么说？你要有女儿的话，她做这行你怎么办？”

还能怎么说？当然明说了。

还能怎么办？当然是尊重人家的选择，在困难的时候尽量帮一把呗。

心理的猥琐和自以为是成什么样，才老问这样的问题啊？

操他妈的道貌岸然。

关于性理念的两篇最新博文



李银河

<http://my.tianya.cn/3715999>

编者按：这是李银河博士 2010 年 6 月发表在天涯社区博客中的新作，对中国人的性理念作了深刻剖析，前后共有五篇。本刊选发二篇，以供读者赏析。

博文之一

公民权、女权与性权

http://blog.tianya.cn/blogger/post_show.asp?idWriter=9931276&Key=385825693&BlogID=361353&PostID=24380421

人身自由权是公民权利中的一项重要内容。在我看来，这项权利不仅是保护公民的身体不受他人侵害、不被他人非法拘禁，还应包括在不伤害他人的前提下随意安排、处置自己身体的自由权利。因此，性权利是人身自由权利的题中应有之义。公民的性权利应当包括所有出于公民自愿的性行为，其前提是不能伤害他人。女性是公民，女性权利中当然也包括上述性权利。

时至 21 世纪，大多数中国人已经可以认同上述原则，觉得自己是应当拥有上述公民权、女权和性权利的了。然而，就在三十年前，对上述权利的侵犯还是司空见惯的事情。仅以一个记录在最高人民检察院案例集中的案件为例。这个案件被记录在案例集的一个小分类中，标题是“勾引男性多人，与之搞两性关系”：“被告人王 XX，女，先后勾引多名男子与其乱搞两性关系。检察院以流氓罪起诉，法院以同罪对被告人作了有罪判决。”

这个案例的判决有明显的荒唐之处。法律在这个案件中惩罚的是婚姻关系之外的性行为。按照这个判例的逻辑，只要性行为发生在没有婚姻关系的人们之间就要受到刑事处罚。如果严格执行这一法律，大多数公民都应受惩罚——根据不同国家、不同时代的调查统计，仅仅婚外性行为就可以达到 40% 之多，加上不在婚而有性活动（婚前性活动和单身人群的性活动）的人群，当超过人口半数。目前，在我们的社会中，婚前性活动和非婚同居者越来越多，任何严格执行只要不结婚就不能有性关系的原则的企图，都是极为不现实的。在北欧一些国家，婚前性行为能够达到人口的 95%，中国虽然没有这么高的比例，这一比例越来越高已呈不可阻挡之势。因此，用刑法来惩治婚姻关系之外的性行为的做法会显得越来越荒唐。

此类法律不仅从个人有权利处置自己身体的公民权角度看是错误的，而且从女权角度也是不可容忍的。案例的罪名是“勾引多名男性与其乱搞两性关系”。首先，怎么能够确切知道是女性勾引了男性，而不是男性勾引了女性？在两性的非婚性行为中，双方负有同等的责任，为什么要单方面判女方的罪？如果说这样判决的理由在于这个女人是一个人同多个男性发生性关系，从而获罪，那么又有什么证据证明和她发生性关系的那些男性全都是只有她一个性伴？如果其中的男性有除她之外的性伴，是否也应当按同罪处理？其次，一个女性有没有权利同“多名男子”发生两性关系？这是一个女性的基本权利问题。女性自愿与男性发生性关系的权利应当受到法律的保护，而不是惩罚。

一个三十年前在我们的社会中实际发生的事件，在今天的人看来已经像荒诞剧中的情节那样令人不可思议，一项三十年前十分庄严的法庭判决，在今天看来已经如此滑稽可笑，这就说明：我们的社会的确是改变了，进步了。人们的行为规范和观念已经改变了，人们的权利意识比以前有了很大的提高。这是一个权利意识空前高涨的时代。在我们这样一个几千年来只有王权、没有个人权利意识的国度，这是一个史无前例的时代，是一个令人感到欢欣鼓舞的时代，是一个令生活在这个时代的中国人感到庆幸的时代。

博文之二

禁欲主义与丰乳

http://blog.tianya.cn/blogger/post_show.asp?idWriter=9931276&Key=385825693&BlogID=361353&PostID=24245829

现在五十岁以上的中国女人在她们的青春期大都经历过一种禁欲主义的成长氛围。表现之一是对第二性征的恐惧和拒斥。尤其是乳房开始发育时，很多女孩惊慌失措，完全不敢挺胸，以致因此变得微微驼背。曾几何时，世风巨变。平胸的女人们已经要花巨资冒着终身残废的危险去丰乳了。看着互联网上关于注射式丰乳给人造成危险的热闹讨论，令人感到恍若隔世。

在中国，性的意象在一段时间里从文学、影视、戏剧、歌曲、美术甚至诗歌中被扫荡一空，性的研究和教育亦付阙如。作为这个时期社会氛围的典型事例可以看“样板戏”《红灯记》。在这个“样板”中，就连以为是一家人的三代人最后都发现没有血缘关系，只有革命的同志关系和抚育战友遗孤的关系。这种氛围

反映在社会生活的各个方面，甚至反映在当时的服饰上。正如一位西方观察家在1974年访问中国时得到的印象：“中国与性别有关的穿着打扮的特点就是故意不渲染男女之间的区别。……在中华人民共和国，人类的性行为是一个禁忌的问题。”

禁欲主义的发祥地在西方。基督教的禁欲主义思想家认为：肉体是内心罪恶的证据；女人的全身和男人的腰部以下都是魔鬼的杰作；性欲的满足是“俯身试毒”；婚姻则是“生命的玷污和腐蚀”；性交是令人作呕的；是污秽而堕落的；是不体面的；是不洁的；是可耻的；是一种玷污。禁欲主义社会氛围的后果是造就了一大批性冷淡的女人和一大批道貌岸然的男人。

在英国的维多利亚时代，女性被划分为两大阵营：一个是受人尊重并准备结婚的淑女的阵营；另一个是“坏女人”的阵营，由女仆和工人阶级女性组成。第一个阵营是贞洁而非性的；第二个阵营有性但不贞洁。在那个时代，对女性的生理特征有极多的言语禁忌。有人的游记中有这样的记载：在当时，吃鸡时不能说“腿”或“胸”，只能说“黑肉”或“白肉”；“怀孕”要说是“处于一种有趣的状态”；女病人在医生的诊室里不能脱衣就诊，只能在医生准备好的一个人体模型上指出她们感到疼痛的部位；甚至连钢琴腿也用粗布遮盖起来，怕引起不良的联想。

有些狂热的禁欲主义者竟然反对预防梅毒，或对有效地治疗这种疾病的前景感到忧虑，因为他们担心这会造成更大的性自由。就像现在有人认为艾滋病是对同性恋的惩罚那样，过去也有人相信梅毒是对性自由的惩罚。其实，一种疾病就是一种疾病，它肯定不会是上帝对某些人的刻意惩罚。如果是那样的，上帝就要为人类的许多痛苦和死亡负责。我想，上帝是不会乐意负这个责任的。人几乎是世界上绝无仅有的能够作自杀性选择的动物。即使某些事有百害而无一利，还是有人会去做。有人愿意得梅毒，有人愿意有很多性伴，有人愿意自杀。与其徒劳无功地絮叨某种疾病是对某种人的惩罚，不如让那些想得病的人得病；给那些愿治病的人治病。

在西方人的心目中，禁欲主义只是基督教文化的传统，而东方文化对性能采取一种较为自然的态度。例如，在古埃及，性被看成快乐之源，社会上的性禁忌很少，人们对性安之若素，毫无惊恐之感。在东方的日本和中国，也有大量坦率描绘性活动的书籍绘画，人们对性较少罪恶感。东方人在西方人看来是一些“正常而又幸福的人”。这种情况在近现代看来已有了很大变化，转变的方向相反：西方向性解放的方向转变；中国向禁欲主义的方向转变。当然，中国的禁欲主义并无宗教色彩，而是一种世俗的出于意识形态纯洁化意图的禁欲主义。

五十、六十和七十年代是中国历史上的一个特殊时期，这一时期的社会氛围是以禁欲主义为其主要特征的。它的根源应追溯到宋明理学和二十世纪中国式的革命意识形态。如今，我们已经告别了那个荒唐而枯燥的年代，进入了一个社会生活越来越丰富多彩的时期。那些冒着各种危险去做丰乳手术的女人就是这个新时期的代表，尽管她们的选择备受争议。

•

“床上功夫”与“民族强大”……

——评李扁《坚持看A片，可以强壮一个民族》



罗立为

http://blog.sina.com.cn/s/blog_5ef0eaeb0100jgmb.html

编者按：关于民族自强的思考，自从鸦片战争以来便在中国没有停止过。无论是“实业强国”还是“军事强国”，无论是“政治强国”还是“经济强国”，几乎都被国人反反复复地谈到了。但关于“民族强大”的话题似乎直到今天仍在热烈的议论中。为什么？因为就像《人的现代化》那本书中的著名观点：强大和发达并不仅仅是一堆经济统计数字。一个民族的骨子里的强大，不是经济学可以解决问题的。强大首先在于精神，在于一种敢于自强的精神。因此，从这个意义上出发，李扁的思维以及本文作者罗立为的感叹，就凸显出特别的价值。

阿扁的思维很独特。

不人云亦云，不作惊人之语——“不显山，不露水”的。

方外牛人一个：凡出胡言——皆有所据……

窃以为，是“人”皆有“性”，有“性”才叫“人”。

一个“人”无“性”，他还能有“人性”？！

男人“床上功夫”（满足男人自身与女人的生理快乐需要！）越好，性功能越强大，女性越满足

——男人—女人才能“和谐”；家庭才能“和谐”；社会才能和谐（非此，能“和谐”？？？）

——就越能“造就”更美丽、更健壮、更高大、更智慧、更自信、更具良知、更独立的子女基因

——更能促进社会与民族的良性发展

——这样的民族，才不可战胜

——这样的社会，才稳定—温暖……

一个民族无“性”——50—100年就“灭”了。

而一个民族因文化传统、道德规范的强大约束

——导致“性”成为“见不得人”的“丑事”与“罪恶”（“万恶淫为首”！）

——导致全民族的性扭曲与性无能

——那这个民族的“发展前景”是非常可悲的：

——它立马就与“强大”、“平安”、“和谐”、“富足”无缘！

——它的“文明”无论“延续”多久

——不过是一种“病态”（“病夫”！）的、“阳痿”（“韬光隐晦”、“不出头”！）的

——积“贫”积“弱”、“苦”大“仇”深、“满脸旧社会”（国人的“标准脸”！）的“土包子”文明

——如此次上海“SB”，国人恶习的“精彩表演”展现的那样！

因为：缺“性”或少“性”——这就基本上标志一个民族的“人性”不足，或基本缺失

——这个民族的男人，随着“性欲”的退化：

——“床上功夫”（满足男人自身与女人的生理快乐需要！）

——产生更优秀的后代基因

——保护自己女人—子女和财产的欲望

——与入侵之敌决一死战的战斗意志

——都会成正比“衰减”下去：

“一代不如一代”——直至“无可救药”（“格式化”）……

秦—汉之后，如不因“五胡乱华”

——中华民族整体衰落，本来会提前在公元2世纪的

——纵欲的“五胡”，在“血统”上，给我们更新了“基因”

——使全民族的衰退，推迟了整整500年（“安史之乱”后）！

“存天理，灭人欲”的孔孟之道、程朱理学的“规范”所致

——中华民族“心”-“性”愈加变态、扭曲

——结果，无论我们多么“富足”、“强大”

——我们至今也没能单独、完全、彻底打赢过一场对外战争……

《檀渊之盟》、宋辽夏金（岳家军堰城会战）战争、宋元战争（襄阳会战、合州钓鱼城会战、崖山之战）、明清战争（宁远会战、卢象升、史可法、嘉定会战、李定国、郑成功）；

1840 年鸦片战争；1860 英法联军入侵

（通州八里桥之役：僧格林沁亲率 35000 八旗精锐，对阵不足 2000 法军——阵亡 27000:12——这仗怎么“打”的？）；

1884 年中法战争；1894 年中日战争；1900 年八国联军入侵；

1928 年“济南惨案”；

1931 年“9.18.”事变

（“关东军”786 人进攻 20000 精兵严防的“北大营”，装备最好的“东北军”一败涂地！）；

1937-1945 年抗日战争

——（48 个鬼子进占保定；

18 个鬼子占领苏州；

南京：100,000 用德国最先进坦克、大炮、冲锋枪、机关枪装备的国军精锐，

对阵 27,600 装备远逊的鬼子——却一触即溃，导致 300,000 万生灵涂炭……）

——我们多是“惨败”；最好的结果，也就是“惨胜”……

——听说，我们还有“天下无敌”的《孙子兵法》呢

（据“爱国者”们传说：海湾战争中，布什总统给每个美军官兵发了一本《孙子兵法》）……

战争胜败之因

——无非战略布局（“谋”）、装备后勤（“财、物”）、同盟多寡（“道”）、国家战斗意志（“心”）

——但终其一点，取决于这个国家与民族男人的“雄性荷尔蒙”分泌的多寡（“性”！）

——“多”：则求战狂热；一战即下狠手；不灭敌国，绝不收兵！

——“寡”：“韬光养晦”；不敢出头（“缩头乌龟”！）；不得已应战，也留有余地，见“好”就“收”（如中法之战；中印之战；中越之战）……

1998 年，印尼屠杀华裔——2009 年，缅甸追杀华裔——中华民族的武力与“尊严”到哪里去了……？

——除了“严正交涉”，我们还有“高招”吗？

——我们还像一个“大国”吗？我们够“大国”的“资格”吗？

我们的执法机构——“打黑”，得政要大员亲自督阵才“干”

（那是刀光枪弹——碰“硬”啊——谁不“怕”死？）

但“扫黄”，那个“乐此不彼”啊

（都会“捏”软柿子——都想“捏”一把呢！）……

——一直扫到“夫妻看黄碟”、“家用电脑A片”、“绿霸”……

我们的“公众”，对一切都能“忍”、都可“视而不见”（那怕当众抢劫、强奸、杀人……）

——唯对“裸照门”、“兽兽门”、“隐私门”……——百看不厌；
对“他人”看A片——恨不得一“禁”了之——都归“我”看……

这就是我们3000年可悲的“阳痿传统文化”，可悲的“禁欲伦理道德”
——给我们留下的“宝贵遗产”

——性，基本无能；“床上功夫”基本缺失；“性心理”，基本变态；“性文化”，基本扭曲

（比较欧美、非洲、阿拉伯、南亚、大洋洲、东南亚国家，及日本、韩国民族而言）……

一个民族整个男人群体

——荷尔蒙分泌严重不足：明哲保身、猥琐阳痿、少勇无狠、贪生怕死、没阳刚之气（JJ不管用）

——偏偏还很“理性”（“精神阳痿”——要了命了！）

——在床上、在街上、在战场上、在国际舞台上

——它，能“强大”吗？……它，真的能“强大”吗？……

古往今来

——从未有过JJ软的男人，大脑还能“雄起”——有所“创见”、“创新”、“创造”的

——而“创……”（也包括“床上功夫”的创新！）

——才是一个民族与国家的真正生命力（这也是评价“上海SB”成功与否的标志！）

其它一切——皆是“过眼云烟”……

当我们的媒体，群体在1980年代初鼓噪：“米粒大小象牙雕出《唐诗三百首》”，惊为“人间奇迹”之时

——在地球的另一面，IBM开发出同样大小的“芯片”

——同样在“赶超”的苏联、中国（那时，我们还在“二极管”、“三极管”阶段！）——已望尘莫及……

人家在床上——在实验室、在会议室、在城市、在发射场、在战场……——分分秒秒实干——创新……

——我们还在为性“社”性“资”扯蛋——到今天还没扯完……

——我们这个民族，天生只会“扯蛋”么？！

——阿弥陀佛……

极致中的飞翔

雨薇

http://blog.sina.com.cn/s/blog_632d42140100j69t.html



黎巴嫩著名的哲学家纪伯伦曾经说过：“性爱着，连悲哀着本身都变得欢乐了。”他一语道破了性爱、生命和幸福的重要本质，这就像是性爱的赞美诗，给我们指引出了一条正确的方向。性爱的神奇与美妙，我想只有真正体会过的人，才有绝对的发言权。

爱是很神奇的，它包含了“情”与“性”，两者是不可分割完美结合在一起的。当你能滔滔不绝谈论爱，及所谓爱的真谛的时候，那你一定还没有得到爱！爱，像一首美丽的诗，像委婉感人的乐曲，但这些都是堕入情网的人才能感悟到，而局外人，则是一头的雾水。至于性，没有爱的性，每做一次，刺激和快感就衰减一点。据研究，最多十五次，已经乏味，毫无快感可言了。但有爱的性，却是灵与肉的结合。整个过程就像在谱写一首交响乐，有引子，有发展，有华丽乐章，有让你忘情的高潮……你会觉得每次都象是第一次，每次都比上一次让人心醉……那你选择什么？还要说吗？

就像大家平日里都在吃饭与做饭，但有几个成为了真正意义上的高级厨师和美食家呢？恐怕很少很少，这是相对于吃饭人的比例来说的。那么，为什么会这样？我觉得，大概我们在烹饪与品尝的时候，都只是用嘴而不用心去体会，食物只是穿肠过了。而美食家与厨师，会在品尝的时候细细品味，考虑它里面都有些什么佐料？添加了什么新鲜的玩意？是和什么放在一起做的？还有什么可以尝试改变的新花样？还能不能创新出另一种做法？……美食家和厨师在吃的时候，

我想会是这样用脑思考的吧。这就好像性爱，所有人都凭着动物的原始本能在做，但到底做得好坏如何？他或她，或是两人是否都享受了、满意了？做了是否就真正体会到了性爱的极乐……这一切都像是不确定的、未知的、没有把握的，更不要说，我们怎样能把这饭菜做得香甜可口了。

人类社会的基本关系是男女关系，男女是最基本的创造物，男女的交合不仅是单纯的欲望发泄，更是阴阳的力量，阴阳是宇宙间相辅相成的两种根本力量。阴阳最初的含义是指日光的向背，背日为阴，向日为阳。阴代表女性，也象征寒冷、黑暗、疾病与死亡。阳代表男性，象征温暖、光明、健康与生命。把阴阳引申到两性关系后，认为男女的交合不仅是单纯的欲望发泄，更是阴阳两种宇宙力量在人类身上的具体体现。一切事物可以用阴阳分开，一切事物和谐相处甚至合二为一也是因为阴阳，性高潮是天人合一的途径。只有尊重自然规律讲究天人合一，我们才能拥有长久和谐的性爱。

如果说，天人合一是儒家的观念，那么阴阳则是道家的坚持，在道家构建的朴素哲学里，阴阳和谐，使万物井然有序，阴阳不谐会引起疾病与死亡。这就是我们中国很早的看待性爱的观点，应该说这是超前的具有前瞻性的，难怪会有西方的性学家要来研究中国古代的性学古籍。

其实，我们内心对性的认知看法与态度，就是一面镜子。一面审视自我的镜子。当你审视它看到了一片通透光明时，证明你的内心也是如此。但当你看到了黑暗诡异的变形扭曲时，那图像所显示的正是你内心的自我。好好审视吧，然后学着去纠正，去改变，正视面对你真正的自我。

走在路上，我常常看着街边人来人往的女人们而发呆，就那样傻傻的想……想她拥有怎样的人生？她活得开心不开心？她有没有为自己而活？在人生的舞台上，我们都扮演着不同的角色：一个女人，从甜蜜的小女孩开始女儿的角色，之后是女友，妻子，母亲，婆婆，岳母，奶奶，姥姥……每一个角色的转变，都是相对于别人来说的，那么，我们什么时候可以是自己呢？一个真正意义上的自己，一个真正意义上的女人！什么时候我们能真正的知道，什么才是一个真正的、所谓完整意义上的女人呢？性爱对于女人，难道真的像饭后甜点那样，只是可有可无的装饰道具吗？当我从有些女友身上解读到这样的思想，真的觉得替她难过。性爱的美，怎么可以沦落到了这样的地步呢，那是人生一切的本源呀！一切生命源于此，没有了性爱的原动力，人类也许最终会走向灭亡的。

当上帝创造了人类，赋予了女性独特的、美好的感受体验时，我们有什么理由拒绝那美好世界的招唤呢？当爱情、情爱在我们的身边，自然的绽放着它美艳的花朵，我们难道不该大方的正视它的美与圣洁吗？我们从何时开始，将这种美好的东西极端化丑陋化了，认为性爱是等同于低俗、色情、肮脏、龌龊……的代名词。

现在，我们需要重新开始学习。学着用一个孩童般纯真的心与眼，来看待和认识这个世界。重新学着唤起内心对于美好事物的向往，学着能坦然接受一切自然所赋予我们的奇迹。春日里的微风，夏日里的艳阳，秋日的落叶，冬日飘雪的

