

人生必备的第一本书

本能

带你深入探索人体
心理生理的禁地

下

女人和男人生命的历程

完全 青春手册

董宇弢 / 编著



中国文联出版社

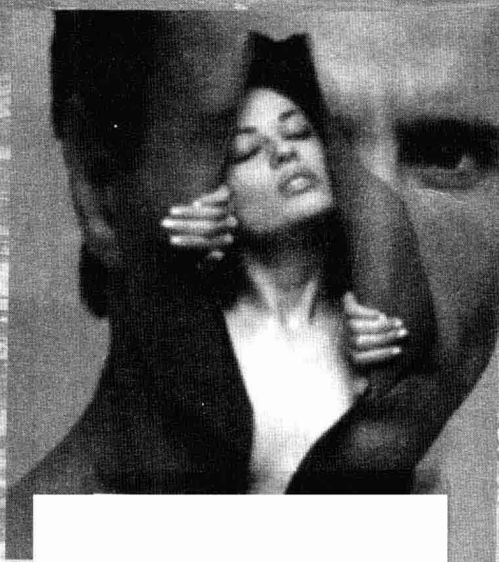
本能

女人和男人生命的历程

董宇弢 / 编著

下

带你深入探索人体
心理生理禁地



中国文联出版社

人生必备的第一本书

无论童年、少年、青年、抑或壮年、老年，在生命的每一阶段，都会出现新的问题，产生新的疑虑和不安。本书基于极为现实的医学理论，针对这些问题一一予以解答。我们都会从中得到与切身相关的知识。让自己从压抑与忧虑中解放出来，在温柔与浪漫中陶醉自己的身心；让我们能够了解自身的困扰，体谅自己的脆弱。艺术家在忘我时创造出惊人之作，情人也只有在忘我时把爱做到颠峰。让你的体能尽情地爆发，朦胧之后，你已意识到你的情感，你的智慧永无止境。

目 录

《实现青春价值》

第五部 青春期性爱观

第一章 生命的性学地图	(621)
性存在的范畴	(621)
科学的性学定位	(622)
性学与生殖的关系	(623)
生物界的性差异和性活动	(625)
原始人类的性差异与性活动	(627)
人类性差异的扩大	(628)
羞涩的发育与遮羞意识的发生	(629)
性审美的细节化	(630)
原始人类与动物的性活动比较	(634)
文明人类的性差异和性活动	(638)
人类文明和性活动	(638)

性活动与婚姻及家庭的发展·····	(639)
女性开始沦为第二性·····	(640)
性差异与性对立·····	(642)
性异化与流行性倾向·····	(647)
性享受与性生育分离·····	(651)
提高人口素质和改善性生活品质·····	(653)

第二章 生命的社会性爱观····· (656)

爱的理性·····	(656)
爱的本质·····	(657)
爱的前提·····	(662)
爱的种类·····	(664)
爱的力量·····	(668)
爱与性的二元哲学····· (673)	
性与爱的四个特征·····	(673)
生活中性爱的位置·····	(675)
性与爱的排斥因素·····	(682)
性与爱的本质关系·····	(685)
性与爱背离的纵欲主义·····	(688)

第三章 发展中的人类性爱观 ····· (693)

目 录

性爱与性文化发展史	(693)
人类性爱的萌芽阶段	(693)
人类性爱的幼稚阶段	(698)
人类性爱的理性阶段	(700)
人类性爱的现代观念	(707)
人类性爱的偏见观念	(711)
人类性爱的未来景象	(716)
性心理与人类性爱观	(726)
婴幼儿的性本能	(726)
青少年的性本能意识	(728)
青少年的性爱初潮	(732)
性爱的不确定性与牛犊恋	(734)
青春期的性适应	(736)
青春期的性成熟	(740)
青春期的性浪漫	(744)
 第四章 青春特质与人类性爱观	(747)
性爱的原色, 青春	(747)
性爱的特权——美丽	(748)
性爱的表象——喜悦	(750)
性爱的反射——忧愁	(751)

