

台湾著名性学专家倾情力作，名列台湾畅销书榜首

性心情

SEX
MOODS

(台湾) 何春蕤 著

诚实地呈现八个女人的情欲经验
针对女性情欲处境所做的细微观察与分析

SEX MOODS

治疗与解放的新性学报告



九州出版社
JIUZHOUCHUBANSHE

SEX
MOODS

性心情

治疗与解放的新性学报告

(台湾) 何春蕤 著



九州出版社
JIUZHOUCHUBANSHE

图书在版编目(CIP)数据

性心情 / (台湾)何春蕤 著. - 北京:九州出版社, 2004. 2

ISBN 7-80195-029-1/C·61

I. 性… II. 何… III. 女性 - 性学

IV. C913.14

中国版本图书馆CIP数据核字(2004)第004650号

(京)著作权合同登记号: 图字: 01-2004-0670

性心情

作者 / (台湾)何春蕤 著

出版 / 九州出版社

出版人 / 徐尚定

地址 / 北京市西城区阜外大街甲35号

邮政编码 / 10037

电子信箱 / jiuzhoupress@vip.sina.com

责任编辑 / 李勇

装帧设计 / 金华堂工作室 刘鸿

总经销 / 九州出版社发行部

经销 / 全国各地书店

法律顾问 / 北京法大律师事务所

印刷 / 北京蓝迪印务有限公司

开本 / 880×1230 毫米 1/32 开

印张 / 9.5

字数 / 193 千字

版次 / 2004年2月第一版 2004年2月第一次印刷

印数 / 1—5000 册

书号 / ISBN 7-80195-029-1/C·61

定价 / 28.00 元

版权所有 翻印必究

SEX MOODS



目 录 CONTENTS

序一 女性,自己的领悟 自己的路 5

中国人民大学性学研究所所长:潘绥铭

序二 迈向民主多元的性教育 8

台湾原版序

序三 读你读我 12

写给祖国大陆的读者

第一章 谁来说性 15

工作坊的缘起	招募组员	游戏规则
女性情欲运动	诠释与书写	八个女人

第二章 自体欢愉 27

发现愉悦	婚内自慰	自学、自娱、自足的自慰
罪恶感冻结身体	性感带的迷思	玩性
性的怒气	A 片的启发	性暴力与性愉悦
口味差异	愉悦性教育	

第三章 唇的悸动

57

度假情	MTV 之吻	祖父的手
幼年的理解	脏吻	无奈的忘年情人
半推半就的茫然		烈女怕缠夫
干吻一小时		工作坊带来的“困扰”
坚壁清野战		从划拳到深喉之吻