午后……所有能引起我们感官产生快感的事物，包括我们每个个体内存在的性。如何去正视它，培养它，爱恋它，赞美它……让它在阳光下健康的成长，茁壮地长成一棵参天大树，这该是一门叫做性学的深奥学科。

曾经有个女友，挣扎在情与欲的边缘，痛苦万分。她以为有个男人能够解决了欲望，获得了单纯的欲望满足就能 OK 了，但她却突然发觉不是那样简单的事情。她的内心反而因此觉得丑陋和不高尚，背离了她思想的准绳。她渴望追求爱与性的统一，身与心的统一，但这是现实里无法实现的。她的痛苦是源于内心的清醒，就像她曾说过的一段话：“就好像你是通过岁月进化过来的文明人，虽然身体内有残存的兽性欲望，但，那也只是理智头脑可以控制的一部分。就像你面前有两盘食物，一盘是大块血淋淋的生肉，一盘是煎得色香味俱全的牛排，你认为我会选择前者吗？我不是野兽，没有那样的嗜血成性呀！”这就是内心充满了矛盾与冲突的现代女性，也许，每个女性内心都存在着这样的挣扎与呐喊，只是声音大小强弱的问题罢了。

我不否认有些女人能做到身体与心灵的分离，而不存在有内心的矛盾。但我想，她们得到的快乐，也只能是最初级的——身体欲望之乐吧！不可能得到更多的属于灵魂、精神层面的东西，不可能得到身心合一的极致快乐。那之后的虚空失落，恐怕只有自己才能体会得到。如此，也就失去了性爱的真正意义与乐趣，就像这样的比喻：“你和只有身体之爱的异性做爱，硬件再好时间再长，恐怕也只能像豹子一样的在地上奔跑，你永远也不可能飞起来。而和相爱的人做爱，才能让你有飞翔在天空的感觉，自由快乐的感觉。这其中的差距何其之大呢！”可见，爱意在人的心中有多重要的作用呀！性的满足在爱人那里何其的简单，而在其它的人那里，又变得如同登天一样的难，差距只是在不同的人、不同的心灵吧。可惜很少有人知道这样的区别，总以为做爱是在享受身体的盛宴，身体的盛宴是相对于“野兽派”来说的，而对于一个内心渴求文明的男人、女人，盛宴，也许还不如一个心灵默契相处的早茶来得更美妙些呢。

这也是我理解的性爱，它不是单纯的肉体之欢，而是关联到一个异性的的心灵。这种爱，是身体与心灵不可分割的形式。你的性满足是关乎于一个心灵的，你因为对那个心灵的热爱，而满足，而开心，而高潮迭起，而充满了生命力！身体的结合只是你们爱的一种形式，你用身体之爱来表达着对爱人的眷恋、思念、爱慕……通过身体，你们彼此更深的进入到对方的内心世界。与他共苦，与他共甜，分享着彼此的快乐与忧伤。当肉体之欢恣意纵横时，情感世界又得到了更进一步的升华，你们的爱因为这样的良性循环，在不断的走向更美的极限。身体与心灵都与那个人结合的如此酣畅淋漓，你的身体爱他，心灵爱他，全部的细胞都爱着那个灵魂所拥有的躯体，身心的合一，是种美妙无比的感觉。这，才是真爱的感觉，美好的感觉！也只有如此，你们才能达到极致的高潮世界，在那里欢畅雀跃、奔跑飞翔！

美好的性爱世界难道不像我们梦中的伊甸园吗？它闪耀着阳光般清透的光芒与美好，引领着我们进入到爱人的怀抱、爱人的世界。你进入到他（她）的身体与心灵中，因为这样的结合与亲密，而快乐的颤抖着、欣喜着、娇喘着，那种合二为一的美好，恐怕是人类所独享的甜蜜吧。你忘我的飞翔，与他一起飞翔，

四目相视下充满爱恋的与他翩然共舞，是那样的轻盈、那样的和谐与随意。你们像是那个闪着金光世界里自由快乐的精灵，因为无需语言，你听懂了他一切的需求。那刻，你忘记所有的记忆，眼中、心中、身体中，只有他的存在。那刻的时光好像停顿了、静止了，你变得有些恍惚有些醉意，你只记得爱人的笑意、喘息声、迷醉的眼神……一切，都是那样的打动着你的心灵。

你们好像是沐浴在阳光下的同一个人，你真的觉得自己是在飞翔，温暖的阳光从你的头顶洒落下来，穿过你的身体，直直的照射到你的心灵……那一刻，你觉得自己心灵的每个角落都充满了温暖耀眼的金色阳光，它们温暖着你，迷醉着你。你闭上眼，好像看到了绿色的草地、娇艳的花朵、身边潺潺的溪水……你突然发觉，因为性爱的快乐与美妙，你更爱这个世界了，它在你的眼中变得更加的五彩斑斓而充满活力，你爱那一切的一切，因为你内心饱胀着幸福的快乐。

就是这样，这就是我所看到体会到的那个世界，我还是无法用言语完全的表达出那种感觉。我的语言在这里变得有些无能为力了，因为我只能表达出它的百分之一。它不是虚幻的，只要你达到了极致，就能找到那个梦幻的伊甸园，我称它为世外桃源般的仙境，因为我太迷恋它了。迷恋到，不想找到回家的路，不想降落到人间来。

完美的性爱有时会美妙得令人终生难忘，那种被人爱着、呵护着的感觉，会一直陪伴着你，让你充满了幸福感，由身体的满足升华为心灵的满足。女人是最容易因为性的和谐，而产生对爱侣的依恋感的。情侣间的完美性爱，可以增加你和爱人的自信心，令身心得到满足、心情愉快，充满了生命的活力，并且更容易在事业上获得创造性的发挥。

我想，每个女性高潮后的快感表现都是不太一样的，个体的差异可能相差很远。和相爱的人一起，我每次做爱通常都能达到10次以上的高潮，少的时候也是5次以上。所以我的感受是非常明显的，有时甚至是有有点夸张的癫狂……高潮后，我都会心情无比的舒畅快乐。尤其是伴有多次的射液高潮之后，感觉全身的细胞都打开了，在迎向太阳的光芒。浑身从头到脚都是无比的舒畅，感觉呼吸都比平日要顺通的多。心情很阳光，脸上充满了灿烂的笑容和耀眼的光芒，时不时总是会傻笑、做鬼脸、抛媚眼，人变得比往日更加的妩媚，充满了真正的女人味道。心情好的喜欢唱歌，头脑异常的灵活，思如泉涌，充满了艺术的创造力和想象力。那刻，觉得自己都变得很是聪明呢……我称这种高潮后的癫狂感觉为“高潮后遗症”，有时我抑制不住那种快乐的心情，总是想把那种快乐的感觉传递给旁人。

我很陶醉在这种状态里——高潮之后的“快感后遗症”，因为女人身体的感受要比男人强许多倍，远远超过了男人所能体会到的那种简单的快乐，那种感受是男人永远无法理解体会到的。所以说，如果男人十分迷恋那个世界的话，那么，作为女人的我，该是更加的迷恋沉醉在那个世界而不愿醒来。就像上了瘾一般，总想奔向那个世外桃源，奔向那个充满迷幻色彩的世界。不论我在哪儿，我都是不断追逐着高潮快乐的女人，我要做个真正的完美的女人，就想向日葵永远会追逐着太阳的光芒！

女人出轨的四大心理与九大理由

小资情调

http://blog.tianya.cn/blogger/post_show.asp?idWriter=9931276&Key=385825693&PostID=24600881&BlogID=1214560



四大心理

寂寞心理：

由于工作原因或是两地分居，一些丈夫经常不在妻子身边。如果这样的丈夫缺乏家庭责任感，不关心妻子，不经常写信表达自己的思念之情，久而久之，必然使夫妻之间的感情趋向淡漠，使妻子产生寂寞心理，感到没有精神依托。此时，如果遇上合适的异性，妻子就可能丧失抵御诱惑的能力。

怨恨心理：

性生活是夫妻生活中一项十分重要的内容。如果丈夫因为性功能障碍，或因为追求事业终日忙碌，忽视了给予妻子温情，或丈夫在外面贪恋酒色，不能满足妻子正常的生理需要，久而久之，就会使妻子产生怨恨心理，从而极有可能“红杏出墙”。

报复心理：

有的丈夫对妻子不忠，在外面偷情猎艳，一旦事情败露，往往会导致不愉快的结局。如果做妻子的考虑欠妥，一怒之下可能产生报复的心理，去寻找寄托。

优越心理：

有的妻子或学历比丈夫高，或地位优越于丈夫。如果做丈夫的不愿积极进取，就容易使妻子“恨铁不成钢”觉得丈夫配不上自己。所以各方面条件都比丈夫好的妻子出现婚外恋的几率大。

九大理由

女人出轨的第一大理由：

寻找往日的浓情蜜意，你对我没性趣，对我有性趣的人很多。女人结了婚会比婚前对自己的男人更关爱有加，男人一结婚却往往就没有了往日激情，对自己的女人日日疏懒。

女人出轨第二大理由：

女人出轨比男人更容易找到对象。女人一生比男人面临更多的诱惑，任何一个稍有姿色的女人从小到大从婚前到婚后都应有数不清的被男人纠缠的经历。

女人出轨的第三大理由：

减压。中国的女人大多数要出去工作养家，回到家里又有数不清的家务，还要教育孩子，往往承受比男人更大的压力。

女人出轨的第四大理由：

寻找被照顾关爱的感觉。大多数女人在家庭中都是扮演照顾者的角色，照顾男人、照顾孩子，其实女人无论在心理上还是身体上都更需要被照顾。君不见已婚女人比一辈子不结婚的女人更容易衰老憔悴？

女人出轨的第五大理由：

心灵寂寞。女人往往一结婚，就不再在同性朋友，不是女人重色轻友，而是工作、家庭占了太多时间，友情成了很奢侈的事，男人隔三差五要和朋友聚会，时不时要出去喝酒、按摩减压，留在家里看孩子的都是寂寞的女人。

女人出轨的第六大理由：

无人监视，比较安全。女人一结婚，会立刻很有危机感，有意无意都会严密看管自己的老公，不给他出轨的机会。而男人往往对自己过于自信，认为娶回家的老婆就象自己在市场上牵回的一头猪，绝不会背叛自己。于上放心的出去花天酒地，夜夜笙歌。

女人出轨的第七大理由：

经济卫生。只要稍有姿色的女人，只要稍为假以词色，就会有大把男人送上门来，心甘情愿为你效劳。不象男人，想出轨，还得花钱找小姐、嫖妓，包二奶支出就更大，一般男人都承受不了。

女人出轨的第八大理由：

安全系数高。男人出轨的危险性很大，嫖妓容易传染性病，甘做二奶别无所求的女人又实在太少，基本上是绝种，往往是要不了多久就想登堂入室，闹得你身败名裂，妻离子散。而女人出轨往往不用担心这些。

女人出轨的第九大理由：

生理有优势。还有一个男人们最不愿听的理由，那就是其实女人的生理结构更占优势。女人可以轻松的周旋于几个男人之间而不显疲态，而男人想应付两个女人其实都很难，君不见，风骚的女人往往更艳丽，而花心的男人往往疲态尽现。女人有外遇照样可以满足老公，而男人有外遇大多只能老婆基本不用了。

性教育专家的教子经

口述：谭玉玲

整理：陈 樱

http://blog.sina.com.cn/s/blog_4e2592bc0100eukp.html

中国性学会青少年性健康教育专业委员会委员、辽宁省性教育研究中心副研究员谭玉玲女士，是一位性教育专家，也是我的一位朋友。谭女士有一个正在上初二的儿子。有一天，当我向她请教起“教子经”时，她笑着说：其实儿子长到今天这么大，一路走来，我这个“专家妈妈”也是战战兢兢、如履薄冰呢——

让你亲个够

儿子两岁多的时候，一天，我和家人正在看一部美国电影，画面出现了男女主角接吻的镜头，这个镜头延续了较长的时间，儿子在旁边玩耍，突然他指着这个画面问道：“妈妈，他们在干什么？”我一下愣住了，回答不出儿子的问题。这时，坐在我旁边的老公回答道：“让你亲个够！”儿子似乎听懂了，因为他那个时候最喜欢听于文华和尹相杰唱的《纤夫的爱》这首歌，歌词里有一句“让你亲个够！”已被儿子记熟了。

老公的坦然态度和机智的回答让我开始思考，当传媒中有爱情和性的描写时应该对孩子采取什么样的态度，看到一些朋友对电视中出现男女接吻拥抱就换台，不让孩子看，到后来孩子一旦看到这样的画面，大叫一声“少儿不宜”，用手蒙着眼睛，却留个指缝往外看，这样的结果导致父母失去和孩子谈“性”的机会，也教会孩子作假。我不想这样做，所以，我一直对儿子采取开放政策，我们一起欣赏。

儿子10岁以后，常常喜欢和我一起欣赏一些中外佳片，每当有一些男女激情的画面时，我会主动地和他进行交流，告诉他：当成年男人和女人之间产生了爱情，他们就需要通过身体的接触来表达这种情感，比如他们会接吻、拥抱等等，这样他们就会感到很幸福。儿子也很自然地和我交流。

当电视里出现这类画面时，我都注意观察他的反应，他表现得很平静。我不愿意我的儿子在和我一起欣赏奥斯卡获奖影片时，突然装模作样地用手蒙住眼睛，大叫“少儿不宜”，眼睛却从指缝间偷偷地往外看。

我只想让孩子明白：人类有爱情，相爱的男女之间有肌肤之亲，这种情感的交流能够给相爱的人带来幸福的感觉，这也是人类最美好的情感。

可以让孩子看我们的裸体吗？

在2、3岁时，我的儿子对男女不同的身体有强烈的好奇心，那时他没有提出这方面的问题，而是对家里每一个洗澡的人都不放过，只要看见有人进入浴室洗澡，他就一定要坐在门口看，不允许浴室关门，否则大哭。当时，带他的外公外婆是医生，观念不保守，他也特别受宠爱，所以，外婆下令，只要孩子要看，无论是谁，都得由着他。那时，儿子的姨父、舅母都还只有20来岁，也由着他，所以也都不能幸免了。

几个星期后，儿子不再看人洗澡了，他对人体的好奇心得到了充分的满足。之后，儿子将兴趣转移到了其它方面。

当时我并不懂得养育孩子，只是想他要看什么就让他看，而且坚信儿子不会因为看了成年人的裸体就会变成流氓，因为他眼里的那份天真和纯洁让我对他有这样的感觉。后来，我开始研究儿童的性发展后，知道了这是儿童性心理发展的正常表现。在儿子的成长中，我庆幸有我的母亲保护了我的儿子！

孩子在幼儿时期，想看父母洗澡、想和父母一起洗澡、看父母换衣服等行为，这是儿童对成人的身体好奇心使然。如果我们满足了儿童的这种好奇心，他就会把注意力转移到对其它事物的探索上。如果我们刻意地回避，儿童就会对我们的身体有更大的好奇心。所以，当孩子有这样的要求时，父母可以应孩子的要求，坦然地满足孩子的要求，不要对他的这一行为进行干涉、调侃或耻笑。如果孩子的这一行为没有得到满足，他就会寻找父母换衣服或睡觉的时候故意闯入，以了解成年人的身体。这样会让孩子认为了解身体不能光明正大地进行，只能偷偷摸摸，这对儿童的性心理的发展是不利的。

因此，如果孩子想了解我们的身体，我们不但要让孩子看，而且还要大方地、坦然地、自然地让孩子看，但前提是当孩子有看大人洗澡的欲望和要求时。

英国性心理学大师哈夫洛克·霭理士认为：“假如一个儿童在童年的发育时期，始终没有见过异性儿童的裸体形态，是可以引起一种病态的好奇心理的；再若一旦突然见到异性成年人的裸体形态，有时候精神上可能是一个痛苦的打击。”如果一个儿童对成年人裸体的好奇心从来没有被满足过，为成年后的性变态和性犯罪留下了空间，比如成年后偷看异性浴室获得性的满足。

“妈妈，我长大了和你结婚吧”

一天，我和4岁的儿子散步时，他和我讨论了他的“婚姻大事”。

“妈妈，我长大了你就当我的新娘子好不好？”

“为什么要妈妈当你的新娘子呢？”

“我喜欢妈妈。”

“等你长大了妈妈就老了，妈妈已经当过爸爸的新娘子，就不能当你的新娘子了呀！”

“那我长大了和谁结婚呢？”

“当然是和你喜欢的女孩子结婚喽。”

“我们班的刘雨婷可以吗？”

“你喜欢她吗？”我的脑海里浮出一个又高又大的女孩，我的内心有些失落，为儿子喜欢的女朋友不漂亮。

“我也不知道。”

“等你长到20岁，有了喜欢的女孩，再考虑和谁结婚，好吗？”

“好吧，你还是当爸爸的新娘子算了。”

又过了几年，儿子8岁左右，一天突然对我们两口子说：“我以后要找一个像妈妈一样的女人结婚。”儿子讲这句话的时候，表情特平静自然，但态度很坚决。我心里暗暗好笑，又很吃惊：他讨老婆的念头怎么还在延续啊！4岁想到8岁，而且有了标准！

平静自然，但态度很坚决。我心里暗暗好笑，又很吃惊：他讨老婆的念头怎么还在延续啊！4岁想到8岁，而且有了标准！

老公说：“你妈妈不漂亮，对你还严格，你以后千万别找她那样的老婆啊！”儿子的回答出乎我们的意料，“我要找一个会帮助孩子的女人，不找只会骂孩子

的女人，妈妈会帮助孩子。”大概是儿子看到他的表兄表妹的妈妈教育孩子，将这些妈妈和我进行了比较，最后得出了自己的结论！老公张着嘴，说不出话了。

儿子的恋母情结可能会影响他将来选择自己的妻子，看来这是真的。养了儿子的母亲可要注意自己的一言一行哦，当然，养了女孩的父亲也是这样，因为女儿可能会有恋父情结。

“妈妈，你的这里(胸部)为什么比爸爸的大？”

十年前，儿子4岁左右，有一段时间常常斜着眼睛，偷偷地看我的胸部。特别是晚上我和他在床上讲故事的时候。终于有一天，儿子鼓起勇气，和我讨论了这个问题：

“妈妈，你这里为什么比爸爸的大？这是什么呀？”

“这是乳房。”他终于提出这个问题了。镇定一下自己，然后面不改色心却狂跳，平静地看着他回答。还不知道他的下一个问题会不会让我晕倒？

“乳房是用来做什么的？”

“乳房里装的是妈妈的奶，就像你小时候喝牛奶的奶瓶一样，你刚生下来的时候没有牙齿，不能吃饭，只有喝妈妈的奶。”我急中生智回答道。

“爸爸怎么没有乳房呢？”

“因为爸爸不用喂宝宝奶呀，有妈妈喂奶就可以了。”我已经不那么紧张了。

“我小的时候吃你的奶吗？”

“当然吃了，不然你怎么这样聪明，这么健康呢！”

“妈妈，我想看一看里面还有没有牛奶。”孩子以为所有的奶都是牛奶。

“早就没有了，被你小时候吃完了呀！”

“我想看看嘛！”儿子不依不饶，我的心又提到了嗓子眼。

“好吧！”我也豁出去了，解开衣服。

儿子好奇地看了我的乳房，用手摸了摸：“真的没有牛奶了吗？”看样子他还不甘心，可能是婴儿时吸吮乳房的记忆还存有一些，看得出来他的眼睛里还有想吸吮乳房的渴望。这个时候，我主动地说：“你是不是还想吃奶呀？”儿子立即不好意思：“不吃了，没有牛奶了，我也长大了。”

之后，儿子不再偷偷地看我的乳房了，而且再也没有问过关于乳房的问题了。儿童在3—4岁的时候，对妈妈的乳房会表现出极大的兴趣，这是孩子在幼儿阶段性心理发展的正常表现，也是孩子天然的好奇心使然。儿童对乳房的了解不带有“性”的意味。当爸爸和妈妈遇到这样的情况时，要像对待孩子问“天上为什么会有星星？”一样，自然平静地对待孩子的问题，实话实说，告诉孩子他想知道的一切，当孩子了解了乳房的“真相”以后，他就不再好奇了。

妈妈，我从哪里来？

十年前，儿子提出的第一个个性问题是：“妈妈，我是从哪里来的？”那时他4岁左右。我到书房找出我大学时用的医学解剖书，这时，老公开口了：“你真要给儿子讲啊？”“是啊。”“告诉他这些，合适吗？他懂了这些会不会学坏？”

“告诉他一些知识，儿子就变坏了吗？没有那么容易变坏吧！我们试试看，看他知道了后有什么反应，如果真出现了问题，儿子还小，纠正也来得及嘛。”“那就讲吧。”于是，我翻开书，找到需要的图，不管儿子能不能看懂，我第一次开始回答儿子的性问题了。

“这是爸爸的生殖器官(我指着书上的男性生殖器图)，里面有一颗种子，爸爸把这颗种子种到妈妈的身体里，你就开始在妈妈的肚子里慢慢长大，就像我们种花种草一样，把种子种到地里，就会长出花和草来，对吗？”

“从哪里生出来呢？”

“从妈妈的生殖器官，这是妈妈的生殖器官(我指着书上的女性生殖器图)，这里有你生命的通道，你就从这里生出来了。”

“什么是生殖器官？”

“就是生小孩的器官，比如外婆生妈妈也是从这个器官，妈妈生你也是从这个器官。”

“原来是这么回事啊！”儿子愉快地起身离开，到他房间玩玩具去了。

我和老公面面相觑，我们没有发现儿子“变坏”！

我恍然大悟：原来孩子只想知道自己生命的来源，他们并不是在问我们成年人的性生活，我们将成年人的想法强加给了孩子，所以我们才对孩子的问题感到尴尬和无奈。

· 性教育

对儿子的性教育

周嫂

http://blog.sina.com.cn/s/blog_5439b01d0100iuye.html

小满现在开始注意到男孩和女孩的不同，平时我们也强调女孩子上厕所、洗澡时男孩子不能看，妈妈是女孩子，小满是男孩子，所以妈妈洗澡时小满是不能看的，男孩子上厕所，女孩子也不能看。

偶尔遇到一些涉及生理问题，我尽量用自然的语气用他能理解的方式解释，这也算是对他最早的性教育吧。

有一天，给小满洗澡，小满对自己胸口两个小乳头好奇起来。

小满：这是什么？

满妈：呵呵，是小满的小乳头

小满：爸爸呢？

满妈：爸爸也有

小满：你呢？

满妈：我也有呀

（小满摸了摸我的胸，我意识到他有些疑问——）

满妈：小孩子的乳头都是一样的，不过呀，女孩子长大了，乳头就和男孩子不一样了，因为女孩子长大了要当妈妈，妈妈就要给宝宝喂奶，所以女孩子长大后就像妈妈这样了。

（看看小满的表情，他似乎明白了）

有一次我准备洗澡，小满站在门口，看样子是想进来。我特地向他强调：“女孩子洗澡，男孩子不能看的”，小满辩解：“我是帮妈妈把门关好！不让别人进来！”从此，他似乎知道了男女有别——这就是我对儿子的性教育。

校园爱情,安全套能套住安全?

