

性的真相

生
生
舌
夜
舌

性之为物，是火的精华

空灵、倏忽、飘洒

它永远传达热的感觉

光的感覺。等到那光

变成一片纯粹的光

我们就感到纯粹的美

徐 斌等 / 著



远方出版社

图书在版编目(CIP)数据

性生活夜话/徐斌等著, - 修订本, - 呼和浩特:远方出版社, 1998.7

ISBN 7-80595-473-9

I. 性… II. 徐… III. 性科学-普及读物 IV. R167.49

中国版本图书馆 CIP 数据核字第 17837 号

性生活夜话(修订版)

编 著 者	徐 斌等
责任编辑	苏 文
封面设计	王翠燕
出 版	远方出版社
社 址	呼和浩特市乌兰察布东路 666 号
邮 编	010010
发 行	新华书店
印 刷	河北省三河市印刷装订集团
版 次	2003 年 1 月第 2 版
印 次	2004 年 1 月第 3 次印刷
开 本	850×1168 1/32
印 张	49
字 数	1070 千字
印 数	1000 套
标准书号	ISBN 7-80595-473-9/R·17

定 价 100.00 元(全五册)

前 言

男女媾和，万物化生。

性，既是人类的欢乐之源，又常常是苦恼之根。

性，有时是简单的，有时却玄妙得令人百思不得其解。

性，与人类结下了不解之缘。然而，一部漫长的人类文明发展史中，却有着是一部荒唐而可悲的性愚昧历史。古人对性本来已有很深刻的认识，但封建社会的性禁锢却扼杀了性科学的正常发展进程，致使在这个本应得到发展的领域里，科学隐身藏形，卑微低下，无知、偏见、迷信却耀武扬威，横行霸道。

性，成了禁区，成了比老虎还要厉害的东西。谈虎固然可以色变，但毕竟还敢谈，但对性却连谈都不敢谈。亲戚朋友之间不敢谈，母女父子之间也不敢谈，连夫妻之间也是做得谈不得。

但，性欲望是禁绝不了的，并不会因为你不谈它就不存在了。恩格斯说：“体态的美丽，亲密的交往，融洽的旨趣等，曾经引起异性间的性交的欲望。”鲁迅先生也说：“为继续生命起见，又有一种本能，便是性欲。因性欲才有性交才产生苗裔，继续了生命。”

这样，几千年来，一方面是压抑不住的渴望，一方面是性禁锢所造成的无知，而由无知又催生了邪说，最终残害人类自身的心智。这些矛盾和困惑给人类带来了无数难以启齿的痛苦，付出了高昂的代价。

—今天的中国，性不再是一个禁区，但由于历史的惯性，人

们对性问题的理解和对性生活的态度,还存在着不少的误区和困惑。人类的性愚昧状态并没有真正结束,性禁锢的幽灵,还时常在偏僻的角落里游荡。

但今天的问题,已不再是“启蒙”的问题,随着社会的自由和民主化程度的日益提高,各种严肃的性科学读物,已不少见,但令笔者吃惊的是现实中的不少人却是从文艺作品的性描写中来“学习”性科学的。前些年,几乎是每有一部影视或小说谈到性并且走红,就会有不少人来夸耀或“交流”自己的“学习心得”。一次对当代人的性状况的调查表明:在问到他们的性生活知识究竟从何而来时,约半数已婚夫妻、约四分之三的大学生和约 80% 的青少年回答说是从文艺作品中的性描写中“学”来的。

这个结果令人反思。科学与文艺毕竟有着大不相同的标准,文艺作品可以描写最性感的人物、最新奇的性活动和最罕见的性感受,而且可以不讲清其中的道理和依据,又不管是否适用于你的具体情况。而且在商业竞争下,此类玩意儿只会越编越没谱,直到荒谬绝伦,咱们中国有过这样的事。明朝末年,最初的性小说还比较实际地描写人们的实际性生活,随后的小说为了青出于蓝,就开始“造梦”,把性写得无奇不有。当然,不可否认,把性和爱与人生结合得好的文艺作品,确有它独特的益处。但是言出有据地讲解或答疑却不是它的任务,也不应该这样要求它。

但为什么这么多青少年是从文学作品中学习性科学的?这个结果令作为一个多年从事性科学研究和宣传工作的笔者反省。由此我深深感到:喊叫了这么多年的性教育,看来还是在隔靴搔痒。