第四章 激情之交

87

懵懂的身体	奉献给他	性的后顾之忧
百闻不如一吃	重质不介意量	豪放女逻辑
性与权力	女女全垒打	学妹之恋
母亲的性暴力	情欲的多元口味	
一旦失贞就要献上一生		

第五章 情欲发展

121

童年性经验	集体书写女童	创伤的社会形成
家人侵犯	性的心理负担	婚外情
为孕而性	西方男人的迷思	外遇外情
自主的人生转折		

第六章 性的冲击

157

皮肤的社会化	性与阶层差异	超越受害者心境
放电	我要做坏女人	女女之性
口交的运用	女人得力	沉着掌握
性经验才是性知识		试婚之必要

第七章	历练经验	193
-----	------	-----

动态震荡的性生活史	理想的务实变迁	三十大关
自主的选择	情欲之“声”	性游戏
戏剧性	被动快感	激荡改造
口味偏好	突破隔绝	

第八章	越轨出柜	215
-----	------	-----

第四者	丑陋的男人	中年女人的困境
多元外遇	新新女性	女女第三者
双重标准	新女人的强悍定位	
我们都在轨道之外		

第九章	情欲偏好	239
-----	------	-----

性的滋润	“波”动心动	女人看女体
专注自我享受	从经血到精液	床外性
主动入戏	谁该结扎	孕政治
赋别与重聚		

结 语	大家都来写自己的性报告	269
-----	-------------	-----

(跋)	《治疗与解放的新性学报告》	272
-----	---------------	-----

附 录	《性心情》自学手册	282
-----	-----------	-----

S E X M O O D S

中国人民大学性学研究所所长：潘绥铭

女性， 自己的领悟 自己的路

自从 1885 年，奥地利医生克拉夫特—埃宾出版了《性的心理病》一书以来，世界上就出现了一种叫做“性学”的东西，在 1920 年代和 1980 年代中期，又前后两次传入中国（第一次的传入不幸夭折了）。时至 21 世纪之初，如果您常看杂志常上网的话，一定会发现，五花八门的“性知识”真是铺天盖地。十年前的所谓“禁区”，如今已经是闹市了。

可是，这些林林总总的“性知识”究竟来自何处呢？每一条“性知识”都极力地标榜自己是出自“权威”之口，至少也是“专家”所言。即或有一些是个人经验的表述，也被认为仅仅是“宣泄”，无论如何也算不上是“知识”。

尤其是，这些“性知识”虽然总是在不厌其详地传授着，在床上应该对女人做些什么，也包括女人自己应该做些什么；可是我们却很少去探究：说这些话的“权威”与“专家”，自己是不是女人呢？说的是不是自己的事情呢？

这是一个非常根本的问题，牵扯到究竟什么是知识与科学，什么样的人才能具有知识与科学，知识与科学又应该用来

做什么。

在中国“被现代化”的过程中，凡是上过学的人，都一致地认为，这个问题早就一劳永逸地解决了：知识与科学就是专家说的，只有专家才拥有知识与科学，知识与科学就是用来教育“无知者”的。

如果我們是在谈论数学或者物理学，那么这话可能并无大错；但是如果我們谈的是“性”，是这个蕴含了个人几乎所有喜怒哀乐的、总是会激荡起内心最深层感受的、常常令人刻骨铭心的、人类生活中最具有情感价值与激情导向的“性”；那么我们完全有理由提出疑问：我所体验到与领悟到的一切，那些专家们即使知道，真的能够感同身受吗？凭什么他们说的就一定是知识与科学，而我却必须被他们教育？

这并不是自然科学与人文科学的区别，而是人与物区别。只要我还被承认是是一个人，那么一切关于我的学问，都必须包括我这个主体的一切体验与感悟。如果非要把我当作一个物体那样来“客观地研究”，那么最多也只能产生“兽医学”。

尤其是，在当前中国这样一个社会性别意识缺失的社会里，现实的普遍情况是：谈性则必谈女人，而女人则必不谈性。结果，我们现在所知道的几乎一切关于“女性之性”的“知识与科学”，其实都是“小白鼠的行为”，都是被别人所观察、所定义、所解释的。

这在生物学上本来是一个不得已的缺憾，现在却被作为“正宗方法”来研究我们这些有自我、能表达的人类个体。结果，我们被迫使着跟着那些“科学结论”转，还被美其名曰“接受性教育”；结果，性的知识霸权与话语霸权就被建立起来，社会性别不平等也就以此渔利。

只要涉及到人，那么主体的感受就是第一位的，传统的“知识与科学”其实只不过是社会权力结构的一个组成部分，这是后现代思潮的灵魂。从操作层面来说，我们每一个人，究竟应该把什么作为自己的行动指南，又把什么仅仅作为参照系？是别人号称的“知识”，还是自我的“领悟”？说白了，我们为什么而活着？自己的身心，还是别人的教诲？

中国性文化已经在短短 20 年里突变，至少在大城市的较年轻人里，几乎已经面目全非。他们的敌人已经不再是 1980 年代的“性禁锢”，而是日益甚嚣尘上的“性时尚”，是相对自由与缺乏自我同时来临所造成的“对恐惧的恐惧”。