刘明

http://blog.sina.com.cn/s/blog_5e30abfd0100iszw.html?tj=1

编者按：在大学生性行为空前开放的今天，本文提出了一个非常重要的问题，即，如何对大学生进行“性安全”的教育。

大学生这群正处于青春期的孩子们，追逐着校园花前月下你侬我语的甜蜜；马路上十指相扣，你一口我一口的快乐；夜晚出租屋里的爱的释放，情的缠绕。他们明知明天毕业后为了前途只能情离爱散，爱情路上欲断魂，徒留身体和心灵的杯盘狼藉。依然飞蛾扑火，为爱痴狂，为情燃烧，极度透支自己的感情和身体。那枚最终要戴在婚姻的无名指上爱情戒指，却因为速食而只能戴在象征自由的小指上，成为一枚尾戒。

大学，做为一个先进思想接受最快的地方，速食爱情也泛滥成灾。躁动的青春，爱情的冲动，神秘的禁果成了爱情小点心。大学生们沉浸在爱的冲动中难以自拔，享受了美食，却忘了洗碗，于是私人诊所里经常会出现一些偷偷流泪的女孩。这群对性尚处于懵懂阶段的大孩子们对待爱情，对待性开始象在过马路，实在等不急走到斑马线，就开始越位横穿马路。他们只记得眼前的快捷通过而忘了左右车辆带来的危险。

于是传说中的自动售套机公然走进大学校园，希望能给这些被爱情冲晕头的大学生们送去一道安全的保障。希望能通过便捷的安全套提取机会来他们能加强自我保护意识，免受怀孕而造成的意外伤害。

只是笔者想问一句，对那些买套都要趁夜深人静，人流都要偷偷摸摸的大学生来讲，把自动售套机直接摆进校园会不会有人大大方方去取？别看这群大学生们在高调自由恋爱，享受爱情，但性对是隐晦羞怯的，那个戴着爱情尾戒的大学生敢当着其它同学的面去自动售套机上拿安全套，毕竟拿的是安全套不是在自动售货机上的饮料。

需要安全套的学生不好意思去拿，却把自动售套机摆在大学校园中，无形中是给其它高中小学校的孩子造成一种大学好像是娱乐场所，连安全套都可以自由拿的地方，高级学府的教育指导作用被歪曲，得不偿失。

我们再看看那些换到那个台都会出现的人流广告，那些“梦里无痛三分钟”比偷偷摸摸买安全套更加深入人心。为什么？这就是宣传，因为这种无痛三分钟的宣传让大学生们以为解决意外怀孕只是“三分钟”这么简单的事。

是的，社会因跑得快的人的思想而变，大多数人又在追逐着适应着社会的变。要想让已经吃了伊甸园苹果的大学生们学会自我保护，不是一台售套机能解决的。不管是学生还是家长老师，我们也学习无孔不入的人流广告，正视性生理，及早开展性教育。明白告诉学生们性安全的重要性，人流的危险性。让大学生们懂得更多的生理卫生及避孕知识，比学校内公然摆放自动售套机效果要好得多。

酒对男人而言 可以壮胆不可以壮阳

罗西

<http://luoxibk.blog.163.com/blog/static/128467188201051283038721/?formlife>



编者按：现实生活中，许多男人都信奉“酒色相连”这句俗语，以为酒真的可以壮阳。其实，恰如本文所言，酒最多只能为男人壮胆，而并不能为男人壮阳，甚至还有害于男人的阳力。为此，本刊转载本文，希望能引来更多专家对酒色关系的关注，让男人从“买醉”的心理误区中尽早地走出来。但是，女人微醉，有时更有魅力，所以，酒对女人可能更有性感跃动的价值。

有武功的人是不用带兵器的，所以我很瞧不起那种把自己三两的酒量说成三斤的男人。

更让我觉得可笑的是，一些所谓粗犷豪放的男人动不动拍胸脯表示自己是酒林豪杰，以酒壮胆，狐假虎威。其实爱酒男人反而暴露自己脆弱、压抑、甚至不自信的一面，醉了酒的男人是最需要女人抚慰的，甚至需要女人的贴身羽护的，他们从女人那里得到关心、怜爱，换言之，他们得到清醒时女人不会给予的温暖柔情。

《卡萨布兰卡》里亨弗莱·鲍嘉与英格丽·褒曼在酒吧重逢，鲍嘉说了一句意味深长的台词：“这个世界的问题，就在于每个人都少喝了两杯酒，以至都太过清醒。”

是的，很多时候买醉只是为了逃避真相，暂时躲在糊涂世界里放松片刻。生活里的男人都太理性了，所以“折旧率”高，容易“劳死”，美酒是他们的心灵避雨亭，犹如乱世的歌女唱“后庭花”、不得志书生去红灯区买春！这么说，许多酒鬼或者吧男或者煮酒英雄会很不高兴，但是，对不起，我是说出了男人的深刻的痛，我是那个说出皇帝没有穿衣服的小孩！酒真的不会给男人的“阳”气加分，也许它可以壮胆（大多为色胆），但是绝不可以壮阳，甚至科学家研究发现，它还是男人的某些性麻烦制造者。

但是，我仍然羡慕有海量的男人。因为我对酒精过敏，所以我少了一条男人逃避红尘的路径。很小的时候，我就发现，酒对我而言，是个“弱点”，所以，我为了培养自己的酒量，也一度从娃娃抓起。但是，过敏体质，注定了我是成不了酒仙的。所以长大后，每每上了酒桌，我就会莫名地自卑，因为要解释，要婉拒好心的或者恶意的“劝酒”，那种“被动的”局面很让我尴尬甚至难堪。

但是，也让我在孤独清醒中看到各路英雄好汉在酒面前所表现出的性情、豪情、矫情。最后，我反而不再为酒所困，因为我明白酒只不过男人的一种情绪香水而已，一种情绪性的东西，不应该让我那么在乎，就好比用手玩橄榄球的人是从不会羡慕用脚踢球的人一样。

男人买醉特难看，奇怪的是，女人醉酒比较有审美意义，纯真如梦露，略略松了礼节，多了一些妩媚，后来，中国文化里甚至生出了一个独有“酒窝美学”。

李时珍曾经说：女人天生三两酒。

据说，造酒的鼻祖是大禹女儿，仪狄女士。

所谓烛光美酒，都是女人的喝酒调子，类似的调子很多，最奇特的应该是周幽王宠妃褒姒，其饮酒之法非常仪式化：她喜欢边听绸子被撕裂之声，边饮酒。幽王为宠其娇，每天召人进宫以撕绸之声助其酒兴……

不少女性认为：开心的时候喝一点，不开心的时候多喝一点。其实，浪漫的时候更要喝一些酒。

女人带点酒心巧克力味道会更有诱惑力和性热力。

情感江湖还有句流行语：女人不醉，男人没人机会。当然这是委琐男人的花花心思。所以，女人最好与亲爱的人饮酒。必须承认，女人耍酒疯比男人好看，甚至是酒席上一道特殊的风景，浅斟一点，脸泛桃花，眼神迷离。

夫妻间，有一点小失态，对女人而言，不是坏事，反而可以趁机做“好事”。似醉非醉最好，可以借此“耍色”，如：不睡，篡党夺权爬在老公的身上做情趣武则天，床际裸奔，从沙发到浴缸……熟女，酒后乱性，比较可行，也好看。说实话，“酒后能乱性”的，非女性莫属，男人酒后比较无能为力。

遥想盛唐开元年间，“（杨）贵妃每宿酒醒后，晨傍花枝，以口吸花露润肺醒酒（其花为木芍药）。”身旁的唐明皇，总是亲自为其折枝摘花，并劝其吮食之：“此花香艳，尤能醒酒。”晨光里的杨玉环，脸红鬓乱，请求唐明皇不追究其晚醒的失礼之过，这时的唐明皇已情不自禁彻底沦为平凡男人，笑答曰：“岂妃子醉，是海棠睡未足耳！”这样的情色互动，可谓醉人。

有个统计显示，女人喝酒大半不是为了喝酒，而是喜欢那种微醺的感觉，开心快乐，恣意放纵，排解心中仿佛是天生的束缚与压抑，因为开放而性感。

所以，女人无论是在公众场合，还是在和情人幽会，适当地喝一点儿酒，有时候会比刻意拒绝饮酒要可爱得多。但，凡事都要有个度。女人喝酒决不可以喝醉。因为一醉就会失态，而且可能失去了自我保护的能力。这一点，则是女人应该永远记得的。

为什么名器象美丽的海葵花？



名器女人

http://blog.sina.com.cn/s/blog_4a1b54b70100jc2v.html

在博客中，我偶然发现了一个女性朋友的以下留言：

我就是日本女孩的那种，她是海葵花型的女子，高潮时就是那样。我的功能是海葵的功能，私处的内部也是海葵花的形状，我发图片不成功，简单说一下。一般女人是两个眼，不细看是一个，因为尿道口很小，阴道口大，而我的是没有口，很饱满的一个海葵花，中间胖胖的肉柱是花心，外围是5个胖胖的花瓣，尿道口在花心的中央，阴道口在下面花瓣和花心的缝里，比少女的漂亮。我那里很大，整个一朵海葵花，打开小阴唇就是一朵紫色的大花。大自然真是神奇。如果把它作为知识感兴趣，在这上留用我会提供图片。也希望更多的女性提供相关的图片。人体是大自然的杰作.....

海葵花的学名叫海葵，其外形像葵花一样美丽，形态多样，但它却不是植物，而是一种无骨骼的海洋食肉性腔肠软体动物。它的身体呈圆柱形，一端是基盘，附于海中礁岩或其它物体上，另一端长有缝形的口，称为口盘，周围生长着几十条细长的触手，每条上都有一种特殊的刺细胞，鱼虾触及其触手便很难逃走。当这些触角碰到猎物时，所有的触角便会一齐缠住猎物，并将它送入口中。被缠住的猎物是逃不掉的，最终便成了海葵的食物。

我们就将拥有和海葵触角相似作用的性器称之为海葵型。这种性器官阴道口四周的皱纹很细，而且数量很多，所以感觉上就像是有无数的小触手，当阴茎插入后这些小触手便像是碰到猎物般开始缠绕和蠕动，仿佛想要把猎物吞入阴道中。当阴茎进行抽送时，男人会有如同被吸入窄口般的感觉，而且一开始做抽送运动，皱褶便会开始缠绕，使你觉得无法轻易脱身。这种特殊的蠕动会带来很细

致而复杂的刺激，但若非亲身体验，否则是无法充分理解的。然而这种女性却非常少见，所以，在性器功能优秀的女性当中可以说是难得一见的珍品。倘若你尝过这种海葵式的滋味，你会觉得其它女性一点味道也没有了。

这位女性朋友真实仔细地描绘了名器象海葵花一样美丽，名器的皱褶象海葵无数触角一样缠绕。

为什么名器象美丽的海葵花？我们看看明星的脸就知道了。

明星的美往往都是在脸上，可是当把她们脸部的肌肉都去掉剩下颅骨的时候，她们的脸和 80 岁的奶奶不会有什么区别。没有肌肉的脸部，只有颅骨大小区别再也没有美丽之分了。为什么明星的脸美？主要是覆盖在她们颅骨脸部的肌肉形状让人感到美。同样道理，女性名器的美丽也是来自覆盖在真骨盆下部阴道口上的肌肉。由于女性名器覆盖在真骨盆下部阴道口上的肌肉各有不同形状、尺寸、颜色及组织不同，因此阴道收缩名器跳动而出现的形态是多姿多彩千姿百态的。

女性的名器很独特，就如同世上女性的面孔一般，各有不同形状、尺寸、颜色及组织，千人千样，随大同，则有小异。就性感度而言，也是良莠不齐。由其经过训练的名器肌肉，更会出现各种各样的形态，名器常见形态如下：

1：收口荷包型

它的形状就像一种收口型的荷包。这样荷包就会出现很多皱褶如同打了褶一般。拥有这种性器的女性，她的阴道内部等于荷包的袋子部分，阴道口就是穿绳子的部分。由于阴道口有很多褶，而这些褶的下方就有收口作用，阴茎插入后这个部位便会缩小而与阴茎密接。因此做抽送运动时，就像从钱包里那钱放钱，荷包会开会合性能非常好。

2：海葵型

海葵是腔肠类动物平时栖息于海底岩礁。也会贴在岩石上从身上的开口部分伸出去的无数触角便会在大海中漂游。当这些触角碰到猎物时所有的触角便会一齐缠住猎物并将它送入口中。被缠住的猎物是逃不掉的最终便成了海葵的食物。我们就将拥有和海葵触角相似作用的性器称之为海葵型。这种性器官阴道口四周的皱纹很细，而且数量很多，所以感觉上就像是有无数的小触手，当阴茎插入后这些小触手便像是碰到猎物般开始缠绕和蠕动，仿佛想要把猎物吞入阴道中。

3：印笼型

所谓“印笼”，它是古时候武士一定要配挂在腰上的东西，在里面放置一些伤药等。这种印笼和茶罐一样，容器和盖子之间还有一层里盖，所以，密封度很好。凡是这种印笼型的女性，阴道口的肉都很厚而且富有弹性，就如同里盖和容器的密封度般。性行为的时候，它会把阴茎包的紧紧地，无论是较细的龟头部分或是较粗的阴茎后半部，都会以相同的压力紧紧包着。不论是较大或较小的阴茎，它都能以适当的紧密度帖着。这种阴道的伸缩性[弹性]很好。

4：章鱼壶型

所谓的章鱼壶就是用来抓章鱼的瓦罐。这种罐子的入口较小，滑滑的很容易进入，而里面则圆圆的十分宽敞。捉鱼的人，会用绳子把几个章鱼壶套起来仍入大海中，让它沉入海底，经过几天后，再把绳子拉起来，这时，壶里就会有很多章鱼。章鱼会把这种章鱼壶认为是适合自己身体的“家”，是最舒适的：“窝”于

是便安安稳稳地溜了进去。当瓦罐如同地震般地被拉起来时，它会慌张地想要逃走，可是进入时觉得恰到好处的窄窄入口，要逃出来时却被卡住了，结果它在挣扎中已被拉出了海面。章鱼壶型的女性性器就如同章鱼壶一般，阴道口很窄而里面则相反的稍微松弛，所以，男人会觉得很舒适。

5：鲑鱼子型

其阴道内部的前壁有粗粗的粒状物如同鲑鱼子一般，男人的龟头尖端碰到了这个部位会觉得异常的刺激。而男人抽送时，粗粒子同样给予龟头刺激而产生强烈的快感。

6：前垂型

即指其阴道口的前庭部分肌肉特别发达，如同覆盖着阴道口一般，阴蒂发育情形特别良好，在普通状态下——亦既没有性与兴奋时也会露出来。因为阴蒂愈发达对于性反映也愈敏感，因而就会有强烈的快感，只要稍微刺激，就可以达到忘我的境界。

7：鳖型

鳖要是咬住了你就绝对不会松口，不管你如何打它或敲它，它都不会松口的，反而愈咬愈深，愈咬愈紧。这种鳖型女性的阴道口非常小，一般的阴茎都很难插入，而且只要插入了，它就会缩紧，以至男人无法顺利进行运动。换句话说，就是阴道收容阴茎到了极限，男人会觉得自己如同被胶水粘在阴道内一般，可是被勒紧的感觉却非常刺激。

8：梯田型

普通女性阴道内部有很多褶皱，性行为时这些褶皱就会伸展开来变成光滑的状态。而这种梯田型的阴道，却不会完全伸展开，而是呈现一种梯田的形状。每次抽送时，敏感的阴茎龟头就会碰到这种粗粗的褶皱感，受到强烈的刺激。因为，它是一层一层连续延伸至内部，所以，男人会觉得阴茎如同在一圈一圈的肉环中滑动，刺激异常。

9：章鱼型

这种女性的阴道口收缩的很小，很像荷包型，但是，它经常都是稍微敞开的，表示它以准备好了，随时可以接纳男人的性器。可是一旦插入了它会突然缩小，当男人的阴茎顺着阴道内部的褶漫漫进入后，其阴道内部，由于布满了许多吸盘一样的疣，就有吸住不放的效用。男人会有被吸住所产生的密贴快感并产生一种错觉，仿佛自己的阴茎很大。

10：千条蚯蚓型

所谓千只蚯蚓型，既指阴道内的褶软软地卷在一起，缠绕着插入的阴茎，然后，如同蚯蚓在爬行般蠕动给予刺激，而且不是从同一方向，是从所有的角度缠绕着阴茎不放。

11：蛞蝓型

其阴道内部能让阴茎感到那种粘粘的感觉，以黏液缠住阴茎同时，阴道内的皱纹会如同在蠕动一般，给予阴茎相当的搔痒的感觉。

名器除了上述形态外，还有其他的形态。无论什么样形态的名器都是覆盖在真骨盆下部阴道口上的肌肉和阴道壁肌肉的变化而已，因此，常做阴道肌肉和阴道壁肌肉的训练(名器训练)，会令女性名器象海葵花一样美丽。会令夫妻生活性福无比，会令家庭生活和谐美满。

乳房“世界杯”

——女子美胸有妙方

金冷强汉

http://blog.sina.com.cn/s/blog_4d6dc8e50100j8wy.html



我经常光顾的“养生村”有一美女，胸部一流，呼之欲出，被誉为“世界杯”。

足球“世界杯”是村里这几天的热门话题。但凡这美女在，若一提“世界杯”，各位朋友的眼光不约而同都会转向盯住这美女的胸部，让她怪不好意思的。这美女的胸部的确健美，真希望所有的女子都能有“世界杯”的水平，好让天下男人不花心。虚心请教她推荐使用的“乳房推拿按摩手法”（使用玫瑰精油），共有四个程序，记录如下：

1、以大拇指一边，另外四指合拢为一边，虎口张开，从两边胸部的外侧往中央推，以防胸部外扩，每侧 30 下。



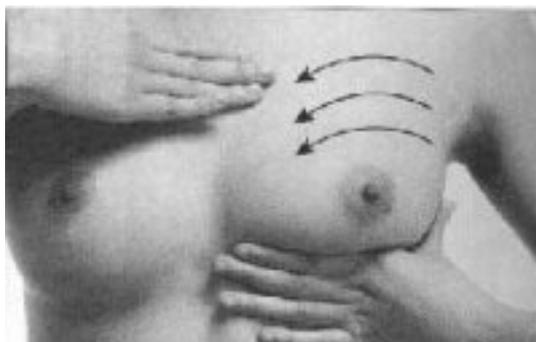
2、手可保持同样的形状，从左胸开始。左手从外侧将左乳向中央推，推到中央后同时用右手从左乳下方将左乳往上推，要一直推到锁骨处。就是说两只手交错推左乳。重复 30 次以后。换推拿右乳。（据介绍这个动作很重要）