症结何在？原因大致有二：一是很多性科学普及读物用语深奥，所讲的内容专业性太强；二是对性的生理科学讲述得多，人的性心理却说得不够，或者说是讲得不太合当代读者尤其是青少年的口味与心理实际。

有感于此，本书作者针对现在有些性科普读物的不足，写就了《性生活夜话》。

《性生活夜话》的独特之处在于：既用诗意的语言对人类对性的态度和认识，作了一番遐思，读来令人回味悠长，又力求把性科学的所有方面都展示出来，既有性科学的发展概况，性生理的解剖知识，性行为的心理特征，夫妻性生活的全过程，性爱的艺术，性变态的种种异常及性治疗的神奇功效。化深奥为平白、化枯燥为有趣，不生硬地讲道理，而用“夜话”的形式娓娓道来。它对于人们掌握性知识，纠正各种错误的性观念，树立正确的性态度，会大有裨益。

该书原著为徐斌先生撰写，根据读者需要，又由岳鑫先生按原著基本章节框架进行了增补扩充，全套书共《性的真相》、《让性生活更完美》、《性让我们更健康》、《错误的性观念》、《“性福”生活百问百答》五册，衷心希望读者的指教。

2003 年 11 月

目 录

第一章 性学纵横谈	(1)
一、认识你自己	(3)
二、神秘的性器官	(5)
三、性别的起源	(8)
四、性的隐秘性	(13)
五、神的力量	(17)
六、古人的性艺术	(22)
七、原始人的生殖器崇拜	(25)
八、原始性交崇拜	(31)
九、性禁锢	(33)
第二章 女性生理畅谈	(37)
一、生命之门	(39)
二、女性的门户——大小阴唇	(41)
三、阴道探秘	(43)
四、性传感器——阴蒂	(47)
五、处女膜的作用	(51)
六、神秘的“G”点和“爱液”	(57)
七、乳房的烦恼	(61)
八、孕育生命的场所——子宫	(64)
九、卵巢与卵子	(66)

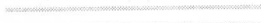
十、生命的通道——输卵管	(68)
第三章 男性生理畅谈	(71)
一、阴茎的构造	(73)
二、阴茎的勃起	(76)
三、长度与大小	(80)
四、男性的性敏感区——龟头	(83)
五、精液的秘密	(85)
六、畅想“男根”	(89)
七、阴囊话奇	(94)
八、精子的制造工厂——睾丸	(97)
九、输送精子的管道——输精管	(101)
十、神秘的前列腺	(103)
第四章 性欲漫谈	(107)
一、影响性行为的三个因素	(109)
二、性——不可抹煞的本能	(114)
三、从另一角度看男女身材差异	(121)
四、你属于哪种类型的人	(125)
五、难以抑制的性冲动	(129)
六、人类的发情周期	(133)
七、无效的性交	(139)
八、人与兽的区别——面对面性交	(142)
第五章 性与生殖	(149)
一、优生的第一步——择偶	(151)
二、避免近亲结婚	(156)
三、最佳的结婚年龄	(160)
四、受孕周期与受孕必备条件	(165)

五、何时性交易于受孕·····	(167)
六、不孕要从夫妻双方找原因·····	(169)
七、早孕有哪些征兆·····	(171)
八、月经与怀孕·····	(174)
九、计划生育与避孕·····	(177)
十、性生活中的避孕·····	(183)
十一、性生活的最终目的——繁衍后代·····	(185)
十二、怀孕中同样可以享受快乐·····	(191)
十三、产后同样可以有性生活·····	(194)
第六章 性生活常识·····	(197)
一、性欲与性生活·····	(199)
二、人类性生活的分期·····	(202)
三、性行为·····	(206)
四、性行为的方式·····	(208)
五、性交·····	(210)
六、性反应周期·····	(214)
七、性交体位·····	(217)
八、性前嬉·····	(219)
九、性时技·····	(222)
十、性后技·····	(225)
十一、性高潮·····	(226)
十二、性同步·····	(231)
十三、性功能·····	(233)
十四、性快感·····	(235)
十五、性满足·····	(236)
十六、性不应期·····	(237)