这又是由于，社会对于“性存在（sexuality）”的主要控制手段，已经从以前的“性压制”变成了“性引导”，就是以大众传媒的“性学轰炸”、“美眉崇拜”与“性技巧迷信”为载体，给刚刚破土而出的自我浇灌迷魂汤。最典型的例子就是，1980 年代的青年赖以获得自我的歌词“跟着感觉走”，时下变成了讽刺话、贬义语。结果，现在的人很少想过：至少在具体的性生活里，不跟着感觉走，难道真的捧着“性知识手册”去学习“柔软体操”？尤其是女性，如果不跟着感觉走，甚至连感觉都没有，那么，那是性生活还是被强暴？

好在同是中国人，台湾的何春蕤教授四两拨千斤，于 11 年前创办了 8 位女性自主参与、多元展示的“性心情工作坊”。它不是所谓的“性教育”，也不是经典的“性研究”，而是中国性文化史的突破——女性自己来建构主体所拥有的“性学”。

好了，还是您自己看下去吧，您会有收获，而且是一种享受。

自序 (台湾原版序)

迈向民主多元的性教育

在一个养成女人对性保持高度焦虑与禁忌的社会里,要女人创造一个自在的空间来谈她们的身体感受和性心情,那会是什么样的局面?女人会说出什么样的故事来?这些叙述对我们了解女人的情欲处境而言,有何启发?这种交谈对女人的自我认识与创造而言,有什么冲击与效果?

一九九三年七月到十月,我所主持的“性心情工作坊”首度针对这些重要问题提供了一个友善自在的谈话空间,从六十五个应征者中挑选出来的八个女人,在为期十二周的彼此交谈中畅谈她们对身体情欲的经验与感受。这个讨论过程的录音带经过两年多的整理和撰写,构成了第一本针对台湾女性情欲处境所做的细微观察与分析报告,取名为《性心情——治疗与解放的新性学报告》。

女性情欲困境与抵抗

《性心情》是这个历史性聚会过程的呈现，算是一种特别形式的台湾女性情欲处境白皮书。因为组员在工作坊内彼此鼓励互相支持的讨论中，讶然发现女人所共同面对的恶质情欲文化——由心理的顾虑恐惧到身体情欲的冻结，从不悦的幼年性经验到无力沟通改进的成年性关系——不管女人属于哪个社会阶层，哪种居住环境，哪段成长年代，这个整体的恶质情欲文化的威胁以及它对女人生活造成的枯竭，都是丝毫不减的。女人情欲的共同困境于焉浮现。

但是，当一般的女性情欲处境报告仅止于以受害者心态，对这个恶质情欲文化中的性骚扰、性强暴、性侵害、色情工业等等提出描写与控诉时，性心情工作坊的女性情欲处境报告却更宽广地呈现了女人作为情欲主体来营造愉悦的具体努力和可能想象。事实上，工作坊中的女人在娓娓的叙述中呈现了她们多样的、柔韧的抵抗。在有限的文化空间之内，依着个人的际遇、社会的变迁、礼教的松动、同辈的激励、以及其它各种有机可乘的缝隙，女人游走冲撞出各种各样的情欲模式与满足，她们沛然的情欲能量渗穿了婚姻的禁制与贞洁的枷锁，在幻想与偷欢中建立对恶质情欲文化的不屈。女人的情欲游击战从未休兵。

于是工作坊的女人在“困境”与“抵抗”的双重认识与分享中，提升了对自我情欲的了解与掌握，并透过具体的叙述来重新创造和改变她们所面对的情欲与人生现实。

使女人得力的性教育

从工作坊女人学习的、成长的、得力的过程看,《性心情》展现了一个新的民主化的性教育。

我们现有的主流性教育其实并未摆脱最传统保守的教育理念——即填鸭模式,因此性教育只注重由外在灌输些有关生理器官、心理责任、生育及疾病等等的抽象规条。这些仍然建立在“正常”、“正确”、“正经(严肃)”规范上的“性知识”,事实上只会透过其固定僵化的内涵来巩固甚至强化个人对性事的不安与焦虑,并促使个人时刻感觉需要比对标答案。