3、手做成罩子状，五指稍分开，能罩住乳房的样子。要稍稍弯腰，双手罩住乳房后从底部（不是下部）往乳头方向作提拉动作。重复 20 次。



4、双手绕着乳房作圆周形揉捏、按摩，直到胸部上剩下的所有的精油都吸收完毕为止。据介绍，坚持数月，必有奇迹！



男人婚外情，成本有多高？

柯云路

<http://keyunlu2006.blog.163.com/blog/static/4105179201051883248381/>



枫叶：两地分居催生婚外情

柯老师：您好！

我是一个十多岁孩子的母亲，自结婚以来就和爱人两地分居，一年之中只有两个月的时间在一起，彼此的沟通和思念都是信笺来传递的，那种原始的方式虽不像通电话发短信这么直接，但每每看信的时候，那种甜蜜和温馨是无法用语言表达的。

现在，手机提供了更加方便快捷的沟通平台，而我们却没了以往的默契和热情。他很少打电话，每每我打过去，交谈总是不愉快，他没有了以往的热情和缠绵。

今年九月我生了一场病，心情极度郁闷。

一个偶然的机会有一个男人走进了我的生活，我们的认识缘于他发错了短信。我和他性格相投，彼此有说不完的话题，在他身上我体会到从未有过的安全和踏实感。他心眼实诚，朋友挺多的，只要有求于他，他总能帮上忙。

我们现在特别亲密，一周至少见一次面，每次见面都会发生那种关系。

和他的相识一定程度上弥补了没有老公的空白。

我需要这种关爱与生活，而十多年来我没有，真的没有！我想与他保持这种关系，他也有这样的想法，只是迫于各自家庭的原因，我们无法结婚。他有家和孩子。我也一样。柯老师，您说这种关系能长久吗？我很困惑也有深深的负罪感。

柯云路：你准备承担婚外情的风险吗？

枫叶：你好！

你发生了婚外情，既很甜蜜又有负罪感，于是向我请教。你问这种关系能否长久，柯老师无法回答。感情既是一种精神现象，又必须有物质基础。夫妻长期分居会产生隔阂，这是客观现实。当然也有特例，如传说中的王宝钏，寒窑苦守十八年，终盼得夫君薛平贵荣归故里。这样的故事之所以受到赞颂，恐怕和这种坚守特别艰难有关。

人们总说日久生情。旧时代许多父母包办的婚姻，婚前彼此可能连面都未见过一次，就因为生儿育女的共同生活，白头偕老的也很不少。

你结婚十几年，每年只有两个月与丈夫生活在一起，其余时间全靠书信传情，感情逐渐淡漠可以理解。但由于婚姻不仅靠爱情维系，还有许多别的东西，如财产子女老人等等，想要结束一段婚姻并不容易……于是有人就会寻求婚外的情感补充，你即是如此。

我不想的道德层面上评价这种行为，每个人都有选择的权利。

但有一点，目前婚姻道德的重中之重是夫妻间彼此忠诚的义务。背叛此义务可能面临很大风险，这才有了“偷情”一说。你和男友都将这种关系隐瞒各自的另一方，但“没有不透风的墙”，如果哪天此事败露，他的妻子知道此事，能否接受？一旦他的妻子闹上门来闹到单位，甚至让你的丈夫知道，你有没有足够的心理准备承担可能的任何后果？

还有一点，假如你的丈夫并没有发生婚外情，你目前的做法对他是否公平？这些都不是道德说教，只是希望陷入激情中的你能够清醒。

如果一切都想清楚了，还要这样选择，那是你的事情，别人无权干涉。

精算：男人婚外情，成本有多高？

婚外情是人类一种非常态的情感活动。

按照经济学理论分析，凡人类活动都有成本与收益问题，婚外情也不例外。由于其特殊的活动形态和投入产出方法，用成本分析法加以剖析，更容易揭示其非常态性和反道德性，从而达到减少发生几率的目的。

综合街谈巷议、花边新闻和文学作品中关于婚外情的描写，婚外情的成本可以做如下分类：

机会成本。选择一种机会，就意味着放弃另一种机会，因此选择需要付出代价，这个代价就是成本。比如你为了减肥而饿肚子，那么减掉脂肪实现的瘦身愿望是收益，则饿掉的饭食和由此带来的饥饿感以及对脏器的损害，就是投入的成本。由于人类爱情的排他性，选择婚外情，将会牺牲掉曾经美满幸福的家庭，并由此带来的个人声誉上的负面影响。一个人婚后在面临爱情诱惑时，可以选择决绝，也可以选择婚外情，那么，当选择婚外情时，便要付出牺牲家庭和个人声誉的机会成本。

风险成本。做任何事情都有风险，要防范这些风险，就要付出成本。比如吃饭可能中毒，为了防止中毒，只好花更多的钱购买正规生产商、销售商的食物，而不为了贪图便宜从地摊上买可能受到污染或品质不好的食物。婚外情由于不是常态恋情，所以更是一种高风险的活动。为了防范风险，则要谨慎从事，并由此付出更多的精力、物力和财力，这是一种风险成本。另外一种，是由于婚外情不受法律保护，因此随时都有解体的危险，为了稳定关系，男女双方或一方会采取精神笼络、物质诱惑等方式防范风险，这些投入也是风险成本。

信息成本。为了获取信息而付出的成本或因信息不畅通（或不对称）而造成的损失都可以被视为信息成本。现在是信息时代，对于整个社会而言，人们为信息所付出的成本很高，对婚外情也不例外。婚外情双方为了确知对方的情况，不管是出于关心还是带有侦察性质，要通过电话、网络、信函、人际交往等方式实现，因此要付出电话费、网络使用费、通讯费、人际应酬费用等。另外，婚外情的一方或双方不能正确得到关于双方交往结果的信息，以至于沉迷其中，最终因信息缺乏或不对称而导致双方的情感活动失败，带来痛苦、遗憾或无奈的感觉，从而影响个人生涯，这也是信息成本。

餐娱成本。任何人都要吃饭、娱乐，婚外情的当事人由于情况特殊，更进一步加大了餐娱成本的消耗。由于二人并不以生活为目的，而已享乐为目的，因此，餐娱的成本要高于正常人。婚外情的一方为了取悦另一方往往会进行较高档次的消费，鲜有哪部小说里头描写婚外情两人一起喝粥吃咸菜的。从娱乐方面说，小说中婚外情双方常从事的娱乐方式是去歌舞厅唱歌、跳舞，或去咖啡厅、茶馆喝茶闲聊，这要付出较高的成本。

礼仪成本。为了树立良好的形象，个人或企事业单位需要在公关礼仪方面投入成本。婚外情在礼仪上的付出，一是购买鲜花的费用，情人节、对方生日、圣诞节之类的，需要送鲜花以搏取对方好感。二是蛋糕和小食品，对方生日或者节日，购买蛋糕或瓜子、花生、酸梅之类的小食品以调节气氛。除了小朋友，每个人吃蛋糕和小食品只吃它的象征意义，因此在这方面的花费属于礼仪成本。三是化妆品，多为女方消耗掉的成本。四是衣物，为对方购买衣物以保持良好形象、巩固关系。

心理成本。心理成本是为了满足对方或双方心理需要而付出的成本。比如购买贵重首饰，甚至购买汽车、房子。由于双方不以最终生活为目的，一方索要金银首饰、汽车或房子，主要是为了个人私利以满足心理需要。

性爱成本。有人否认性爱要付出成本，这是不正确的。正常男女双方（或同性）之间的性爱要付出诸如情感、精力、体力等成本。婚外情双方之爱除了以上成本外，还要付出幽会场所的费用、保障性爱安全的费用等成本，若婚外情发展成以性爱为第一目标的“包二奶”、“包二爷”，将会更加加大性爱成本。

——以上是婚外情所投入的主要成本分析。

人是社会的人，更是经济的人。人的感情作为上层建筑的一部分，受制于经济基础。因此，若想进行婚外情，首先要做好成本准备。婚外情和常态的情爱相比，付出的成本不见得少，但投入与产出比率要低得多。婚外情投入成本之后产出的是只顾个人私利的短暂浪漫情调，而常态男女情爱的成本投入会换来恒久的温馨。

通过这个成本分析，呼吁那些正在通过婚外情而寻找浪漫的人迷途知返，呼吁那些准备通过婚外情实现享乐目的的人悬崖勒马。此外，告诉读此贴的人一个秘诀，与其婚外寻情，不如调整资源配置方法，将用于婚外情的成本用作正常的情感投资，那样你既可以从中得到恒久的温馨，又能得到持久的浪漫体验。同时，也奉劝婚外情中已婚一方或已婚双方，若已认定原有的婚姻感情已无继续投入成本的必要，则须尽快结束原项目合作关系，以把有限的成本合法地用于其他项目投资。要知道作为情爱项目监理单位的社会道德，不反对能够预知的成本投入远远大于收益的情爱项目破产，但反对施工方抽逃成本资金用于另外项目建设导致项目出现“豆腐渣”工程。

现代女孩为何愿意涉入跨代婚外情

简单浪漫

http://blog.sina.com.cn/s/blog_5a3ab1b10100e27c.html



编者按：本文博主，真实姓名不详，博客点击率已超过 **360** 万。本文所涉及的“跨代婚外情”是中国大陆比较普遍的一种现象，却少有性学界人士进行探讨与评论，因此，本刊选发本文，意在引起更多学人的关注，并对此作出进一步的分析与判断。

跨代婚外情，是指一些 30-50 岁有钱有名的男人和 20 岁左右的女孩子的婚外恋。如今有钱的老男人喜欢养“小三”，这些“小三”往往都是 20 岁左右的小女孩，从而使跨代婚外情成为了当前婚恋领域的一大奇观。跨代婚外情实际上就是“老牛吃嫩草”，虽然有些 30 多岁的男人还算不上“老牛”，但他们都是有老婆孩子的人，婚外找情人都是年轻靓丽的小女孩子，也是跨代了。

我认识一位 40 多岁的老总，他的情人即是他的女秘书。这个女秘书今年 21 岁，清纯漂亮，温文尔雅，讨人喜欢。她学校毕业后就被老总看中招聘到了公司，她青春靓丽的外表，很快就把老总俘虏了。与其说是她俘虏了老总，还不如说老总色诱了她。当然，攀上了一个有钱的老总，她得到的是豪华套房、豪华跑车和自己想要的一切。就连她父母对女儿这样的身份也丝毫不以为耻，反而觉得女儿很能干，爸妈也能跟着一块儿风光。

“嫩草”之所以心甘情愿被老男人吃，使如今的“跨代”婚外情泛滥成灾。

一是年轻女孩对年龄较大的男人心生爱慕，心理上虽有代沟，但付出的仅仅是身体，得到的是物质享受和奢华的荣光，自然也心安理得。

所以，大量的年轻女孩才愿意涉入跨代婚外情的危险游戏中。傍上一个成功男人，可以免去一段艰苦难熬的人生资本的原始积累。用时尚的话说，以青春赌明天，一步跨入高尚生活。加之，已婚的老男人经验丰富，会调情会浪漫，有足够的钱买各种礼物，能够极大的满足“嫩草”喜好物质和浪漫的心理需要，跟他们在一起，女孩子能够得到物质和精神的双重享受。

二是成功老男人曾在年轻时专注于奋斗，中年成功了，觉得有理由享受了。

而当今社会恰恰处在经济高速发展、道德伦理等文化配置相对滞后的阶段，以人性的弱点而言，贪恋女性青春的性心理和缺乏社会有效约束使这类男人比较方便地把目光盯向了年轻女孩。于是，婚外情成为一种刺激，许多中年老男人以此为享受，以此为炫耀，更以此为成功的注释。中年男人出轨在当下似乎已相当普遍。据说在南方的某些城市，一个男人若没有小秘或者二奶，是很没面子的事情，说明这个男人没有起码的钱财或权力，也说明他不够成功，对女人不够有吸引力。

三是跨代婚外情之所以成为一种普遍的社会现象，更深层原因就是心理学所说的“恋父情结”。

这些独生子女家庭中成长的女孩，人虽很聪明，但人格并没相应长大。她们走上社会后除了没有艰苦奋斗的人生准备外，还特别迷恋父亲般的男人。也许，她们天生缺少父爱，受到年龄大许多老男人关照，会产生一种依赖和安全感。她们希望身边的男人能给自己最大限度的呵护，而同龄男孩们相比于那些大男人既没有事业基础又不解风情，更没有力量给女孩以父亲般的关爱。这时，当那些成功男人带着钱财、权力和自信微笑着向她们伸出手时，女孩子很容易掉到这个暖窝里。从这个意义上说，跨代婚外情也有着非常强的感情联结力。

四是跨代婚外情能够存在下去，有着交易或是各取所需的味道。

对于老男人来说，愿意跨代找小姑娘只是为了“吃嫩草”，得到心理和生理上的满足。对于小女孩愿意跨代充当婚外情人的角色，图的就是老男人有权有钱，自己能够少吃苦、不需努力就能享受做梦都想东西。这种各取所需也是“跨代”婚外情存在的一个重要原因。虽然表面上不露形迹，但看客都心知肚明。随着女孩子逐渐长大，欲望也不断增强，代沟也越来越深，如果中年老男人不再能满足女孩日益增强的性需求或者物质需要，这种交易性的跨代婚外情自然就会结束。

• 编者的话 •

近有读者反映，称本刊所发博文，标题下所标注的博客链接地址不存在，即点击无法打开。经查，这是因为部分网站被有关部门屏蔽，或者是该博文已被有关网站删除。特此向读者致歉，谢谢各位读者的关注。

別讓你男人得流行“性”感冒

江妩

<http://tw.myblog.yahoo.com/jw!XiQcwjaXQU59ef3o9Sn6pr6i/article?mid=13542>



在張小嫻的小說《三個 A Cup 的女人》裏，其中一個女主角和男友拍拖七年，做愛時男友做到一半便睡著。她很苦悶，不得不求助於魔術胸罩挽回男友的注意力。其實，任何外在的因素，諸如不愉快的情緒、工作壓力、身體的健康程度，甚至是不夠舒適的外部環境，都可能導致我們性愛情緒下降，讓雙方的性生活出現“感冒症狀”。那我們該如何呢？

場景 1：我們都太累了？！

人物：方子，女，35 歲，電視臺編導，結婚 8 年

“老公和我都是辛苦的‘加班族’，每天回到家身體都跟散架似的，哪有力氣親熱？雙休日又忙著約朋友、見父母，一大堆事……”這個理由對我們很多都市人來說是不是很熟悉？

由於社會、家庭、工作壓力的影響，太累、太困已經成為拒絕伴侶做愛時最普遍的理由。

分析：不妨改變一下想法吧，如果你倆工作很忙、很累，輕鬆空閒的時間有限，就不要刻意強調性愛的數量，而應注意提升它的品質。在難得的雙休日，嘗試著半天時間不出門，休息充分後再耳鬢廝磨。有孩子的夫婦，則提前一晚把孩子送到父母家。

互相給對方疲憊的身體按摩是不錯的辦法。用薰衣草、迷迭香等香熏精油為對方身體上的愉悅點按摩放鬆，既能去除疲勞，又能點燃對彼此的慾望。記住，身體先不疲憊，性愛才能充滿能量和激情。

場景 2：老婆大人，你太挑剔了吧！

人物：阿奇，男，33 歲，會計師，結婚 2 年

“原本以為，能娶一個像你這樣能幹的老婆是令人驕傲的事，現在我真的不這麼想了！因為，你竟然在我們親熱的時候，對我指手畫腳，還不斷挑剔我的姿

勢和細節。但別忘了，我是你老公，而不是你下屬！”

分析：阿奇的這番心裏話，是不是讓我們耳熟能詳？其實性愛是一個自然而然的過程，我們當然可以有要求，但像指責下屬那樣在床上糾正老公的不是，絕對不是聰明女人的所為。長此下去，老公怎麼還會對做愛有激情？總被你批得一無是處，體無完膚，他躲都來不及！

男人一緊張，就容易永“垂”不朽，所以記得要消除他對做愛的恐懼感。如果他一直不得要領，別急，不妨用你的手帶領他的手和嘴，一起尋找你身上的敏感點和最讓你舒服的姿勢。同時，在他進步的時候還得適時來點兒鼓勵和誇獎。女人平時再強勢，在床上也要適當撒嬌。這樣一來，你們既可以互動，也可以讓他找回滿足感。

場景 3：對不起，我走神了

人物：安琪，女，32 歲，室內設計師，結婚 4 年。

太熟悉，如雞肋般乏味，以致經常在親熱的時候走神，心裏惦記著今天那份設計草圖、明天客戶的案子，後來有時候甚至不得不把他想像成明星金城武，天啊！

“男人是很粗心的動物，我不說，他不知道我想要什麼，日子久了都是那老一套。”

分析：你需要什麼？你哪需要？你什麼時候需要？你需要伴侶怎樣做？你是不是不好意思說出口讓他知道？一項關於做愛的調查中，56.25%的女性表示一般由伴侶主動，選擇由自己主動的僅佔 12%。其實你不妨反省一下自己，是不是時間一長，新婚時主動大膽的作風便被懶惰和麻木取代了。

有很多調查顯示，82.75%的男性表示非常願意伴侶主動向其調情。我們建議從今天開始重新主動向老公宣戰——不斷創新一些刺激的性愛小遊戲，像“掃雷法”便很適合對自己身材不夠自信的女生。所謂“掃雷法”，就是讓伴侶用布矇住雙眼，用類似羽毛、頭髮的物件從他赤裸的肌膚上輕輕滑過，讓他猜物件名，猜對了才可以解下布，換自己依法炮製。注意撫摸時要掌握他的男性身體“地雷區”，大腿內側、腳底、腰間和腋下都是萬無一失的“重雷區”，所以不用害羞，更不用害怕自己的搓衣板身材沒有吸引力，其實，女性在性生活中的主動，是男人一支不可替代的超劑量的“興奮劑”。

場景 4：孩子是最大的元兇？

人物：雲娜，女，32 歲，外企職員，結婚 5 年

有了孩子以後時間總是不夠用，老公不大會帶小孩，女兒一鬧就嫌煩，躲到房裏打遊戲，雲娜覺得特別孤立無援，對老公的不滿也日益積累，連撫摸他的慾望都沒有！

分析：感情關係不和諧對女性的傷害遠比男性大，女性更趨向忍受，悲觀情緒越來越深，誰還有心思享受雲雨呢？與其說是你單方面性功能產生障礙，還不如承認感情關係發生障礙，而這種障礙會直接影響到兩人的性和諧度。建議首先解決孩子的問題。雇保姆或讓父母幫忙，都比自己一力承擔更能解放時間和情緒。

為什麼不能和伴侶巧妙傾訴你的抱怨呢？在和老公的私房話時間，不妨把你超負荷的家務量列出來，用撒嬌的口吻和老公制定分工原則。如果情況沒改善，別再強忍負面情緒在心中的滋長，尋找婚姻或者性愛輔導專家，選擇正面的心態直接面對。

外遇是可以宽恕的吗？

漂泊

http://blog.sina.com.cn/s/blog_495298a10100axth.html

编者按：在外遇横行的时代，本文从人格统一的角度来谈外遇的不应该发生，确有许多新意。本刊特此转载。

在当今时尚文化中，有一种“外遇是可以宽恕”的舆论。可是宽恕只是一种理解，就如生活中我们理解很多人的过错一样。事实上，偷情并不是人类情感活动中值得推广的方式，因为所有的偷情都存在着欺骗：不是欺骗爱人就是欺骗情人。人在进化过程中，真实是最重要的品质。当一个人越接近真实，其人格也就越统一。偷情是一种无法真实的行为，因此它很容易造成人格分裂。

现在有很多人已经认识到这个问题，他们不随便结婚，就是一种反偷情的人生态度。不结婚只恋爱在人格上比较统一，使人的精神状态相对明朗。低质婚姻非常容易出现偷情，因为低质婚姻总离当事人的希望和要求较远。不少人为结婚而结婚，年龄稍大就心慌，甚至匆忙找个人将就。这种婚姻难得幸福，相处心态也很复杂，出现偷情非常容易。