第七章 性心理概述	(239)
一、健康的性心理	(241)
二、婴幼儿的性心理	(244)
三、儿童期的性心理	(247)
四、青春期的性心理	(250)
五、成年期性心理的特征	(254)
六、成年夫妻的性生活心理	(257)
七、中年人的性爱 and 情爱特征	(261)
八、更年期的性心理	(263)
九、老年期的性心理	(267)
十、男性性心理特征	(274)
十一、男人潜藏的性心理	(276)
十二、女性性心理特点	(279)
十三、两性性心理差异	(281)
第八章 性文化趣谈	(287)
一、重新设计自己的性器官	(289)
二、奇异的性教育	(291)
三、奇异的性习惯	(293)
四、奇异的性信仰	(295)
五、乱伦禁忌	(296)
六、处女禁忌	(299)
七、试婚	(300)
八、初夜权	(301)
九、盲目的贞洁观	(304)
十、禁锢女性的枷锁	(307)

第一章

性学纵横谈





一、认识你自己

3000多年前，在古希腊以预言著称的德尔斐神庙前，赫然耸立着一块石碑，上边刻的铭文是：“认识你自己！”

研究人类的性文化，应该从人的动物祖先研究起，因为人是从动物进化来的，在人的身上还保留了某些动物性，而文化的发展在许多方面则是抑制了或改造了这些动物性的结果。尽管许多人反对将人类的行为和动物的行为相提并论，但对人类来说，进化因素的影响先于文化的影响，而且进化与文化有密切关系却是一个难以否认的现实。的确，确认性交往的进化背景是研究人类早期性行为的化石。这正如弗兰克·比奇所说。

要解释任何社会中男人和女人的性行为，必须首先弄清哺乳动物性行为的最基本模式，然后揭示社会对个体压力使这个模式中某些部分受到压抑的方式。

文化，是人类对自身和周围事物的认识和改造。当性行为只是受本能驱使时，是谈不上什么文化的，人类只要对自身的性行为有了一些思考，不论这种思考是多么微不足道，多么朦胧与荒谬，最初的性文化就产生了。

这是一个性心理进化的过程，随之而来的还有性的社会进化，而性心理和性社会方面的进化是建立在性生理的进化的基础之上的，性生理和性心理、性社会这三个方面的进化，使人类一步步地远离了动物。人真正成为了人。



人类现在已经进入了电子时代，生物工程时代，说到奇，可以制造模拟人脑；说到巧，可以研究人工智能；说到微，可以借助电子显微镜无穷尽地考查原子、电子、中子、质子的结构；说到大，人可以乘坐宇宙飞船遨游茫茫宇宙。

似乎是没有不能为人所认识了，似乎人无所不能了。滑稽之处正在这里，人类天生是好奇的动物，总是醉心于外部世界，而对自身却忽略了。德国大诗人歌德苦苦探索人生半个多世纪后，迷茫地发出如此感叹：“人，这个受到赞美的半神，他究竟是什么！”

人是什么？或者说人的本质、本性、需要等等是什么？人对它们的了解实在不比对浩瀚无限的宇宙的了解更深刻、更全面、更准确。

然而，正因为陌生才更有兴趣，正因为耽搁日久才更急待解决。人不甘心科学对自身的冷落，又不甘心被迅猛发展的科学技术所带来的重大压力所压垮。受到惩罚的人类终于觉醒过来了，勇敢地接受了社会与自然对人类的挑战，开始对自身进行全面地综合性研究。



二、神秘的性器官

对性的研究就属于人学研究的范畴，而且是人学研究中一个既重要又独特，既奇妙又丰富的方面，这个方面就叫作性学。顾名思义，性学就是性的科学，研究对象就是性，当然是人的性。

一说到研究性，有的人就会面红耳赤，喃喃低语：“不就是那么点事吗，谁不知道？有什么好研究的？”乍听起来还是满有道理的，性器官长在自己身上，可以观，可以触，其实并不这样简单。世界上的事情往往古怪得很，有合有离。越是熟悉的东西往往越不了解。就拿男性的阴茎勃起来说，直到如今它仍然是一个谜。

勿庸讳言，阴茎勃起就意味着有了性交意识，这种反应会使有些人欣喜若狂，但对于奉行禁欲主义的中世纪的僧侣和信徒来说却像大难临头，惊恐不安。既然性是罪恶的，那么阴茎勃起就一定是魔鬼作法，不把这个魔鬼驱走，那可怎么得了！于是，用石头砸，用绳子勒，什么法子都想到了，有些愚昧而虔诚的信徒甚至不惜痛苦，一刀把它割掉。魔鬼被彻底打败了，人获得了一个令人痛心的胜利。