性爱的源泉——活力·····	(751)
性选择与性审美·····	(754)
气质与性选择·····	(755)
情趣与性选择·····	(757)
文化与性选择·····	(760)
门弟与性选择·····	(762)
年龄与性选择·····	(764)
性爱的表达模式·····	(769)
表达性爱的基础·····	(769)
表达性爱的时机·····	(772)
表达性爱的途径和方式·····	(774)
性爱的表达技巧·····	(778)
文明恋爱·····	(784)
性嫉妒与吃醋心态·····	(786)
性爱的戏剧因素·····	(790)

《超越青春误区》

第六部 青春期性越轨

第一章 青春十字路口·····	(803)
-----------------	-------

青春期的性误区	(803)
青春期性错误的主要表现	(804)
青春期性错误的主要动机	(806)
青春期性错误的特征	(809)
青春期性错误的典型表现	(813)
第二章 青春的困惑与躁动	(822)
青春期的生物特征	(822)
青春期的性本能与性行为	(824)
青春期的性行为规范	(827)
青春期的性失控	(829)
第三章 青春期的性矛盾	(832)
青少年的身心与性	(832)
青少年性失误的心理因素	(835)
青春期的自我价值	(844)
第四章 青春期的人格与个性	(853)
青少年个性的一般特征	(853)
青少年的个性类型	(856)
性误区青少年的个性结构	(857)

性误区青少年的个性特征..... (859)

青春期的变态人格..... (863)

第五章 社会因素与青春期发展 (869)

青少年陷人性误区的社会影响..... (869)

青春期性成长与学校教育..... (874)

青春期性成长与家庭影响..... (878)

第六章 社会规范与青春期制约 (887)

法律控制与青春自治..... (888)

舆论控制与青春引导..... (891)

习俗控制与道德影响..... (892)

闲暇控制与青春净化..... (893)

知识控制与性育升华..... (897)

第七章 青春期操行的培养和提高..... (898)

学校教育面临的挑战..... (898)

学校在青春期教育中的主导作用..... (900)

学校青春期教育的中心内容..... (901)

学校青春期教育的方法..... (905)

家庭青春期教育的必要性..... (908)

第八章 青春期的自我防范能力	(914)
青少年自我防范的涵义	(914)
增强心理承受力	(917)
少女的自我保护	(925)
青春期的自觉矫正方法	(928)
弃旧图新之路	(929)

第一章 生命的性学地图

性存在的范畴

生物是指一切有生命的存在物,包括微生物、植物、动物、人类。

地球上 98% 左右的生物有性存在。大约由于性对生物界的普遍关联,促使 2300 年前的庄子说出了:“性者,生之质也。”性是与生俱来的,是伴随着青春发育和生物繁衍而提上议事日程的生命现象。

古往今来的人们,对人类的性有两种截然相反的错误态度。一种是漠视它的存在,狂妄地仰起高傲的头颅,认为万物之灵的存在可以不理睬性这玩意儿,把性意向升华,于是有禁欲主义的理论主张。另一种观点是自卑地耷拉着脑袋,将性观念降格,把人类混同于别的生物。影响与危害较大的是后一种。有一篇小说,写到在僻静的山村里有位年轻寡妇,她因为失去了丈夫,得不到爱的温存而焦灼不安,春夜里躺在床上翻来覆去睡不着。作者即刻笔锋一转,描绘年轻寡妇家中饲养的一头母猪正在发情,极不安稳地在猪圈里哼哼唧唧,左奔右突想冲出去寻找公猪。如此映照,显然无视人类性行为与动物的差异,粗俗浅陋,贬低人格。另一种更多见的表达方式是任意拔高动物的性行为性质,把雌雄动物之间的性吸引写成“爱慕”、“献媚”、“调情”、“结婚”等等,这些至多只能算作蹩脚的比喻。包括达尔文在内的生物学家常有这种疏忽或误解。19 世纪的动物心理学家罗门斯认为,动物的性关系中有人的精神属性,不难见到殷勤献媚、情感丰富、搔首弄姿、有义务感等。科马