社会诚信的基石是家庭，如果不幸婚姻产生大量的虚伪夫妻，带给社会的会是更大更深的诚信灾难。偷情的夫妻肯定谈不上纯美的爱情，人的爱情重心很偏向，只要偷情发生，原有婚姻就会受到冲击。即使有时偷情对象不如自己的爱人，但偷情的事实却会严重改变原有的情爱结构。人的心理反应很奇怪，当人做过某件不坦荡的事时，就会受这件事的影响。绝大部分偷情者会进入另一个情感频道，很多人无心再培植与原有爱人的情爱关系。有些外遇者甚至根本不愿再接触法定爱人的肉体，从而令一段婚姻彻底走向终结。

偷情在社会学里也许是一种隐私，但在心理学里却是一种扭曲。人如果长期在谎言中生活，经常会有难受的感觉。人是很难长久承受谎言的，所以才有很多偷情者想将自己的事告诉友人。如果某些偷情者没有可以承载这种秘密的朋友，其长久的心理压力就会导致心理疾病。

真正的人生应该是坦诚的，假如你还没找到可以结婚的人，就千万不要结婚！因为婚姻的规则就是忠诚，没有忠诚就无法有高质量的美好婚姻。另外，如果你感到自己不适合结婚，千万不要草率去结，以免害人害己。当然假如你对现有婚姻并不满意，最好是双方坐下来理智地寻找原因，如果实在无法再相处下去，最好离婚。

婚姻是神圣的，它像信仰一样需要每天关注和呵护。如果你的婚姻令你满意，就千万不要轻易破坏它的圣洁。爱人也许能承受你的所有缺点，但不要指望他（她）能接受你在情感上的背叛。这不是苛刻和教条，这是婚姻必须奉行的规则。

现代生活是多元的，如果你想自由，就可以选择不要婚姻，你也可以不要孩子，但你却不可以不要爱和真诚。

让男人动情而不是让男人动欲



杨璟丽

http://blog.sina.com.cn/s/blog_4ca762fe0100hcn6.html

1

导读：大部分女孩，一方面有渴望被狂蜂浪蝶包围的虚荣，另外一方面，又希望自己是被真爱的丘比特之箭射穿。让男人冲动，或者诱惑男人流口水，当然很有挑战性、成就感与刺激，但是多少有些担忧，名誉的，安全感的，以及海枯石烂的传统诉求等。

刘玉玲与章子怡是目前在好莱坞价码最高的两位华人女星，如果站在一起，前者可能让男人想入非非，后者更容易让人产生类似于怜惜的爱情；刘小姐是由好莱坞打造出来的西式性感明星，虽然她有一张“很东方”的面孔，而我们国产的子怡，则更“纯净”一些。其实，她们都有自己的优势，有吸引男人的独到之处。只不过，是让人动欲还是动情，则见仁见智了。

男人犹如伏特加酒，有一则关于伏特加酒的广告是这样的：“伏特加”先是“触碰”一颗甜美的红番茄说：“嗨，好正点的红番茄！”而第二则广告中的酒瓶在“注视”一颗纯净的橘子时，橘子居然反戈一击：“那上个礼拜我看到跟你在一起的那个骚货，她又是谁？”很有趣，在男人心目里，是有红番茄与橘子之分的，那么，你是想被男人“触碰”还是“注视”呢？

这是一个现实问题，生活中“临家女孩”该怎么定位自己的魅力角色，是走刘玉玲的路线，还是章子怡的风格？吸引一个男人，可以是外貌的，也可以是气质的，可以是情谊的也可以是情欲的，条条道路通罗马。但是，必须指出的是，你可以包装成那种让男人想“上”的女生，也可以修饰成让男人不敢亵渎的女孩，到底哪个好？回归到最简单最原始的两个字，应该就是“情”或“欲”，换句话说，你引诱的是男人的欲望，还是升华男人的情感？清纯还是性感，两大魅力角色，其实还是可以选择的，随着时间、地点、对象的不同，你可以采取不一样的格调来塑造自己。

2

导读：大部分女孩，一方面有渴望被狂蜂浪蝶包围的虚荣，另外一方面，又希望自己是被真爱的丘比特之箭射穿。让男人冲动，或者诱惑男人流口水，当然很有挑战性、成就感与刺激，但是多少有些担忧，名誉的，安全感的，以及海枯石烂的传统诉求等。

时间：你初恋的时候，你还小的时候，你不知道什么是风骚的时候……最简单的角色扮演就是清纯，做玉女，直发，羞涩、天真、无邪等。很多女艺员最初都是走这条路，梁咏琪出道时走的就是清纯的路线，后来年龄在长大，她就开始变化了，比如传出绯闻，把头发染了、或弄湿了等。

地点：你是在中国，还是在欧美？是在城市，还是在乡镇？是在学校还是在公司？到什么山唱什么歌，李汶在中央电视台演出穿得很中国，在奥斯卡颁奖晚会上，则很狂野。在国外，男人想跟女人上床就会直说，征求她的意见；但是，他们永远不能体会半推半就的东方之美。

对象：你是想吸引刘德华还是克林顿？有些农民趣味的刘天皇要的是有一头披肩长发，发质乌黑，眼睛要大，说话的声音要柔和。有些商人气质的克林顿不认为黑发性感，他更喜欢浅棕色，因为黑发太纯情，棕发却焕发着野性。有人认为女人吸烟是反抗正统作风、容易接受勾引的象征；有人则认为那是糟蹋形象。

3

导读：大部分女孩，一方面有渴望被狂蜂浪蝶包围的虚荣，另外一方面，又希望自己是被真爱的丘比特之箭射穿。让男人冲动，或者诱惑男人流口水，当然很有挑战性、成就感与刺激，但是多少有些担忧，名誉的，安全感的，以及海枯石烂的传统诉求等。

应该承认，男人有满脑子的精虫，美国《性感》杂志上，有一则堪称经典的广告，由女人躯体交错组成人的大脑，并配了一个惊心动魄的广告词：我们知道男人的脑袋在想什么。但是，聪明的东方女生一般不会一下子就满足男人这种“思考方式”，懂得角色的把握，火候的控制。确实，清纯式的“吊胃口”角色，往往更能征服男人的心。即使打的是性感旗帜，不同人有不同的主打，有的是健康的性感，如朱茵；有的是颓废的性感，如许美静；有的是色情的性感，如钟丽缇。

容易让男人想“冒犯”的女性形象拾零：醉态可掬。艳妆，乱发。胸部丰满。穿肉丝袜，或黑丝袜，有股“邪劲儿”。冷峻和野性。对于陌生男人的意外逢迎，大方“笑纳”。声音“略带沙哑”。用眼角看人。走起路来送胯而风骚。穿有褶皱感觉的小衣服……

不过，有趣的是，大部分女孩，一方面有渴望被狂蜂浪蝶包围的虚荣，另外一方面，又希望自己是被真爱的丘比特之箭射穿。让男人冲动，或者诱惑男人流口水，当然很有挑战性、成就感与刺激，但是多少有些担忧，名誉的，安全感的，以及海枯石烂的传统诉求等。大家都知道“由性而爱”的局限与脆弱，所以更渴望“由爱而性”的男人，这样更让人放心。为了规避爱的风险，当然最简单的路线，就是先把自己扮演成清纯玉女，多一些知性之美。等时机成熟、场景到位、棋逢对手的时候，再爆发出撩人的一面。

有一条新闻说，著名性学家潘绥铭先生预测，随着独立的女性思潮与社会运动的出现，各种性道德的评判标准，会更加有利于女性，从而使“小女人”和纯情女子将大行其道。看来，会有越来越多的女孩喜欢扮演“橘子”的角色，而不是“西红柿”。因为，一个“她时代”里的女性不必下猛药，就可以让男人伏首臣服。

女人“骚”起来的九种经典表现！

沂蒙星辰

http://blog.sina.com.cn/s/blog_4a6722050100irrx.html



女人的骚，是女人动态的性感，或者说是女人对性感的生动表达，或者说是女人挥舞着性感对男人主动的攻击。骚是不掩饰的最本质的女性魅力，是女人攻陷男人的积极而有力的武器。

奇怪的很，“骚”这个意思，用在男人身上，很溢美；用在女人身上，却变成了臭美。比如“骚客”，基本上是指男人，有文化的男人。而说女人“骚”，则是贬低的骂，比如“骚货”，“骚娘”，这是不是一种男女的不平等？

但实际上，女人的骚，是女人动态的性感，或者说是女人对性感的生动表达，或者说是女人挥舞着性感对男人主动的攻击。骚是不掩饰的最本质的女性魅力，

是女人攻陷男人的积极而有力的武器。下面来看看要想表现女人的性感，该如何做吧？

第一， 摆动屁股的样子。

女人的臀部是男人聚焦之处，所以女人高喊减肥却不会在这上面努力。虽然《新娘不是我》的主角不是卡梅隆·迪亚兹，但她却出尽风头，就因为她的屁股。

第二， 只穿丝质吊带裙在屋里走来走去。

那种感觉就象一个亮丽的小贝壳在阳光下的沙滩上晃来晃去。格维尼丝在《新电话谋杀案》里穿着淡绿色的丝质吊带裙的场面特别性感，随着她身体的扭动，晶亮柔滑的丝质轻抚着女人光滑细腻的皮肤，足以让男人心跳加速。

第三， 用舌尖反复轻舔嘴唇。

嘴唇是打开女人身体的第一扇门，男人爱一个女人第一想到的是吻它。有意无意地舔着自己的嘴唇，实在是对男人欲望的挑逗。

第四， 上身前倾乳沟若隐若现。

这种姿态几乎成了好莱坞的经典。从上世纪 30 年代的玛琳·黛德丽，60 年代的梦露，80 年代的斯通，90 年代的安德森等性感明星，到不以姿色撩人的朱迪·福斯特都选择了这个充满诱惑的姿态，说明这一招是女人非常有自信的杀手锏。

第五， 脑袋微倾不经意地弄长发。

古代佳人称“搔首弄姿”，这一动作的神奇效果，不仅是以长发向男人展示女人的第一性征，更是让长发披散在女人的肩头，形成绝对性感的画面。

第六， 出浴后着浴衣示人。

浴后的女人是出水芙蓉，香喷喷、滑溜溜，光洁而又有弹性的身体，浴衣懒散而松垮地用一根腰带系在身上，令人感觉只要轻轻一动便会全部脱落，此情此景要男人不想入非非都很难。

第七， 衣衫尽湿大方显露身材。

托尔斯泰说世界上所有最优美的曲线都集中在女人的身上，女人自知其价值。她在大雨中全身尽湿，但不会遮遮掩掩，发而毫不在乎地挺胸接受男人目光的检阅。

第八， 平滑的腹部和一个美丽的肚脐。

不知道帕特里克·斯维兹是不是真的很喜欢黛米-摩尔的腹部，至少每一个人看到他用手指在摩尔肚脐四周反复划圈时，都被摩尔的性感肚皮打动了。虽然那里没有性爱的任何一个兴奋点，却刺激着所有人的视觉和触觉。

第九， 在床上采取主动。

在柔和的灯光下穿着性感的内衣，抱住男人吻着他的耳垂喷着热气在他耳边轻轻地说一声“我要”，这是女人最性感的一刻，没有任何男人可以拒绝。

自我分析插入失败问题

马晓年

http://blog.sina.com.cn/s/blog_472302e90100iugn.html



编者按：插入失败的原因似乎很多，严重时甚至影响到夫妻两性的基本性行为。对于这个问题，到底责任在谁、到底应该怎么办？心理学界与医学界一直有不同的看法与解释。本刊发表马晓年教授的本文，似乎从心理与生理相结合的角度圆满回答了这个问题。

过去你曾尝试过性交而且从来没有成功完成阴茎插入吗？

是——这是因为你的伴侣不能达到或不能维持勃起吗？

是——先解决好男方的功能问题，不过也需要了解男方是否真的存在勃起问题，有时伴侣双方搞不清楚究竟是谁存在问题。值得注意的是年轻伴侣的插入问题往往与女性有关，至少部分相关。

如果伴侣不存在勃起问题，你是否被性交必然剧痛的念头吓坏了，以致当对方触摸你的生殖器时你会惊恐地退缩或大喊大叫？或者你的双腿紧紧并拢，把阴道口紧紧保护起来？

是——不能插入问题实际上包括两层问题，一是对插入的强烈畏惧，对方根本就没有接触到女性生殖器；二是在实际的插入过程中由于肌肉痉挛导致阴道口的关闭，于是阴茎受到阻力而不能插入。这些情况往往由于对性的无知或来自潜意识的焦虑，也可能是早期创伤性经历的后果。如果你能让自己清楚地了解到插入并不会伴有疼痛，那么你就不会那么惊恐，不再拒绝触摸和插入，这样你很快

就会消除阴道痉挛的反射性反应，正是阴道痉挛使你产生不自主的阴道紧缩反应。

如果没有早期创伤性经历，你的担忧是因为你从前从未性交过，因此认为它必然疼痛吗？

是——你曾用过阴道卫生棉条吗？ 如果用过，可能就不会那么紧张。

否——你对自己的身体尚不了解，应该学会触摸你的身体。

如果以前有过性交插入的经历，那是由于过去有过性交疼痛，所以你因为害怕再次疼痛而紧张吗？

是——在过去一个月里你有过性交疼痛吗？

是——参见有关“性交疼痛”的介绍，所有引起疼痛的那些因素几乎都是暂时的并可以得到治疗的。

性交疼痛问题是发生在绝经期之后吗？

是——绝经后阴道自然分泌将减少，阴道干燥可以引起疼痛。激素替代疗法可以安全、有效地解决这一问题，而且还可以防止骨质疏松，一举两得。必要时也可使用水性、无任何化学活性的润滑剂。

如果你还没有绝经，你身体的自主反应是保护它不重复过去的疼痛或创伤性体验。只要学会放松，从理性上认清插入本身并不造成疼痛，你就会自然地放松地接受插入。

如果你没有性交疼痛的历史，那么当你性幻想时你是否会把注意力集中在女性身上而不是男性身上？

是——你至少在性感水平上，向往一个女性伴侣。参考有关“性取向”问题的论述，探究一下你的真正性取向是什么。

如果不存在性取向问题，那么你过去一直对疼痛具有特别的敏感性吗？比如不敢打针，甚至不敢吞服药片或胶囊？

是——就像恐高症，你过分惧怕疼痛的心理造成你对性交插入的恐惧，逐渐消除这种恐惧心理至关重要，也许必须得到医生的帮助。

如果不存在对疼痛的过分敏感问题，你特别害怕触摸生殖器，甚至不敢细心清洗生殖器吗？

是——有些女性受过去消极性教育的影响，自认为生殖器很肮脏、触摸是下流的而且很危险的事情。这就需要纠正错误的性观念，对生殖器和性行为抱有积极的观念和正确的态度，这样才能接受自己的身体和性。

要想消除你在性交时所面临的任何畏惧就必须首先了解自己的身体，通过适当训练（如循序渐进地自我插入手指的训练）便可以发现自己的身体是没有任何问题的，是正常的，如果能让自己清楚地了解到插入和性交并不会伴有任何疼痛和不适，那么问题自然就迎刃而解了。

当然不是所有人都能自己就解决好这样复杂的问题，寻求医生的帮助是最好的解决办法，千万不能相信“求医不如求自己”的鬼话。而且真正懂得性医学的医生并不多，求医还一定要得法。

强权的男人们求求你，允许女人上位吧！

钱坤

http://blog.sina.com.cn/s/blog_653fe8440100hza1.html

编者按：本文博主是心理咨询师、性治疗师



男人女人，家庭，最基本的社会单位，从性问题从亲密关系问题中可以看到大世界。常识以为中国人的家庭模式是男主外女主内，事实上，女人在内也主不了什么，看上床这事就明白了，最内的内事。

如果发起性生活、主导性生活、决定体位、决定过程细节的都是女人，男人不行也会想办法让女人高潮的话，如果出轨的女人多过男人，越来越多的男人在家带孩子的话，这才有可能实现内外均衡，才有可能展望政治经济权力阶层打破施虐控制模式呈现和谐发展态势。

只当是生活所迫文化塑造吧，男人们习惯了用攻击控制撒谎隐藏来对付复杂的社会工作场合，违心的事情干太多，灵魂卖的烂得连眼泪都浇不进去，层层叠叠的理性化防御若非遇上女王式的主儿强行攻占，基本上摸不到软处。试想，你个征战无数防御严密的碉堡现在累的不行了，内外交困，虽然感到女上位可能解决问题，但女人已经被你镇压得集体性冷淡出家做尼姑了，大部分想帮你也是束手无策连枪都扛不起来，偶尔有几个不怕死的出头，命运便是被你一群男人抓住

轮奸，包装成婊子出去拍广告应酬你想巴结的人，同时外加鄙视孤立嫉妒加隔离，让她怎么救你？指望弱者救强者好难的。

男人向来不养孩子，我说的不是钱的问题，而是思维模式和经验的问题，是大脑的问题。

你知道不会养孩子会造成怎样的性格局限吗？是不会为下一代考虑！是不会和弱小和谐相处！这意味着什么？意味着让这样的人当权，他们主导的世界就很可能在一个集体局限中陷入恶性循环甚至崩盘！而那些揣着深深哀怨绝望的弱女人们培养出来的面瓜孩子就是你明天的索命者！男人虐女人，女人虐孩子，孩子长大了虐未来，就是这样。

别以为人人都懂爱，太多人不懂了，太多人不敢面对自己，太多人不敢说实话，太多人不敢拿身家性命出来为国家为社会真正做贡献了，太多人甚至分不清利己与利他的关系，太多人甚至都不敢承认自己有心理问题，太多人只是骂社会骂政府却无法提出建设性意见或者用实际行动来推动我们的社会良性发展。

一句话：太多人装B却不敢成为B！

B是什么？B就是男人们的集体潜意识，成为女人的潜意识，甚至成为母体的潜意识！成为女人重要吗？太重要了。

如果一个男人只能硬不能软，意味着他过度认同男性角色，过度认同男性角色会导致在需要阴柔性格出现的时候发生心理冲突。男人若无法处理好这部分心理阴影，你就无法对抗死亡恐惧，你会随时随地被潜意识拉入地狱。

我们凭常识都能知道，造坦克飞机原子弹对待死物件和对待活人的规则完全不一样。

时间和专注会逐渐改变人的大脑，使你在无意中丧失取悦女人取悦孩子取悦弱者的能力。

想要处理好人与人的关系，不可能一味强硬，处理任何事情都脱离不了人与人的关系，人际关系也是你与自己的关系投射，对待外界的态度若是施虐控制的，你的内心也必是施虐控制的，如果你将内外分得太开，我要告诉你的是：你不仅是个施虐狂，还可能很分裂！

世界在疯子们手里运转，这些疯子绝不承认自己疯子，他们还认为关在精神病院的是疯子，以为指出他们局限的智慧的人们是疯子，所以，出现怎样的结果我都认为不奇怪，这是疯子掌控制力的结果！

身体比男人的嘴巴诚实，如果不集体掉头，阳痿早泄亲密关系障碍这些问题会越来越多。

这些身心问题在很大程度上代表着战斗力衰竭！代表着生命能量衰竭！代表着国力衰竭！

东西方文化激烈碰撞，那是更为庞大的男性女性问题，你将如何处理？？

所以，求求你，允许女人上位吧！连外面都搞不定你就不要在女人面前逞能了。

全新吹氣式接吻

——女性的性愛攻略

愛吻者

<http://tubegirl.info/?opc=a942>

“吻，只是一個吻嗎？”

錯！一個親吻就奠定了你和他這次性經歷的基調。如果他吻得不好，你完全可以馬上就穿上衣服回家去手淫自慰——也許這樣你會覺得更好些。

接吻的秘訣就在於積極地使用你的嘴唇。和那些根本不會使用嘴唇的男性接吻時——他們只會一直繃緊嘴唇——那感覺就好象在吻一座塑像。

讓你的嘴唇放鬆，至少要努力做到放鬆。這樣，你的嘴唇才能柔軟。開始吻他時，最好只是用嘴唇接觸和輕輕地磨擦他臉部和頸部的皮膚。不要怕使用你的氣息。你吹向他的頸部，耳朵裏的溫暖的氣息會使他很快興奮起來的，他的頸部，後背和胳膊可能會起雞皮疙瘩。與他進行這種類型的輕柔的前戲可以有效地激發雙方的性興奮，增加雙方的性緊張度。

親吻也有助於建立雙方的非語言交流。你可以從他對於親吻這種類型的前戲動作的反應來看出他的總體的性反應能力的強弱來。當你們繼續親吻時，你就應該開始使用你的舌頭了。你應當用舌尖輕輕地舔遍他的嘴唇，以便在和他進行真正的接吻前先將他的嘴唇弄濕潤。當你們最終進行接吻時，一定要時不時地舔舔你自己的嘴唇來保持它們的柔軟。