这样的性教育是专家指导的,是科学权威挂帅的。在它单一真理的前提之下,所有的个别差异与多元多样都被视为“有问题”,是值得“研究”或“辅导”的。一旦性教育的目的只是为了禁欲、寡欲、压抑欲、升华欲的时候,愉悦和自得就被视为搅扰或松动秩序的乱流,而那些因着太过分贫瘠的愉悦生活而来的各种不安与敌意,便构成了我们大部分人面对情欲时的基本心态。

这样的主流性教育是社会文化中诸多性问题的成因之一,而非有效解决方案。

我对工作坊谈话过程的纪实报告是一个重新省视社会、文化、历史如何操作性与性别的性学报告,但是对我们参与工作坊的所有成员(包括我在内)而言,这个对谈的经验却是一个不折不扣的民主的性教育。

人本的性教育

这个民主的性教育是由个人经验的自由坦言出发，在不设底线、不作道德判断、反而鼓励差异、支持出轨的友善气氛中，透过交互式的集体讨论来凝聚我们对本身情欲感受的认识与分析，同时也上升到社会、文化的层次来观察我们的身体情欲如何铭刻了性别、阶层、年龄、婚姻状态等等差异的权力关系，并在互动中创造突破及改造的可能。

这种性教育不再诉求权威的客观真理，不再抹去个人具体的经验感受，不再制造焦虑、不安、敌意。相反的，民主的、尊重而且支持个别差异的性教育看得很清楚：愉悦是一种需要浇灌和操练的能力，自在的满足是真正消除敌意的良方，而真诚善意必须来自一个不以赚赔为主要考量的情欲文化。

近年来大家逐渐熟悉了人本的教育理念，那么性教育作为一种人本教育，也应参与的以学生为主体，没有标准答案，而是多元价值与观点的并陈，注重经验交流且平等看待所有经验，人本（性）教育强调与现实贴切的实用性和实验性，尊重由个人经验出发来建构的个别知识。更明确的说，（性）教育是为了向往一个更公义、更展现差异的社会。

作为追求人本的（性）教育的初步努力，《性心情》当然不会假设自己已经说尽了女性情欲的全部故事，读者也可能会指出工作坊成员的阶级及地域属性特质有所局限，但是，《性心情》期望成为触媒，引爆大家都来形成自己的小圈子，小社群，都来创造新的、民主的、多元的、性别平等的性教育吧！

读你读我

——写给祖国大陆的读者

1996年《性心情》在台湾出版，不但首度展现了女人和性之间有着既个人且社会的复杂历史关系，也对当时甚嚣尘上的性科学权威提出了关注性别眼界的差异声音。当女人能够有空间诉说个人的生命历程，透过经验交流和对照反省来逐渐认识自我和社会，并且因着这种激荡而思考人生道路的其它可能时，在女人身心深处尘封的秘密终于解魅，卸除了贞节焦虑的女性人生终于得以大步向前。

我个人对《性心情》这本书的偏爱倒不见得是因为以上这些宏大的历史意义，反而是因为书中的八位朋友用她们具体的人生故事教育了我，让原本趋于抽象的性别思考得以有血有肉的活化起来。我所做的，则只不过是使用我的文学专业和理论训练，把这些人生放进一个能够促进读者思考的叙事中。

从衣着、互动到婚前性行为，祖国大陆近年来在性别和性方面的快速变化已经明显可见，也映照出对于公共讨论和思

想知识框架重建的迫切需求。希望《性心情》能够引介一种宽厚深刻的思考方式,也提供一种多元开明的认识态度。

这本书能够和大陆的读者见面,主要归功于两位朋友的帮忙和鼓励。广州的艾晓明教授一直是最贴心的读者和宣传者,透过与她的笔谈,我的写作才从南方传到北京。北京的荒林教授则和一群女性教授共同阅读了我的很多作品,热情的来信联络,持续努力了两年,换了好几个合作对象,最后才促成了这个几乎快要放弃希望的出版计划。另外还有很多我不熟悉的朋友都曾居间穿针引线,在此一并表示感谢。希望这个领域的耕耘能为新世纪的中国开拓新的眼界和心胸。

何春蕤

2004年元月 11 日于台湾中坜