列克称交配就是“输送一些爱情的细胞”。里歇甚至把性爱引申到无机分子：由于钾与氯的亲合性比钾与氮的亲合性强，所以钾对氯的爱情远比钾对氮的爱情为深厚。诸如此类牵强附会的说法为性科学所不容。

为了系统而客观地理解人类性行为的本质，有必要对生物（包括人类）的性的习性（性性）作一个系统的纵横考察。但愿这种考察能指明人类应当具有的性特征，这是性科学的崇高义务。

科学的性学定位

我国性科学专用术语还相当匮乏，有必要严谨地创造并使用一些简便的术语。英语中有 Sexuality 一词，汉语未有通用的翻译。梁实秋先生把它译为“性之具有”、“性之性质”、“性兴趣”、“性本能”、“性感”等。美籍华人、心理人类学创始人许文光先生把它译为“性欲性”。阮芳赋先生三年前说过：“我想把它译为‘性性’。”本书就遵照阮先生的意愿，正式启用性性一词。性性是指性的必制裁，对应于我们日常使用的食性一词，不过性的涵义恐怕比食性要广泛复杂得多。

同一生物种群，仔细辨别一下，形体结构上有雌雄、男女之异，性的生物学表征使同一物种一分为二。性性是对生物的性差异、性活动的概括。人类行为由于不仅具有生物学属性，同时还具有充分发育的心理学、社会学属性，所以人类的性，不可避免地会涉及种种社会心理文化内容，无论是性征、性欲、性行为、性角色、性功能以及性道德等等。实际上哪怕是原始动植物的性性，也很复杂多样，充分体现世界的千姿百态。

人类终究是从原始生命逐步进化来的，所以生物性的根永远也无法清除，它将永远蕴含在生命里。据此，在论述性学以前，有必要对别的生物的性性作一概要介绍。

性学与生殖的关系

如果对生命现象不作广泛而深入的研讨,很容易得出粗糙的结论:生物界普遍呈现性差异和性活动,这是为了生殖;没有性活动,生物就要绝灭;生物要繁衍后代,非经过性的结合不可。上述说法,至多只能算说对了一半。因为生殖与性的联系不是必然的,没有性,不少动植物照样传播后代。

细菌和别的单细胞生物,性与生殖常是分离的,它们通过分裂生殖(无性生殖的一种)播下后代。它们只是在特定环境下,才出现两个个体相结合,相互交换细胞核中的物质重组个体。生物遗传学理论认为,一切生物,均可无性繁殖后代,人也不例外。

生物一共有四种生殖方式。

1. 无性生殖。低等的原生动、腔肠动物、蠕形等可以没有生殖器官,无雌雄之分,依靠自身的不断分裂或萌生枝芽,发育成新的后代个体。无性生殖还包括无性杂交,植物的嫁接即是。海绵这一种动物,像有些植物可以插枝栽活一样,切下每个碎片便能长成另一个完整的海绵。此称为营养生殖,也属于无性生殖。

2. 有性生殖。地球上出现生命已有 30 亿年历史,其中前 20 亿年的生命以无性生殖繁衍后代,近十亿年才出现有性生殖。雌雄同体者交配时,两两对接各得其所。有性生殖分单性生殖和两性生殖两类。单性生殖不经过受精,故又名孤雌生殖,如雄蜂是由非受精卵发育成的。孤雌生殖中还有伪受精方式,精子只是刺激一下卵子,并不结合成合子,卵子经刺激后即开始发育成生命。受此启示,科学家对不少动物的卵子用种种方式给予刺激,有的取得成功,发展成新的生命,称为人工单性生殖。两性生殖是由雌雄生物体经过体外或体内受精形成合子,发育成新的生命。生物出现雌雄分化是自然界的绝妙安排,一个完整群体进行有性生殖,可以