親吻一個嘴唇象砂紙那樣粗糙的男性絕對不是一件快樂的事情。在你舔他的脖子的時候，可以輕輕地沿著他的耳朵和耳垂移動你的舌頭，嘍嘍他的耳垂——注意不要嘍他的整個耳朵。你還可以用嘴罩住他的耳朵輕輕地呼氣。可是，不要用嘴吸氣；也不要太快地呼氣，因為急促的氣流會使他覺得好象置身在風道裏。

在你和他進行“法國式”接吻時，應注意：

1. 只需稍稍地張開嘴唇就可以了。如果和一個張著大嘴，把舌頭一直伸出來的男性進行這種接吻，就會覺得像是在和一匹馬在接吻。

2. 應該把舌尖伸進對方嘴裏。當你們變得比較興奮時，可以輕輕地嘍他的舌頭。要注意別太使勁嘍，否則他會覺得舌頭要被你吸掉了。

3. 輕輕地咬咬或者吸吮他的嘴唇。感覺它們的質地，柔軟程度，嘗嘗它們的味道。每個男性的嘴唇在這些方面都是不同的。這些技巧經常被忽視。

4. 不要讓你的牙齒劃傷他的嘴和舌頭。

5. 你也可以輕咬他的下巴來顯示你對他“激情的進攻”。你覺得怎樣吻能使你舒服就可以用同樣的方法來吻他。要善於總結和吸取好的親吻經驗。你可以模仿那些你覺得過去吻你吻得很好的男性在吻你時所採用的方法來和他親吻。

親吻時，不要總閉著眼睛，時常睜開一會兒，會得到新的刺激的。在親吻他身體的其他部分時，試一試在事先不詢問他的情況你自己用嘴唇進行探索，注意

他的反應，找出他的性敏感部位：他緊張了嗎？他把你抱得更緊了嗎？他的呼吸頻率改變了嗎？他微笑了嗎？等等。你會發現，這將充滿樂趣。

男性性敏感的部位一般有：性器官及其周圍，大腿內側，肚臍，乳頭，腋窩，後背的某些區域，腰部，膝窩等等。

最敏感的部分和敏感度都會因人而異。要密切注意他的反應。否則，就會出現這樣的情況，你在起勁地刺激他，而他覺得很沒意思而變得煩躁要怕運用你的想像力——要具有創新地進行親吻的嬉戲。

如果你為使你們達到和諧而付出努力，那麼他回報你這種好意的機會就會很多，你們就會玩得更好！”

· 性关系

男女关系妙论

咖平

http://blog.sina.com.cn/s/blog_5fcc0de10100cplw.html

1、任何男人都不能忍受被女子抛弃的痛苦，却甚是喜欢将这种痛苦让女人去接受——欣赏别人的痛苦，在某些人眼中，是一种享受。

2、男人追不到一个女人时，总喜欢往自己脸上贴金，说自己和那女人有了某种特别的交情，聊以泄愤，也聊以解嘲。这是大多数男人都有的劣根性，实在很可怜，也很可笑。

3、男人都喜欢听话的女人，但男人若是开始喜欢一个女人时，就会不知不觉听那女人的话了。

4、男人们常嘲笑女人气量小，其实男人自己的气量也未必比女人大多，而且远比女人自私得多。他们就算有了一万个女人，却还是希望这一万个女人都只有他一个男人；他就算早已不喜欢那女人，却还是希望那女人永远只喜欢他。

5、一个男人有了女人之后，才能算真正的男人，就正如大地经过了雨水的滋润后，才会变得丰富充实。

6、一个男人若将一个女人当做朋友，往往就会忘记她是个女人了。

7、男人常会忍不住在朋友面前谈论自己的女人，就好像女人绝不会将漂亮的新衣藏在箱底。

8、上帝创造了男人，发现他还不够孤独，便给了他一个女人作伴，使他更真切地感觉到寂寞。

9、只有骄傲和自信，才是女人最好的装饰品。一个没有信心，没有希望的女人，就算她长得不难看，也绝不会有那种令人心动的吸引力。这就正如在女人眼中，只要是成功的人，就一定不会是丑陋的。只有事业的成功，才是男人最好的装饰品。

給自己的性知識打個分



衛輝

<http://tw.myblog.yahoo.com/jw!XiQcwjaXQU59ef3o9Sn6pr6i/article?mid=13540>

近日，美國福克斯新聞網刊登了一套“性知識測試題”，幫助人們檢測自己對性的了解程度。以下 8 題，請回答“對”或“錯”。

1. 男性生殖器疲軟時與勃起時的大小成正比。

正確答案：錯。勃起和疲軟的狀態因人而異，沒有一個明確的比例關係。

2. 男性不射精就無法高潮。

正確答案：錯。男人可以訓練自己在射精前放鬆，最終能不射精就達到高潮。

3. 女性在排卵期最“性奮”，衣著最性感。

正確答案：正確。此時女性希望獲得更多關注，這是動物本能決定的。

4. 精液的主要成分是精子。

正確答案：錯。精液的主要成分是水，少量蛋白質、維生素 C 和糖類。

5. 對大多數人而言，乳頭是喚起性慾的地方。

正確答案：錯。很多男性並不喜歡伴侶撫摸、親吻自己的乳頭，那只會導致難受的麻感。

6. 如果你被化學物質包圍，精子會因此受損。

正確答案：正確。

7. 射精會消耗許多熱量。

正確答案：錯。一小勺的精液只不過消耗約 5~7 卡路裏。

8. 運動時，體內激素分泌最旺盛，散發的氣息也最誘人。

正確答案：錯。身體的性激素在運動後 1 小時，分泌最旺盛。

得分：全部正確，說明你是個“性天才”；5~7 個正確，需要提高；4 個以下，你的性知識太欠缺了，小心影響生活。

女性年过 30 卵子库存仅剩 12%

林慧慧

<http://woman.zaobao.com/pages7/health100212.shtml>

又有多一个理由鼓励那些计划生育的夫妇提早开始“做人”：英国一项最新研究发现，女性一旦过了 30 岁，卵子库存平均只剩下高峰期的 12%，到了 40 岁则仅剩 3%，受访的本地生育学专家提醒年轻夫妇不要一拖再拖，以免错过受孕黄金期。

所谓“卵子库存”指的是女性一生中所能产生的潜在卵子总数。这是首次有研究员追溯估算未出世女婴的卵子库存，从而了解人体卵巢内卵子库存消耗的速度和过程。

根据英国圣安德鲁斯大学和爱丁堡大学科研人员这个利用 325 名英国、美国和一些欧洲国家妇女卵巢库存数据推算出的数学模型，女性与生俱来的原始卵泡数量早在她仍在母亲腹中的第 18 至 22 个星期间就达到最高峰，估计介于 7 万到 500 万之间。

女婴出世时两个卵巢平均有约 60 万个卵泡，而卵泡数量会随着年龄增长递减，在 37 岁后开始急速下降。到了 49.6 岁更年期的女性一般只剩下 1000 个卵泡。

虽然过去有研究员以老鼠实验尝试证实卵巢有生产卵子的能力，不过人体卵子是否能再生的问题，医学界至今仍没有明确答案。

这项刚在上月底发表的研究报告有助预测哪些女性会提早步入更年期，同时也有助提醒女性不要高估自己的受孕概率，因为 30 岁之后女性的受孕能力会随着卵泡的锐减而迅速下降。

受访本地生育学专家对这项研究结论不表惊讶，因为研究人员是以女性仍在娘胎时的卵泡数量高峰期进行对比，所以要是按比例来看，这个数据似乎相当惊人。

不过他们也指出，女性 30 岁之后受孕能力急速下降确实是一个事实，尤其女性在 35 岁后受孕能力更是急转直下。

莱佛士医院生育专科医疗中心医疗主任卢佳意医生指出，女性年纪越大，无论卵子的数量或质量都下滑，所以其实最理想的生育年龄介于 22 岁至 26 岁。

然而本地女性生育年龄不断上升。国家人口秘书处《2009 年人口简报》的数据显示，本地女性生第一胎的中位数年龄从 1998 年的 28.6 岁，增加到 2008 年的 29.4 岁。

私人妇产科马宣忠医生指出，由于不少本地女性在 20 多岁到 30 岁的这个阶段仍在为事业打拼，所以多数妇女都迟至 30 岁以后才考虑生育。不过他提醒计划生育的妇女，推迟生育可能会增加受孕的困难和风险，另外婴儿不健康的概率也会因母亲年纪较大而有所增加。

妇产科与生育学专家曾永贤医生指出，据他观察，有不孕问题夫妇有增加趋势，过去以 38 岁以上的夫妇居多，现在，向他求助的病人中，有近三分之一年龄约莫 27、28 岁。

他指出，有不孕问题的女性有近八成患有经血无法正常排出体外的子宫内膜异位症（endometriosis），另外也有些有卵子发育不良的问题。他吁请那些经期不定、或是白带有异样的女性，及早找医生做检查。

另外他也指出，由于这项研究采用的卵子库存数据也包括那些患病妇女，所以或许有必要在不同国家或地区进行类似研究调查，以进一步测试这个研究结论的概括能力。

· 性与婚

別讓婚姻失敗在性愛上



好文

<http://tw.myblog.yahoo.com/jw!KJ6sSsmQEhS64aWoYr0107CIMbFwQExX/article?mid=137>

毀滅婚姻的因素無疑很多，不過大體而言，主要有這麼四樣：一是性格不合、二是經濟衝突、三是地位差異、四是性愛失調。

性格不合常常發生在知識分子中間或者知識人與非知識人之間，經濟衝突往往發生於貧困家庭裡邊，地位差異最容易見於大小官吏和老闆們那裡，而性愛失調則極有可能是各色人等普遍面臨的一道婚姻難題。

近閱一份文摘報，讀到一則短文，大意是說，某知名調查機構做過一次範圍廣及十三省市，對像多達一萬多人的有關離婚問題的調查。結果顯示，超過五成

以上的失敗婚姻是由於性愛不合諧所致，而因其他因素導致家庭破裂個案的總和反倒不及性愛失調這一緣由。

對於這樣的調查結論，很多人可能無法置信，不過，我個人卻是非常樂意認同的。原因何在？一言以蔽之，“飽暖思淫欲”而已。當然，這裡的“淫欲”絕非一個貶義概念，我指的不過是正常人的正常生理欲求而已。

著名社會學家馬斯洛曾創立過一項影響巨大的“需求原理”，他將人的基本需要分類為六個層次：

- 1、生理；
- 2、安全；
- 3、社會及人群的認可；
- 4、尊重；
- 5、求知；
- 6、自我價值實現。

他指出，對一般人來講，這些需求由低到高排成一個階梯，在低層次的某種需求得到基本滿足部分滿足之後，自然就會產生高一級的需求，但是，只有未被滿足的需求才會影響和促發人的行為。

對這一理論，結合婚姻運行狀況，我們或許可以說，性愛既是一種低層次的需求，又是一種高級別的慾念，更進一步，甚至還可以認為，性愛是貫穿馬斯洛全部需求層次的最為基本也最為重要的一種需求，一種靈與肉渾然一體的神聖需求。它絕對不能單獨劃歸某一需求，但又跟馬斯洛並列的慾需求息息相關，須臾不可分離。道理很簡單，性愛既關乎生理行為，又牽連精神世界。人生在世，無論是男人還是女人，都必須解決性愛問題，而這種解決肯定不止於生理上的解決，還必須包括以下幾大方面：

——性愛需要得到伴侶的充分理解和完全尊重，不應受到任何貶抑和慢待。

——性愛帶有求欲的動機和創造的慾理，機械的應付或例行公事絕對是性愛的剋星甚至大敵。

——性愛是實現自我價值的最高表徵之一，沒有完美的性愛，怎樣輝煌的人生都是有重大缺陷的。

由此看來，性愛簡單就是婚姻中的一道最為重大的課題，因此不能存有絲毫的輕思之心，怠慢之意。

然而，問題是，在現代婚姻家庭之中，因為種種原因，性愛的重要性、藝術性和神聖性卻經常遭到蔑視和墮性的反諷，比如有的男人完全視女人為工具，有的女人根本不願為男人做出起碼的回應和配合，再比如有些男人對性愛之道既懵懂無知又硬充內行，有些女人則動不動對男人實施性封鎖、性懲罰……

這樣一來，好端端的兩個人隨時都可能因為這種說大不大，說小不小的問題而大起爭執和衝突，久而久之，最終只有走向中道仳離，乃至抱恨終於。

潘金蓮是歷史上最著名的淫婦，她可以跟西門慶玩出三十八種性愛花式，她還懂得性愛中的交流技巧，比如，在欲仙欲死的過程中，她能不斷地呼喚西門慶：“我的親達達”、“我的心肝肉兒”……樂得西門慶三魂丟了七魂，以致在大大小小十幾個性伴中，潘金蓮始終最得西門慶的寵愛。

我無意於提倡女人都去做潘金蓮，男人都去當西門慶，我只是想說，在不忘人生大關大節的前提下，千千萬萬男人和女人們都有必要重視和善待性愛，要知道，這可是古聖先賢心目中的“人之大欲”。

水乳交融的身体互属

——浅议婚姻中的性

空騰

<http://forum.pchome.com.tw/content/59/13771>



【性在婚中的愉悦】

婚姻是否幸福美滿，一般咸認與夫妻溝通有極密切的關聯。然而，夫妻想要過著只羨鴛鴦不羨仙、琴瑟和鳴的生活，更需要性的潤滑與調和，才能使婚姻臻達圓滿之境。但在東方社會與基督教圈，性一直都是隱晦避談的議題，致使許多人對性抱持錯誤的概念，甚至缺乏該有的技巧，導致神仙愛侶做不成，反成了空閨怨偶。

在一則外電新聞中，談論到有新加坡夫妻雖然結婚四年，卻從未行房過，所以他們花費 2000 新元(約合新台幣 46000 元)學習性愛技巧。而根據治療師所言，在新加坡夫妻婚後沒有行房的情形並不少見。深究其因，夫妻不諳性事是主因，導致他們花錢學習性的技巧。而在其他夫妻身上，可能的原因還包含配偶性慾缺

乏、或是工作忙碌致使成為「頂思族」(DINS, Double Income No Sex-雙薪無性族)以及囿限於傳統觀念，使得許多夫妻有名份卻守活寡。

時至今日，仍有許多人把性侷限於傳宗接代的功能，而忽略性的「愉悅」功能，致使婚姻看上去表面美滿，但卻內心叫苦。更有先生，為了傳宗接代，枉顧妻子的感受，一行房就自顧自地霸王硬上弓，毫不憐香惜玉，無形中就賠上了夫妻的感情。婚姻幸福與否，不只是夫妻兩情相悅，也在乎性生活的調和與美滿。

【性愛方程式】

要想性生活在婚姻中扮演加分角色，就必需瞭解性愛方程式：(1)前戲、(2)性愛主戲、(3)後戲。若以西式和中式上菜的觀點做類比，可以是：(1)前菜/冷盤、(2)主菜、(3)甜點/飲料/水果。許多人忽略性愛需要前戲做為開場，這是以愛撫、催情言語、柔情蜜意所組成，意在為接下來的性愛主戲熱身，同時也是為身體性器官做潤滑，好能銜接後續的性愛活塞運動。

直到夫妻雙方完成熱身準備，性愛主戲也就可以開始進行。就性反應循環觀點來看，每次性愛妻子可享多次高潮，而丈夫僅有一次。因此，丈夫若能讓妻子享有多次高潮，而後再讓自己進入高潮，對於夫妻情愛的增進是極具加分之效。而當夫妻雙方進行活塞運動時，可謹記「風林火山」的原則，意在「疾如風，徐如林，侵略如火，不動如山」。性愛活塞運動不是一味地衝刺前進，是時而火熱、時而頓點、時而微風、時而徐徐穿刺。有的夫妻會在此階段，變換不同性愛姿勢，用以增加情趣，只要雙方配合得當，亦能增進情感交流。

性愛主戲結束後，常見丈夫撇下妻子，或去沖澡、或呼呼大睡而去。的確，一場性愛活動下來，可能讓雙方汗水淋漓或筋疲力竭，使得清潔身體或早早休息變成刻不容緩之事。但若能彼此稍微溫存一下，閒話家常、對雙方情愛再許承諾，這都會讓性不只是流於物慾的滿足，而多了情意相通的成分。

【性愉悅】

在我所遇過的夫妻性議題中，有的時候妻子會抱怨先生在性愛中猶如下麵條，渾然不顧她的感受是否舒適。而有的妻子則是以無聲反抗面對先生的強勢，或偽裝高潮、或以身體疲累、疼痛推辭性愛，這都與夫妻雙方面對性的態度息息相關。要想使性為婚姻加分，又得回到夫妻溝通議題上，只是內容必需以「性」為主題，探討彼此的愛撫或活塞運動該如何進行，能讓雙方的性愉悅感到達最高點。

除此之外，摒除性只有傳宗接代的功能，也極其重要。往往許多夫妻，只在婚後頭幾年有性生活，之後隨著孩子出世、家事、工作繁忙，性就成了可望而不可求的奢想。夫妻若能給自己在每週或每月填下固定的日子，將孩子託人照顧、放下家事、提早下班，好好為性愛活動做準備，必能讓性成為美好的經驗。

在聖經《雅歌》一書，裡面的詩歌充斥著新郎與新娘彼此互訴衷曲、傾心吐意的詞句，其中不乏綿綿情感以及對性的描繪。因此，婚姻裡的性不單是繁衍宗族，更有身體互屬、水乳交融的摯熱情愛。這使得性並非難以啟齒，而是夫妻雙方需要改變長久以來對性的偏狹觀念，在進入密室行房時，藉用性愛方程式的概念，遂行「風林火山」的原則，使性成為婚姻生活中不可或缺的潤滑與調和，方能臻達圓滿之境。

感悟徐兆寿《爱与性的秘密》

包红霞

http://blog.sina.com.cn/s/blog_40206c2f0100ilph.html

徐兆寿先生的《爱与性的秘密》一书虽是随笔，有好些内容都是课堂教案式的文体笔记，看似随便却很严肃很谨慎，将每一个问题明确摆在读者面前，然后很谨慎很严肃又很坦然很真诚的陈述自己的观点。他旁征博引，列举事例，这些例子的列取，是他对学术虔诚态度的体现，从这些事例来源可看出，徐先生致力于性文化的研究，绝非纸上谈兵。他考察，他阅读，与别的性学家交流探讨，国内国外，从古到今，几乎所有涉及到人类关于性的学术和记载，他都能辩证的接纳和思考，在性的论述方面他不失大胆而热烈，文字却十分的真诚纯洁干净。许多人以道德卫士的口吻指责他给大学生开设性讲座是在教学生做爱的技巧，甚至用荒唐的语言误解污蔑他，认为在大学开设性讲座根本没必要。可是看看他所列举的事例，那些认为男女间互相接吻和蹲过男生用过的马桶就会怀孕的女生多可怜啊！还有那两位以为睡在一张床上手拉着手，就能生孩子的化学家，他们以为生孩子就像分子间起反应男女手挽手就可实现，这些像天方夜谭样的故事就发生在那些我们认为高智商的人身上啊！许多事实证明健康意义上的性盲区的确在大学生校园里是存在的。

在我们身边许多人的观念中，传统意识里谈论的性的价值主要是生育，男女之间结合传宗接代好像是任务。十多年前，在岷县火车站的旅店，我遇到了位一只眼的女人。她从河南来，娘家在甘南卓尼的一个小山村，靠近那个小山村的的地方有所八年制学校，我在那里上过学，所以当提起那个地方时，就感觉她也比较亲近了起来。与她交谈才知她是在17岁那年到合作打工，被出租屋旁边的邻居以介绍工作领她打工为借口，贩卖到河南的，她的丈夫不能和她过夫妻生活，婆婆安排大儿子替兄弟行房事，她用剪刀防身搏打中戳瞎了左眼，那一次差点死了过去。丈夫把她背到医院，一眼不眨地守着她，直至她苏醒，身体恢复后丈夫借了些钱，给他父母说带她去集市，父母叮嘱要丈夫看好她，当心她偷跑，丈夫满口答应了，可是到了集市后，却给她买了一身衣裳，买了些吃的东西送她到了车站，要给她买票让她回老家。她原来也是准备好偷跑的，可当那个与她不能过夫妻生活的男人要送她走时，她却打消了走的念头。他们一起回了家，后来抱养了丈夫妹妹的女儿，一心一意过起了日子。

她说，她信命，她是藏族，但在河南她居住的地方没人信佛教，大多数人都信天主教，她也去了教堂。她是小学文化，自去了教堂后跟着别人做祷告便有了精神寄托，男人待她很好，体贴入微，她也知足了。我问她，你们没有正常的夫妻生活，你的生理方面难道没需求吗？问这个问题时我很小心，但她很坦然，她笑了一下，反问我，你说呢？我只好沉默。过了会，她说，睡在他身边，也就想