现代人不会这么愚昧了。性科学告诉我们，勃起是阴茎海绵体血管充血的结果。阴茎驰软时，勃起组织的血管窦相对空虚，随着动脉的扩张，血流进入海绵状组织中的窦状隙，液压增高从而造成阴茎体积涨大和坚硬。当动脉血流入



速度与静脉血回流速度相等时，达到平衡状态，勃起就得以维持，当静脉流出超过动脉输入，勃起就会消退，恢复静止状态。

然而，人们对勃起的了解目前只能达到这样一种程度。在勃起过程中，静脉封闭的作用还不能得到肯定，勃起是受什么神经控制支配的，人们也不知道，有人推测是由骶髓中的副交感神经纤维支配，但这仍是一个有争议的问题。

比较起来，女性的生殖系统和生理结构要比男性复杂得多，因此，有待解决的女性性科学之谜就更多了。比如，日本京都一位妇科医生，曾运用电子显微镜对很多女性的性感带进行了检查，并对其生理组织结构进行了分析研究，结果很出人意料，在女性性感带区域几乎没有神经末梢。

按照现代医学的观点，所谓快感必须通过神经作用才能感觉到，如果女性性感带是一个无神经区域，那么就不可能成为性感带。如果是这样，对女性性感带加以刺激，女性又怎么会产生性兴奋呢？

再比如说，女性的阴蒂，现代科学对它的确切机能，也是至今尚未搞清楚。阴蒂位于大阴唇的前会合点，长约4厘米，呈圆柱形，由两个能勃起的海绵体组成，分体部和头部两部分，平时包藏在阴蒂包皮里，表面覆盖白膜。从组织学的角度来说，阴蒂与阴茎同属。从反应形式上来看，它如同假阴茎一样，兴奋时也能勃起。有个别女子阴蒂格外大，勃起时俨然如一小阴茎，如果让人意外发现了，定会吃惊不小。

中世纪时有一个男人就遇到这种情况，对方是他的新婚妻子。新婚之夜，他吓得跑出了洞房，第二天又到教会报告



说，他妻子是魔鬼变的，无论如何也肯不再与她做夫妻，更不必说性生活了。

人类很早以前就知道阴蒂是最灵敏的性感区，被称为医学之父的古希腊医生希波克拉底最早描述了阴蒂，他认为阴蒂是引起兴奋的部位。现代医学发现，阴蒂上密布着触觉神经末梢，既压力受器，因而对于触觉十分敏感，问题在于，阴蒂有敏感性与女性身体其他部位相比，并没有什么独特之处，为什么偏偏这儿最富于性感觉呢？

原日本小山市立医院的石浜认为，既然造物主造就了这个器官肯定不会是无用的。石浜的观点，典型地体现了人类在这个问题上无可奈何的处境。



三、性别的起源

性学和人类相重合的一个研究领域就是性的起源。性，是人与世俱来的特征。婴儿呱呱坠地时，就可以从生殖器的外观上辨明是男婴还是女婴。20 世纪，由于性染色体被辨识出来了，性别决定也逐渐弄清楚了。

女性的卵子是由含有一对相同性染色体的初级卵母细胞发育而成，这种性染色体的形状像英文字母 X，故命名为 X 染色体。初级卵母细胞经两次减数分裂后，最后只形成一个成熟的卵子和两个退化的极体，卵子只含一条 X 染色体。男性的初级精母细胞含有两条不同的性染色体，一条为 X，一条为 Y。

经两次减数分裂后形成两个含一条 X 染色体的 X 精子，两个含一条 Y 染色体的 Y 精子。因此，生男生女是由精子决定的。当 X 精子与卵子受精后受精卵含有两条 X 染色体，便发育为女性胎儿。当 Y 精子与卵子受精后卵内含有一条 X 一条 Y 染色体，便发育为男胎了。

不过，已经到了 90 年代了，仍坚持那种重男轻女的封建思想的人终究是很少很少的。

正常女性的核型分析为 46，XX；正常男性为 46，XY。可是有极少数患者在 XX 或 YY 之外还有多余的性染色体，比如先天性睾丸发育不全综合征患者在青春期后表现出女性化倾向。患者虽然为男性，但睾丸和阴茎小，无胡须，喉结