产生 10^{1000} 种兼备双亲性状的变异,这使有性生殖显示出莫大的遗传优势,为变异敞开了大门,为自然选择提供了巨大的可能性,利于生物的进行、改良。

3. 世代交替。有些生物,似乎不满足于单纯的一种生殖方式,经过一定世代后,便变更生殖方式,称为世代交替。例如江湖海洋中均有的水螅,它们附着在水草或石头上,通过翻筋斗移身子。平时不断地萌生枝芽繁衍后代,即无性生殖,若是环境有了变化,会长出卵巢和精巢,开始有性生殖。有的水螅经过一定世代无性繁殖后,形成一个群体,在群体基础上形成水母,此时便摆脱附着生活,在海洋里自由自在地漫游。另一类型的世代交替是在两性生殖和单性生殖之间进行。典型的如蚜虫,夏季气温适宜时,蚜虫连续进行几代单性生殖,生出的均是雌虫,直至晚秋时生出雄虫,行两性生殖,受精卵到明年春天全发育成雌虫。上述三种生殖方式,植物也有。有性生殖的植物,有生殖细胞(配子),分为大而不动的卵子和小而活泼能游动的精子。两者借外力接近,发育成新的植株。低等植物和某些高等植物也有世代交替的繁殖方式。有趣的是,植物界普遍地好像不太看重有性生殖,高等植物都能接受无性繁殖;植物越进化,分类位置越高,一旦出现世代交替时有性世代就越短暂,反之植物越原始,有性世代延续时间越长。

4. 卵生和胎生。这是较高等动物独有的生殖方式。这类动物有发育完整的卵巢和精巢。胎生比卵生更高级。动物有了发育完善的两性分化,表现出千奇百怪的性行为。

总而言之,性是生殖所借用的一种手段,两者的关联不是绝对的,而是存在着两者分离的可能性。现今的遗传学家相信,任何生物都可能以无性生殖的方式繁衍后代,人也不例外。围绕这一课题,不少科学家正在潜心研究,他们与伦理学家展开了热烈的讨

论。人一旦出现无性繁殖,对社会观念的震动非同小可。父母消失了,大家成了孪生兄妹。从你的身上采下一个细胞,培养出一个基本素质与你一模一样的人儿。对此,成就卓著的科学家霍尔丹说:人的无性生殖可以造就出一批有特殊能力的人,可以没有痛觉,用于战争与宇宙飞行十分合适。诺贝尔奖得主沃森则担心:人类掌握无性生殖技能后将使西方文明瓦解。当今第一流科普作家、美籍俄人阿西莫夫则安慰大家:人类应用无性生殖也没什么可大惊小怪,届时将应付自如。对此,我们现在还不能妄加评论谁是是非,科学与社会的发展将会作出公正的结论。

生物界的性差异和性活动

凡有性生殖的动物都有雌雄之分。雌雄动物在幼小时差异很小,到性成熟期日渐显著。动物的性差异大致表现在下列四方面:

①大多数种类,雄性更勇猛、角刺多、体格大,变异也大。不少雄性动物躯体上发育有利于抓握雌性的构造。如雄黄道蟹的螯远比雌蟹大,因而市场价格比雌蟹贵。雌雄躯体发育对昆虫和鱼类来说是例外,大多雄的小雌的大。气力上也是雄性甘拜下风。弱小的雄蜘蛛在接近雌蜘蛛时都很谨慎小心,一个疏忽惊动大驾就有被雌蜘蛛网获吃掉的危险。雄螳螂在交配时有可能被雌螳螂咬死吃掉。

②动物的色彩在求偶季节特别鲜明而变化多端,倾向性的特征是雄性体表比较鲜明强烈。如蛙类、鱼类,而蝴蝶是个例外,雌的更鲜艳。产于新几内亚的极乐鸟是鸟中“绝代佳人”,美丽异常,但只限雄性,雌鸟则相当平淡无奇,鸟羽毫无价值。鱼类中的例外有剃刀鱼,雌性色彩斑斓。恒河猴也是例外,雌者鲜艳。不少动物雌雄皮色反差不显著,如马科动物等。

③动物的鸣叫发声大多是为了招诱异性,声音大多由雄性发出,常见如蛙类、蝉类、鸟类。有些雌者也能发声,但不及雄者宏亮和悦耳动听。雌蛙的鸣叫只

能形容为“微弱的呻吟”。④一些动物有香腺,也是以雄性突出,皆在吸引雌性,传播嗅觉信息。名贵的中药麝香正是取自成年雄麝的香腺。不少雄鸟也散发强烈的麝香气味,以魅惑雌鸟。