着他能抱着我做男人，可是没办法啊，他的下身一点点，还没有七八岁孩子的大，有时候他会哭，我就抱着他，把他的头放在我的奶中间……，沉默了几秒钟，叹了口气，她接着说，后来的日子里，我们也过夫妻生活，他也动作，我习惯了，每一次我也很快乐，说完这句话她有点害羞的笑了。

聊完这个话题她打起了轻微的呼噜，也许是旅途太疲累了，睡的很香甜，我却怎么都不能入睡，我在想她的生活，在那个充满爱的小屋子里她在过日子，夫妻间的性爱以精神存在像物质一样因爱而创造了和谐。

因为传统文化的影响，中国人要公开的讨论性似乎还没有达到那种人人都能畅所欲言的境界。这些年，人们的思想逐渐开放，追求个性化的生活讲究生活质量不再遵守传统道德约束自己的私生活，就在人们大谈个性化生活的今天，性对孩子的侵害尤其对少女的侵害也是触目惊心。我所在的地方小学女生怀孕生孩子已不是一两个。听知情人讲高中生、初中生体检时几乎一半以上的女孩已不再是女儿身，那些给她们做B超，做妇科检查的大夫吃惊心痛她们的无所谓，在“性”面前，她们对自己没有了爱和责任！而徐先生开设性讲座的心声，便是从传统文化出发，倡导性道德，要求、希望大学生们能在“性”面前爱自己对自己负责，对家庭对这个社会负责，他在书中贯穿始终的强调只有这样的性才是适合人间道义构建和谐社会符合天人合一的性。

在徐先生的著作里，几乎每一篇都要提到道德，他强调爱是需要学习的，在“恋爱与爱情是一回事吗？”一文中他说：我一再强调爱并非天生就会的，爱是需要学习的。他说，关于爱的学习，其实就是探究人的本质，让我们回到人本身吧，爱是一种由内而外的感觉，它是有关自由与道德、存在与价值的一次践约。实现爱，就是实现人本身，所以要知道爱，首先要探知人的秘密。

他悲叹：我们这个时代对于道德的口诛笔伐已达到极点，人们对道德的蔑视，也是历史罕见，人们把欲望等同于人性，而把欲望之道看成人道广义，凡是与欲望相连的，都会被看成是非人性的，很少有人把道德当成人性的建筑来看，于是，道德不再去干涉人性的事，而人性也就为所欲为，一副花花肠子了。

毋庸讳言现实生活中对性的态度人们似乎进入了一个误区，都以为爱等于性，而性又等于性能力，实际上，性可以是种物质存在，正因为是种物质存在，那种相依相伴的爱情才会奏响动人的乐章，就像我所遇到的那位信天主教的农家妇女！我认为她是懂得爱，而且是将性视为物质存在的。

徐先生这本书里所有文字都以他的睿智辩证的论述每一个问题，即使是对有不同观点（与其他性学家）或受到他人的非议甚至是攻击的问题，他都是很虔诚的辩证的论述、陈述，很少以反击或者说强加辩解。他倡导仁爱，强调性的和谐必须以爱和责任为根基，他说无论如何我们都应该相信，只有爱是伟大的，真正让人信赖的，只有宽容才是真正的人性，它使人与动物区分开来，所以我们应该接纳同性恋者应该理解杨振宁式的老夫少妻或老妻少夫……，阐明夫妻间物质的性有时显得更重要。

徐先生说，因为人们常想把问题单一化，即把学术问题当成政治问题，想用学术来统治人的思想，这是错误的，所以他认为，人类的所有问题都暂时是一个

纷乱的谜，它需要回答一个系统的终极问题后才能理清楚。能说出这些字眼，足够证明徐先生在学术方面是有造诣的，他没有妄言，对待性文化他很慎重！

《爱与性的秘密》集文学、学术为一体，文笔流畅，文字干练、活泼，将历史与现实铺垫和比较，趣味性强，没有学术论文特有的干涩。全书分性本质、性历史、性当代、性文化、性道德、性咨询，爱情与婚姻七个章节，每一个章节里的每一篇文章都有一个中心论点，论述这些论点，徐先生没有太理论化的文字更没有一些人想像中的低俗字眼将性丑化，他旁征博引，谈古论今，对时下中国社会性道德深入思考的同时也表达了自己对因性享受而丧失道德者的愤慨。他用自己的虔诚把一些不曾公开或者说大众不熟悉的性知识性文化大胆的开诚布公的拿到了读者面前，我们没有理由不被他感动。每一篇随笔作者都是用实例来阐明自己的观点，毫不隐讳。他说，道德的生命力往往交织在人性之间，否则道德就没有生命力。他说，人类的文明史从性的角度来说，实际上就是女子不断争取自由与解放的血泪史，对妇女充满了同情和关怀，诠释人类要构建和谐，性的位置异乎寻常的重要。谈到陈岚关于冒死反抗强奸是人类的耻辱时重申自己的观点表达自己的愤慨，勇敢的反驳一些人赞同陈岚观点的牵强附会甚至是强词夺理的理由。作者有一颗让人尊敬的心灵，以虔诚的态度，谨慎的阐述性在人类历史中对文明的影响或者说文明在性的影响下发展的步伐，性的和谐必须以道德为准则，而道德也应是符合常理的能让整个人类和谐相处的行为准则，并非为某个阶级或者说群体服务的那种理论道德，穷人和富人的道德应该是等同的。

作者说，目前，整个中国社会乃至整个人类都陷入社会进化论中，疯狂地掠夺、戕害自然，生态面临危机；人与人之间也成为一种利益关系，身体需要成为最高理念；性与性之间也只是一种欲望的满足，精神与道德的坚守者成为精神病患者的象征，社会生态亦趋沙漠化。即使就性本身来讲，古人是讲性的规律，讲节制的性生态观念，可是当代青年根本无视这来自身体内部的生态要求，而是一味地沉迷于其中，身体的生态也在被破坏。作者提出自己的新理念：身体的生态。在这样的一个背景之下，再来思考性、人性、道德、价值、信仰，强调中国传统文化和道德必须得弘扬！这些字眼透视了作者的忧心和他的沉重以及他的无奈他的挣扎他的呐喊！这个社会败坏道德危害人们身心健康的东西太多，有些人打着道德的旗号乱叫乱嚷，却沉默于性迷乱！目前黄色网站、黄色碟片、黄色书报黄色杂志危害未成年人屡禁不止，甚至部分成年人都迷于其中不能自拔，是什么滋生了黄色的泛滥？制黄者难道没有父母妻儿兄弟姐妹？他们的社会责任感去了哪儿？

如果仔细阅读《爱与性的秘密》，就不难感受到作者的学术态度是严肃认真的，而并非为了名利或某个群体团体去将学术的问题片面化、利益化，他在研究探讨关于整个人类的问题。一个有社会责任感的学者绝不会敷衍塞责自己所面临的现实问题，徐先生在性文化方面的严谨态度令人折服。我们应掩卷深思关于这个社会的性道德，做为社会的一个成员应怎样去遵守性道德，该倡导什么，摒弃什么。徐先生研究性，是因为发现了这个时代人们的性盲区在增大，性道德低下的人太多！他艰难地呐喊，努力地引导人们建立健康的性文化观，从而实现社会大家庭的和谐，他虔诚的希望人与人之间充满友爱，只有尊重生命，懂得爱，性才会和谐才会升华！

挑战视觉底线的“性博会”

——东莞“五一”性文化艺术节现场



小微

http://blog.sina.com.cn/s/blog_59e0e0810100j3jz.html

2010年五一节最后一天，阳光明媚，给心情放最后一天的假，四处逛逛，顺便晒一晒太阳赶走久违的感冒病毒。经过国际会展中心，见到吸睛的字幕：“五一幸福节”。看此标题，我一头雾水，此年代幸福难求，何谓“幸福节”？好奇心驱使下，踏入馆内寻找幸福。走上入馆的红地毯如走星光大道，两排帅哥、美女行礼欢迎，发放“精神食粮”，如此热情待客之道，不幸福不行啊！展厅的市民人山人海、水泄不通，寻找幸福的人还真不少啊！



古代性文物

幸福是什么？揭开神秘的面纱吧！移步进入，尽在不言中。羞怯万分，不敢正视。原来在开放年代，这就是所谓的幸福啊！呵呵，令人感到不可思议吧！旁边的女同志不管三七二十一，对着古代性文物虎视眈眈，相机、手机从橱窗的四面八方拍个不亦乐乎。看来我好象敲错了“幸福”的大门，不过，既来之，则安之。经过一番酝酿，最后决定不装纯情，别人看我也看，别人拍我也拍，不看白不看，趁机认识一下老祖宗的“兴”趣。



在此之前，我以为老祖宗对的情色艺术的表达是含蓄而羞怯的，没想到对此文化看得十分神圣和庄重。子曰：“饮食男女，人之大欲存焉。”的确如此，但凡生命都不离“饮食、男女”两件大事。今天瞥开“开放”一词不说，这也是对生命的另外一种尊重吧！这也难怪，古代男尊女卑，男人可以纳三妻四妾，男人是女人的天，享有权威的地位，女人什么都要唯命是从，对男人十分依赖。有的女人为了博取男人的欢心，争得男人的宠幸，自然要更风骚、更妩媚，那是一种本能吧！将现代的女人放到古代去，会是什么样？可能会更不可思议吧？



情趣用品

看完了形态各异、姿态万千的“远古崇拜物”之后，我晕乎乎的，连厕所都走错，出大糗了，服务员调侃道：“没关系，这地方开放，不分男女。”啊，真丢脸死了。面对琳琅满目的情趣用品，围观的人还真不少。好多女同胞连情趣商品也不放过，竟然看到什么就“研究”什么，真是让人大开眼界。有的情侣在那里购买二人的隐私用品，女的帮男的选，男的帮女的选，毫不忌讳些什么，只管他们酿造幸福而无视她人的存在。这座外来人口密集的城市连市民的某种压抑、某种饥渴都关照到位，那不是恰好包含了“城市，让生活更美好”的主题思想么？其实，这未免也太夸张吧！正确对待“兴”趣，树立正确的观念，杜绝社会淫乱之风，防止“艾滋病”，科学地吸收一些健康实用的知识，那才是正道。嘿嘿！



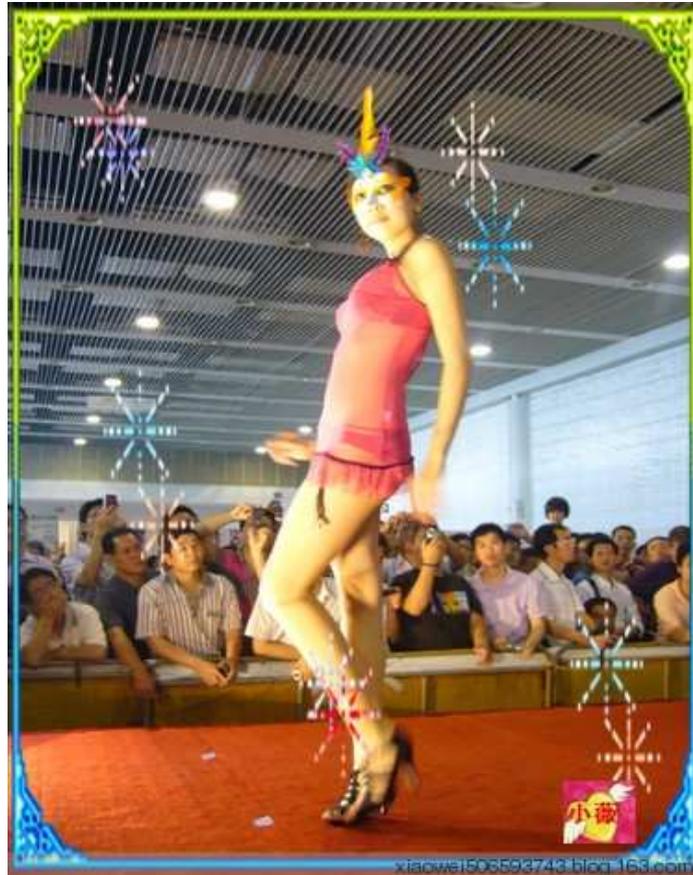
人体艺术彩绘

最挑战视觉底线的，应当是“人体艺术彩绘”吧！当模特一丝不挂的站在台上，任凭画家在她身上绘画时，真让人对她的敬业精神赞叹不已。刹那间，场上的相机、录象机对着模特左拍又拍，艺术家的妙笔在模特身上大作“文章”，几分钟的功夫，模特身上呈现出了一组对称的花叶的图案。彩绘师的生花妙笔真是令人佩服，精彩绝伦的人体彩绘让现场的人享受了到了美丽的视觉盛宴。

情趣内衣秀

毋庸置疑，情趣内衣秀是博览会上最引人眼球的节目。如果说人体彩绘是前奏，那么情趣内衣秀是无疑是高潮，再次大胆地挑战观众视觉神经和心理承受底

线。当漂亮的女模特穿着性感的内衣花枝招展地走到大家面前时，现场呈现出一片欢呼声，就连小朋友也追着模特的身影捕捉镜头。呵呵，真是过足眼瘾。幸福幸福，看来“信”者则福啊！



小微心语

老纪乃传统之女性，将此行的所见所闻所拍的博览会现场晒出来，只为了在茶余饭后之余，增长些许见识吧！上传此组相片，希望各位尊敬的朋友将它们当成艺术欣赏！切莫责怪我“胆大妄为”，多谢！

借题发挥

——性教育是人格健康不可或缺的一课

目前性教育正式走入幼儿园及中小学课堂。我接触了不少家长，当孩子问：“爸爸妈妈，我是从哪里来”的时候，她们都异常紧张、无法侍从。有的说：“你从石头奔出来。”有的说：“你从垃圾桶里捡回来的。”有的说：“爸爸妈妈结婚后，就把你生下来。”有的说：“等你长大就知道了。”……这些笼统回答，不仅无法满足孩子的好奇心，反而让孩子迷惑。在我接触的大人里面，香港、台湾的家长最重视儿童的性教育，她们从报刊杂志网络的“育儿知识”专题中，见识到了英国、芬兰、日本、马来西亚、美国、瑞典等国家是怎样对学前时期的孩子进行性教育的，因此她们意识到“性教育是人格健康不可或缺的一课”。其实，每个孩子自生下来就有性别差异，他们不仅好奇自己从哪里来，也好奇男孩与女孩之间的差异，所以，家长不要将性教育视为“洪水猛兽”，而是要帮助孩子认识自我，接纳别人。

加德满都的性爱雕塑

楚鹏

http://blog.sina.com.cn/s/blog_4bdf6ca801000tpz.html

编者按：对于中国近邻尼泊尔，国人其实了解甚少。因此本文值得一读。

性崇拜是加德满都谷地宗教信仰非常重要的部分。他们认为人类性意识的升华可以达到与神合一的目的。所以加德满都谷地里的三个老皇宫广场出现了许多性崇拜的雕塑，构成了许多个性鲜明的“性庙”。

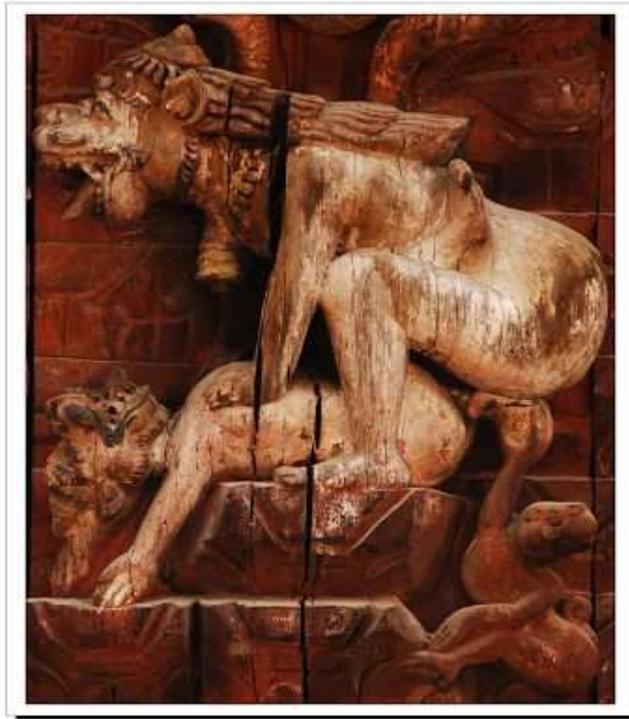
“性庙”建筑最特殊的地方，是在每根斜撑庙宇的支柱上面，都有雕刻十分精细的男女交欢图案。



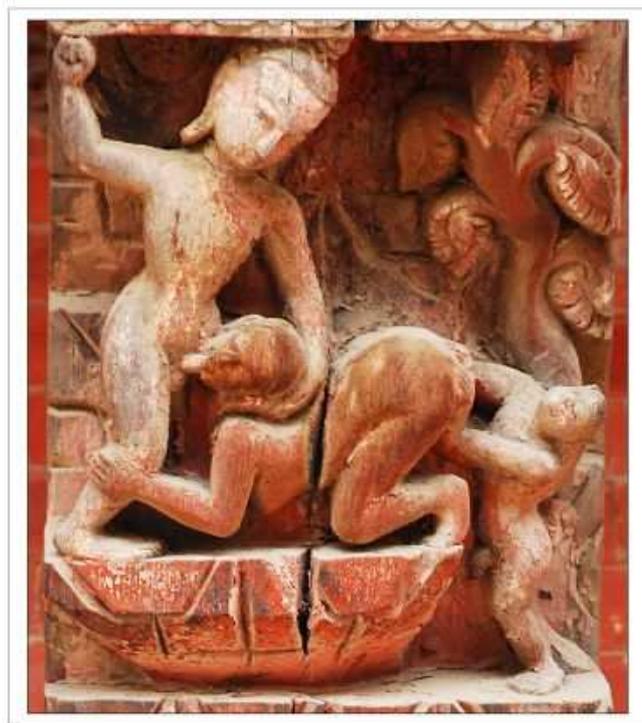
<http://blog.sina.com.cn/hec>

人神交配、人兽交配、人畜交配，同性交配、异性交配，神、人、兽、畜的

躯体、面部互相融化，数以万计的性交姿态铸刻尼泊尔各处寺庙的木雕之上。人类性爱的内容全部在这里展现。

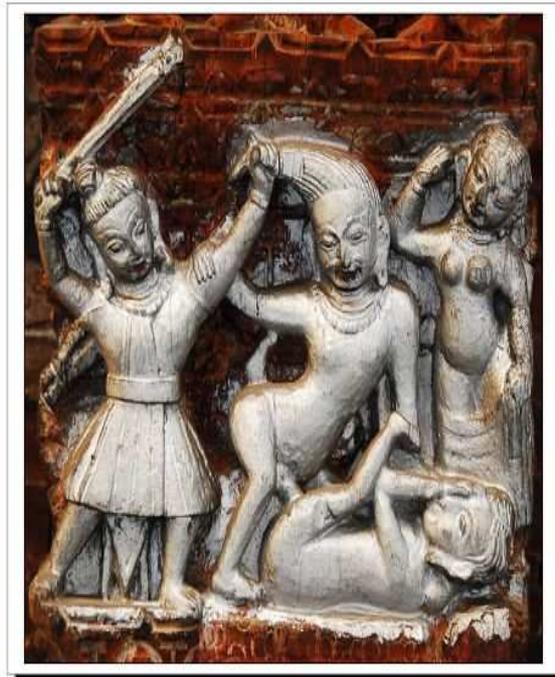


<http://blog.sina.com.cn/hec>



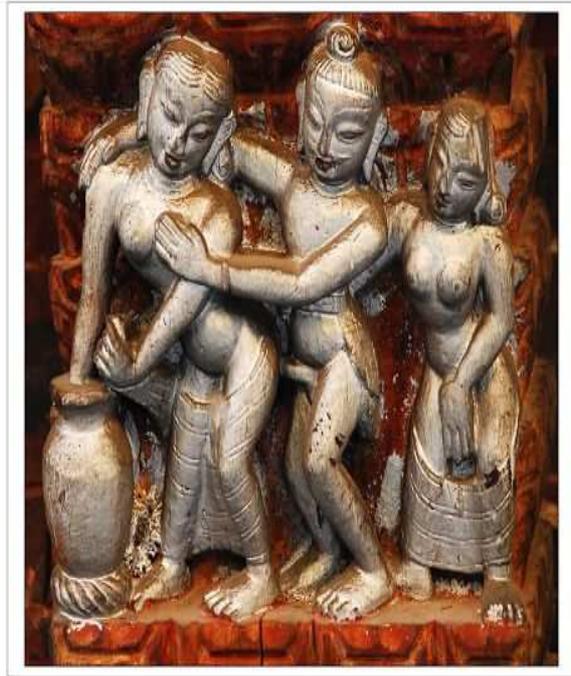
<http://blog.sina.com.cn/hec>

这些性爱雕塑均取材于印度八世纪《爱经》的教义，充分表达了古代宗教价值观和对性（生殖能力）的崇拜。



<http://blog.sina.com.cn/hec>

湿婆神庙里之所有这么多男女交欢的雕刻，原因是印度教徒相信，湿婆和性力女神的结合，是创造生命的原动力。对于民风保守的尼泊尔人来说，这些令人脸红的浮雕，只是来自宗教和艺术的形式。据说生殖崇拜有两个作用，一让人们增强自己战胜邪恶的念头，二是鼓励人们生育后代。



<http://blog.sina.com.cn/hec>

小姐，同样是法律与国家的 合法性来源的组成部分

——关于性工作者的两篇序言



潘绥铭

<http://blog.sina.com.cn/psml1950>

之一

任何个人都神圣不可侵犯，也包括小姐在内

——《姐姐故事》序

潘绥铭

http://blog.sina.com.cn/s/blog_4dd47e5a0100hjox.html

这本《姐姐故事》，给了我们三点启示。

第一，法律的根本目标，究竟是维护社会秩序，还是保护个人权利？这本书成功地从小姐的法益被侵害的视角，质疑了既有的禁娼法律的基础。也就是说，如果为了维护一个其实很值得怀疑的所谓“社会秩序”而不惜损害小姐的个人权

利，或者放任小姐的各种权益被侵害而不管，那么这种法律就丧失了自己的合法性，不要它也罢。

中国人正在越来越清醒地认识到这一点，2009年10月郑州警方的“虐抓小姐图片”之所以引起更多人的反对，就是这种社会进步的证据之一。

第二，本来，在双方自愿的所谓“卖淫嫖娼行为”中，不可能有任何受害者。从这个意义上来说，法律根本就不应该惩罚当事人。但是，如果发生了不自愿，无论哪一方强买强卖，那么当事人的权益就受到了侵害；法律就应该出来制止。尤其是，无论其中的哪一方，都可能受到第三方或者其他人的侵害。这时候，法律就必须站出来保护受害者，而不去管受害者是否作过某些行为。最典型的的就是。即使是行将处决的死刑犯，任何人也不可以打他骂他。

可是为什么偏偏小姐就“被例外”呢？早在2003年我就追问过：某大城市上年内被杀的小姐达到103人，可是这一信息却仅仅在一个报纸上的一个不起眼的位置上的一个“扫黄”消息里占了半句话，而且几乎没有人注意到。反过来，如果任何一个城市里一年内有103个女大学生被杀，全中国还不闹翻天？

当然，最近以来中国人对此的敏感性也正在日益加强。一些著名的大报纸、杂志、电视台都已经开始关注小姐被侵害、被杀害的问题。这表明中国社会中的人性成分越来越多。

第三，“法律面前人人平等”这是中国人一个最遥远的梦想；在现实生活中则是一个最大的忽悠；对小姐自己来说则是一个最有害的迷信。时至今日，媒体仍然不断有报道说：有些小姐或者客人，去求助警察来解决相互之间的纠纷。他们很不幸地被忽悠了，全中国的人都知道，所以传媒才会用冷嘲热讽的口气来加以报道。

那么怎么办？如果我们不希望依靠黑社会来替天行道的话，那么只有三条路可走，而且应该一起走。

首先，我们要帮助小姐们团结起来，联防+互助+共同抗争，至少也要在第一时间努力逃脱各种侵害。

其次，我们要对小姐的被侵害问责，要追究治安机关不作为或者少作为的法定责任，就像名人被刺、女大学生被杀那样地大张旗鼓地持之以恒地去追究。

第三，我们要努力唤醒中国人的良心，形成这样的社会共识：“任何个人都神圣不可侵犯，也包括小姐在内”。因为，被侵害的不仅仅是小姐自己，也是我们每一个人的人权，是我们得以在这个社会中生活下去的信心，是推动我们还愿意为这个国家出力的希望。

这本《姐姐故事》说的就是这个意思，这些作者们现在正在做着这样的工作。我们应该祝福她们。我们应该支持她们。我们还应该参加她们。

之二

良知与激情的学术

——《边缘的权利》序言

潘绥铭

http://blog.sina.com.cn/s/blog_4dd47e5a0100h.jpg.html

大约从1980年代开始，中国社会科学界流行起“价值中立”的思潮，就是主张在研究中不应该对研究对象产生任何价值上的倾向与判断。作为对于文革中那种“政治挂帅”的一种反动，这种思潮发挥了“拨乱反正”的积极作用。

可是，30年过去了，在大力提倡“以人为本”的新时代里，社会科学研究中的主要偏失已经不再是“政治化”，而是“客体化”。也就是说，如果我们仍然沿用自然科学的方法论原则，把我们所研究的活生生的个体们视为“物”，加以“客观测量”，得出“不依人的意志为转移的规律”；那么我们就是自甘堕落为一个显微镜或者电压表；而我们的所有研究成果也就只能在论文上翩翩起舞，与日新月异的生活风牛马不相及，与我们本心挚爱着的中国人民恍如隔世。

学术必须来自于良知与激情；不仅要来自对于研究题目的情有独钟、百折不挠，而且要来自对于研究对象的息息相通、心心相印；而后者是前者的安身立命之本。如果一个社会科学家把自己的研究对象视若草木，对他们的生活世界隔岸观火，对他们的酸甜苦辣冷若冰霜，对他们的跌宕沉浮熟视无睹；那么他就连最起码的现象描述也必然会是浮光掠影甚至是离题万里，还怎么可能完成由理解而感悟、由感悟而理性的学术研究过程？

立论至此，我要推荐赵军的这本《边缘的权利》作为典范。

关注边缘，这就是价值观，关注权利，更是出自价值观；两者相加，那就不仅仅是学术勇气的问题了，而是出自于深深的良知与激情，才可能催生学术上的洞见与研究方法的深入。

“小姐”之所以在当今中国成为一个问题，或者仍然不被当作一个问题，这本身就是一个问题。其实，她们是与你我一样的公民，不仅其人权理应受到法律与国家的保护，而且她们自己就是法律与国家的合法性来源的组成部分。如果不从这样的常识出发，那么一切关于小姐的讨论就都会莫名其妙甚至南辕北辙。那种“坏人无权利”、“坏人不是人民”的潜意识，只能把我们拉回到文革的悲惨时代，而且终会伤害到每一个自以为“不是坏人”的人。

赵军是刑法学家，他的专业论述，本人不敢置喙，但是如果良知高于法律、学术源于激情的高度自觉，我相信这本著作是无法问世的。这才是令我掩卷长思、心驰神往的根由。由此我也期待着他会给我们带来再多一些的精深之作。

新闻链接

边缘的权利

——中国女性性工作者安全调查（节选）

赵军

<http://www.lookinto.cn/survey/1899/>

在媒体的报道中，经常发现“小姐”被杀的新闻，而在记者对数十名最底层“小姐”的调查中，几乎每个人都有被抢、被强奸的经历，对中国难以统计的女性性工作者来说，虽然工作是灰色的，但她们同样是公民，生存权理应得到保证。

一个性工作者脸上的刀疤

“站街女”英仔第一次“出台”，就遭受了严重的暴力袭击。那道刀疤今天仍然在她脸上，10多厘米长，形同蚯蚓。这名现年33岁的女人来自贵州北部的一个农村，曾担任深圳一家企业的总经理助理。丈夫怂恿英仔挪用公款。事发后她被公司开除，去年，她离婚了，剩下一堆债务和一对6岁的双胞胎男孩^^^他们要上学。

这年春天，她来到广州东莞，在这个以“服务业”著称的城市里，有着大量与她经历相似最后不得不选择站街的女子，2008年3月18日凌晨2:00，英仔第一次站街，一辆白色面包车开了过来，“去万江大桥，100块钱，”车主说，英仔上了车，面包车向万江大桥一个偏僻的地方驶去。

在车厢里交易完后，一把将近1米长的西瓜刀，架在英仔的脖子上，搜身开始了，最后，男子从她的包里发现了400块钱，这种隐藏似乎激起了他的愤怒，还没等英仔反应过来，刀锋已经划开她的脸颊。”过了两分钟，才感觉火辣辣的疼，像有无数只蜜蜂疯狂地蜇自己。”英仔说。

“我被人抢劫了！给我手机，我在报警！”当英仔辉回南城运河加油站时，她遇到了园园。

英仔听从了园园的建议，而园园的脖子上同样有一条伤疤，大约15厘米，在昏黄的路灯下仍然显眼。那也是一次交易后，她遭到抢劫并割喉，险些丧命。

“这就是现实，你必须接受”

中国人民大学博士后\潘绥铭的弟子赵军在对近百名女性性工作者进行访谈后发现，很多人都有在从业过程中遭到抢劫后受虐待的经历。其中最典型的是在深圳，两名“小姐”在出台时遭遇抢劫，之后脸上被刺青：“妓女一号”。然而，东莞运河边的治安员并不同情她们。”对这些人就得狠狠地打！”一位治安队员说。

“这就是现实，你必须接受”英仔说，我要离开了，去广州卖凉粉。她的声音很小，虽然挣钱不多，但好歹能够堂堂正正。

起因是在3月22日晚上11点，她在交易时又遭遇到抢劫，并被两人轮奸，我身上不到20块的现金被抢走了。他们还翻出了一张农行卡，英仔说：“当时，一条大约两米长的铁丝勒住我的脖子，逼我说出密码，2000元就这样没了，那晚两个小孩的学费。

“小姐”容易成为作案目标

12年从警经历，让越军选定了“女性性工作者被害问题”作为研究课题。在中国，目前鲜有学者关注这一领域。即使在公安机关，也专门设立这一类别的案例

分析系统.

近 10 年来, 赵军是以“入圈式”调查方法收集案倒的. 赵军选择的调查样本, 主要来源于一个中等规模的地级市和一个发展开发程度较高的沿海城市, 结论则是“小姐”被害案共性大于个性, “小姐”群体的权利在事实上已被严重边缘化, 虽然她们合法权利在形式上也应得到法律上面的保护. 赵军说.

赵军认为“小姐”被害已经类型化. 杀害“小姐”的案件主要发生在发廊, 小休闲店以及出租屋. 较小的发廊, 休闲店, 尤其是只有一名“小姐”单独从业, 独门独出的比较容易被害, 另外一类容易发案的地点则是出租屋也就是老板为“小姐”接客, 或站街女为自己接客专门租用的民房. 抢劫, 绑架, “小姐”案件, 基本的手法是, 以客人到发廊, 休闲一类的场所消费为名, 骗“小姐”出台或: 包夜: 或者在比较隐蔽的地点对“小姐”实施抢劫, 或者把“小姐”控制在宾馆, 招持的房间里, 逼迫“小姐”用自己的电话打给老板或家人, 让对方往指定的银行卡里打钱. 这类案件有很成熟的作案模式, 罪犯之所以选择“小姐”作为目标人群, 是因为她们比较容易被接近.

“小姐”为何不报案? 调查发现, 有个团伙性的拐卖, “小姐”案件, 涉案“小姐”基本都没直接报案, 更多情况是通过各种方式找自己的家人, 甚至通过好心的客人, 帮忙打电话回家, 报不报案由家人决定, 这种不报警的情况在小姐被抢劫, 绑架一类的案件中, 更为常见.

根据法律规定, 对卖淫者轻则可处以 10 至 15 日拘留, 5000 元以下罚款, 重则面临 6 至 2 年劳动教养, 因担心受处罚, 小姐大多不报案.

生命权高过“社会风化”

赵军在著作《惩罚的边界》里提及了小姐, 人身权利问题, 小姐的权利, 就是这样一种应矛盾重点关照的“边缘的权利”小姐的合法权利难以得到效而充分的边缘群体的忽视, 反映了社会的法治化水平还不高.

其实, 警方对报案的小姐很少处罚, 即便是老板报案, 也很少处罚, 但警方往往不会公开对外发出十分明确的信息, 我们不会处罚报案的卖淫者或组织卖淫者.

同时, 还可以考虑采取一些技术性措施, 譬如, 警方可以根据已破获案件所反映出的某些犯罪规律. 向小宣传怎样保护自己的权利, 教她们一些防范被害的方法, 这既能提高破案效率, 也可预防小姐, 被害案件的发生, 有些地方的警察已经做这个工作了.

生命权无疑高于“社会风化”, 不管权利主体的身份如何, 从这一点出发, 警方教育小姐, 如何保护自己的生命或财产, 是完全合法的.

编后: 在中国大陆, 性工作完全处在灰色状态. 怎样在这种状态下保护自己的边缘权利. 本刊转载的以上文章, 盼能引起社会的更多关注.

做爱吧！为情为爱为健康！

叶天

http://blog.sina.com.cn/s/blog_51437fb70100i75v.html



编者按：关于做爱有益健康的文章应该不算太少，但是像本文这样引经据典，讲出这么多道理的，却并不多。所以转载，希望读者喜欢。

性，如今已然泛滥！然而，亲爱的，你是在为情而做、是在为爱而做？还是为健康而做、为单纯肉欲而做、为金钱而做？同样是性的交欢，一样的过程、一样的姿势、一样是男女的肉体，但，做前、做中、做后的身心感受却有所不同！性，你当了解下面的内容。

瑜伽教练莎蒂·娜蒂尼和她的丈夫早在年底就开始实施他们的新年性计划了。这对在纽约的夫妇决定在12月的每一天都做爱。

娜蒂尼的丈夫是个职业摄影师。他们决定要像兔子那样频繁地做爱，其初衷是想借此改掉彼此的一些坏习惯，比如抽烟，狂吃巧克力等等。他们的计划确实取得了成效。不过，出人意料的是，频繁的性生活也使得他们在其他方面的感觉更好。

娜蒂尼说，计划实施后他们俩的睡眠质量提高了，也比以往更有精神了。原来冬天她总是容易感冒，但是现在她一整个月都非常健康。他说：“起初看来，性生活未必是解决问题的良药，但是它确实非常有利身体健康。只要多做爱，任

何人都可以变得更健康。”这对夫妇的计划实施得非常成功，而且他们决定在 1 月份也要每天都做爱。

研究人员早就发现，性爱本身不仅是美好的（当然，取决于和谁做爱咯），而且性生活频繁的人寿命更长，心脏更健康，患上癌症的几率也更低。研究还发现，性生活频繁的男性的精子更健康，女性绝经期症状更少。

《性学期刊》发表了一篇探讨性生活对人体健康有何益处的文章。该期刊的总编辑艾文·格斯丁说，你要是读了这篇文章，了解了性生活对身体的益处，“你一定会忍不住大喊‘天哪！原来做爱是件这么重要的事情啊，看来我们真的应该认真地做做。’”总编辑格斯丁也是加州圣地亚哥瓦拉多医院性学部的主任。

这篇文章回顾了研究人员数十年来对于性与健康的研究。研究员斯图亚特·布拉迪得出了结论：认为只有男女两性间正常的性活动，而非借用其他辅助工具的性活动，才最益于身体健康。

举个例子说吧，现在是西苏格兰大学心理学教授的布拉迪在五年前做过一个实验，让 46 名实验对象对讨厌的听众做强势的演说。实验对象准备演说的过程中，以及演说完毕之后，布拉迪的研究组检测了他们的血压和压力激素的情况。他发现，在做演说两周前有两性正常性生活的实验对象的血压和压力激素的水平更低。而有其他形式性生活的实验对象，其血压和压力激素都比较高。

尽管潜在的原因尚不明朗，不过这里有一个性生活对身体有益的列表，性生活频繁的人们非常崇尚这份列表。

1. 性生活可以延年益寿

英国的一项研究表明，一周至少有两次正常性生活的男性，比一个月性生活少于一次的男性寿命更长。美国的一项研究得出了相同的结论。另外，瑞典研究人员分析了 70 岁人群的性生活状况，发现 75 岁以前死亡的人正是很早就停止性生活的人。

这项瑞典的研究既没有发现女性是否因为性生活频繁而更长寿，也没有在北卡罗来纳州做过这样的实验。但是，在该州确有一项调查发现，享受性生活的女性比不享受的女性确实活得更久些。

2. 性生活有益心脏健康

英国一项研究显示，一周有两次或多次性生活的人不容易患心脏病和其他致命的心血管疾病。与性生活最频繁的人相比，那些一个月性生活不到一次的人患致命的心血管疾病的概率是前者的两倍。

3. 性生活可以降低血压

《生物心理学》上的一篇文章指出，性生活频繁的人血压更低。布拉迪的实验也表明，做爱次数多的人面对压力时血压更低。

4. 性生活降低患乳腺癌的风险

法国一项研究发现，从来没有正常性生活或性生活不频繁的女性患乳腺癌的几率是性生活频繁女性的三倍。

5. 性生活降低患前列腺癌的风险

密尼苏达州一项研究发现，一生中性生活次数达 3000 次以上的男性患前列腺癌的几率，比次数少的男性少一半。尽管不太清楚为什么会有这样的情况，但是该项研究发现，做爱次数多的男性前列腺更健康，而且其精液可以排出更多体内废物。布拉迪在他的文章中写道：这些差别明显可以影响前列腺癌的发病率。

6. 性生活可以缓解疼痛

威泊教授和其他研究人员认为，更多的性生活可以减轻背部疼痛和偏头痛。

7. 性生活可以塑形

一项研究健康的德国成年人的调查表明，性生活频繁的男女比不频繁的人更苗条。威泊教授说，每次性生活都会燃烧 50 至 60 卡的热量，所以一个月内每周做爱三次就可以燃烧掉 700 卡的热量，这相当于慢跑七英里所消耗的热量。

8. 性生活可以调节睾酮水平

一群有勃起功能障碍的男性接受了相关治疗后，其性生活更加频繁了，睾酮也提高到了正常水平。具体而言，每月性生活至少八次的男性比那些每月不到八次的男性睾酮增加得更多。

9. 性生活可以减少绝经期症状

在尼日利亚，性生活频繁的女性绝经以后出现潮热症状的人很少。布拉迪说这是由于性生活帮助她们调节了荷尔蒙水平，因而减少了绝经期症状。

10. 性生活使精液更健康

有三项研究表明，与参与其他类型性活动的男性相比，参与男女正常性活动的男性，其精液更多，精子数量更多且质量也更高。

是啊，做爱，从生理上有这么多好处，对心理、对家庭、对爱人又何尝不是如此！

朋友们，做爱吧，为情为爱为健康！

名枪论“道”



名枪

http://blog.sina.com.cn/s/blog_5f882a840100ekyp.html

性爱可以养颜——这个已经得到普遍认同，毋庸置疑。都说恋爱中的女人是最美的，这话只说对了一半，拥有和谐性爱的女人其实更美。性爱具有良好的美容效果，可以使人青春长驻，容光焕发。在性爱的过程中，身心得到抚慰，身体受到刺激，新陈代谢会加快；同时神经系统产生刺激，性激素分泌旺盛，皮肤会变得白皙细嫩红润充盈，脸上的色斑、粉刺、痘痘得到改善，皱纹会减少甚至消失。

性爱可以减肥——这个也没有多少争议，但效果与双方的能力有关。通俗点说吧，性爱持续的时间越长，消耗的能量就越大，减肥的效果也就会越明显；性爱持续的时间短，消耗的能量就小，效果也会差强人意。床第间的运动可媲美健身所带来的能量消耗，一场酣畅淋漓的性爱（一个小时左右，为什么不是更久呢？out了吧，男人如果够强，女人就会产生不应期，大多数的女性会在一个小时内败下阵去，少数容易获得高潮的女性甚至要不了30分钟就会扯白旗投降，而超过一个小时还能应战的女性也着实已经不多，而其中的绝大多数也只能说是在勉力支撑，可说是强弩之末。当然也有个别战力出众的女性，其数目只是寥寥，按下不表。），其运动量比跑步都要来得大。嘿嘛一个小时甚至可抵健身两个小时带来的效果。

性爱有助祛除疲劳，恢复体力，——有人会奇怪了，做爱明明会消耗体力，怎么倒过来了？其实一点也不奇怪，一次美妙的性爱完全可以让疲惫的双方重新精神焕发，倦怠一扫而空。在身心疲惫的时候（如果疲惫过度就算了）也不妨做做爱（适合于性生活和谐美满的伴侣；性生活不够和谐美满的就不要勉强去做，否则效果会适得其反）。

性爱可以治病，可以镇痛——疯了，疯了，这牛皮是不是吹大了？一点也不！那是一次意外，我在感冒的时候和女友happy，happy后感冒却没了踪影。从那以后双方但凡有个头痛、脑热、感冒之类的，就照方抓药，效果是出奇的好，往往是happy才结束，那些小痛小病已霍然痊愈，可谓立竿见影，胜过任何灵丹妙药。当然会有前提——男人一定要强，做爱能做到酣畅淋漓，让女性的高潮一波再接一波。

（本期完）