动物的性行为也有倾向性特点,大多数雄性凭借体大力强或机敏灵活,求偶积极主动,常为争得配偶而排斥同性。以鸟类为例,候鸟迁徙时,雄鸟往往比雌鸟率先早到繁殖地点。大多雄性鸟类均极为好斗,相互“吃醋”打斗时,把喙、翅膀、腿、爪和距(长在脚上或翅膀上的极硬尖角)都武装起来。小如蜜蜂的蜂鸟打斗时,弱小者的舌头尖会被撕裂。“和平鸽”在打斗时像发疯,且极为残忍。雄鸟的好斗发展到没有雌鸟在场时也会相互不共戴天。人们将此利用为娱乐赏玩,我国古人爱看斗鸡,孟加拉人为此饲养凤头董鸡,印度人饲养红鹇,均供欣赏打斗用。斯里兰卡的斯氏原鸡在两雄夺雌时常会打斗到一方死亡为止。角叫鸟翅膀上的距能将胆敢来犯的狗砸得哀号逃窜。平时十分温和胆小的动物,发情期间也会大肆斗争,雄野兔之间相互也会斗到你死我活。雄鹿的尸体有时双双死缠一起,是因生前打斗到分解不开而胜败双方同归于尽。不过雄性动物打斗胜利后,也并非千篇一律能取得配偶,在个别场合下,雌性仍有主动选择的情况,它可能随同失败者一溜烟私奔,至少有人看到雌松鼠和雌赤鹿有时就这么干。少数雄性动物相互能和谐相处,如露脊鲸,雄性不见相斗,体型也比雌性小。

动物性行为的第二个特点是通常双亲都能维护后代的生存利益。中国红鲤在雄鱼赢得配偶后,从嘴里吹出空气和粘液形成泡沫盘。然后把雌鱼产的受精卵集拢到嘴里,又一个个吹放到泡沫盘中,不时修补泡沫并守卫着鱼卵和幼鱼。有些雄鱼则将受精卵衔在嘴里孵化。雄鸟交配后也大多不随即离开,有的帮雌鸟孵卵,有的忙着为母幼觅食送餐。

动物为了确保后代的降生,性活动时常付出冒险牺牲的代价。所有处于繁殖期间的动物,都最容易被捕捉。孟加拉雄蛙兴高采烈地为招引雌蛙而鼓囊放歌时,情歌声频与食肉蝙蝠的定位声频完全一致,会轻易成为食肉蝙蝠之美餐。

有关动物性选择的专一性,以前曾认为不少鸟类有严格的配偶选择,如鸳鸯似乎是双双白头偕老的,实际情况并非如此,除非是环境使然没有选择余地,很难找到能坚守“从一而终”的动物。动物大多是多配偶的。地球上有千百万种动物,这里的介绍可谓挂一漏万,只是提供一个轮廓,供研究人类性活动怎样才不致退化到动物水平作参照。

原始人类的性差异与性活动

原始人类通常指几千年至几百万年前的成长阶段中的人类。这一时期由于没有文字记载,只能凭借考古资料大致揣摩各种生活场景。不像讨论科技发现发明的物质文明那样界限分明,研讨性爱文明,原始人类与文明人类的界限是很不分明的,不可能或很难用时代划分加以切割。从客观的观察中不难发现,现代人生活中仍然存在着许多野蛮时期乃至纯动物的或超野兽超残忍的行为和心理。现代人的婚姻有的从纯经济、政治利益出发,不要说爱,连性吸引也不考虑者有之;合法的婚姻生活中仍有丈夫向妻子索取性报酬,甚或强奸妻子的偶发事件及乱伦事件等。文明的人类,可以产生出比原始人类更为野蛮的性观念。近百年内,东非肯尼亚一带的一些民族盛行女子割礼,强行按住到达一定年龄的女孩子,用土法把外生殖器,从阴蒂到大小阴唇全部割掉,其痛状惨不忍睹。然而有人著书立说,对此大加颂扬。我国直至辛亥革命才