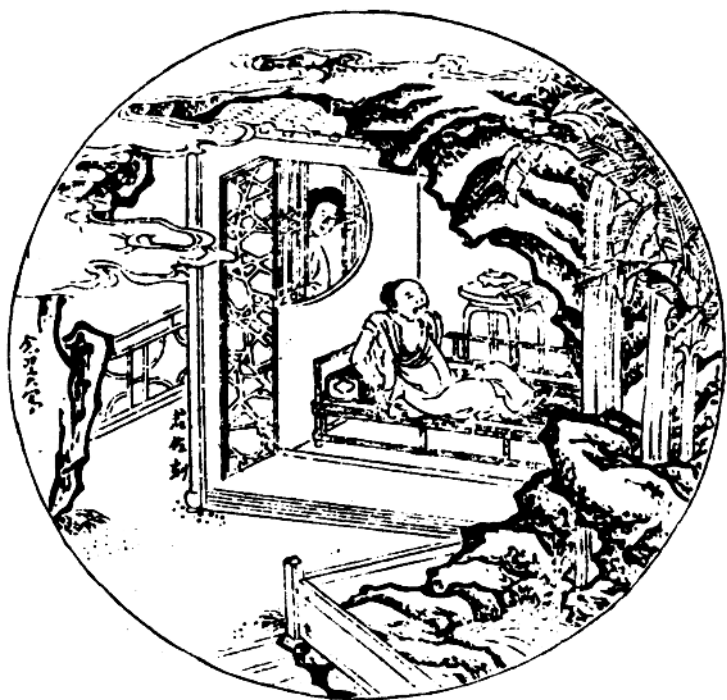


中国古代

房中文化探秘

◎ 樊雄 著





笠翁十种曲中的“比目鱼·巧会”

天地絪縕

万物化醇

男女构精

万物化生

《周易·系辞下传》

序

苏 屺

荷兰有位著名的汉学家叫高罗佩，他30年前在西方出版过一部研究我国古代性学的学术著作，书名《中国古代房内考》。这本书被西方汉学界奉为研究我国古代性学的出类拔萃之作。西方出版30年后，我国出版了译本。近年的“扫黄”如火如荼，却还是经批准出版了它的译本。最近施蛰存先生在《随笔》上发表一则“杂览漫记《房内》”，记此事，这儿不再多说。

《中国古代房内考》译本的能够被批准出版，自然不是因为作者是荷兰人，而是因为他是从历史学、社会学、人类文化学的理论和方法，对我国夏、商、周到明代的古性学作了全面的考察，结合对有关政治、经济背景乃至衣、食、住、器物、风俗、文学、艺术、宗教等社会文化背景，重点研究了古代中国人的性生活。论述取严格的学术态度，涉及淫秽部分，用了拉丁文。

应该感谢高罗佩，通过他的研究，恢复了我国古代性生活的本来面貌，有力地驳斥了过去西方学术界普遍认为古代中国人的性生活堕落、变态这种错误的论断。他用自己的研究成果，生动地展示了古代中国人的性生活健康、正常的这种历史真面目。

高罗佩用两章的篇幅研究了我国先秦时代人们的性观念。事实表明那是一种无拘无束接受人类自我再生产过程中的各种快乐，从本能的肉体结合达到崇高的情爱的观念，性被视为宇宙物质再生产过程的对应物，男女各有自己的位置，就像天空和大地，播种与活土。正是因为具有这种心底无垢意自宽的健康性观念，古代中国人的性生活，才不见其他古文明中出现的那些病态和畸型。

高罗佩的研究证明，13世纪以前，在我国性事是可以摆在桌面上公开谈论的话题，房中术小册子广泛流传。从北宋理学兴起，中经元代的变乱，汉人妇女为避凌辱藏守内室，到明代理学禁欲主义干预日常生活，人们的性生活才逐渐隐蔽。

在我国，反映古代性生活本来面目的性学图书大抵都已丧失殆尽，其实这也是民族文化遗产的一部分。高罗佩为他自己研究的需要，还客观上为我们勾沉和辑理了大量我国古代性学图书。如从日本古籍《医心方》中找到了我国已失传的古代房中术小册子《素女经》、《素女方》、《玉房秘诀》、《玉房指要》、《洞玄子》，以

及《房内记》中的“三十法”；还在日本找到了我国已失传的《玉女妙论》，在法国找到了敦煌文献《大乐赋》和明代道家房中术图书《纯阳演正孚佑帝君既济真经》、《紫金光耀大仙修真演义》等。他从东汉道家魏伯阳的《参同契》中发掘了可观的性学论述。从孙思邈的《千金方》中也发掘到了性学论述。他还千方百计找到和研究了西藏《秘宗大喜乐禅定》和《双修法》等等书籍和若干参考材料。正是因为他搜集到了尽可能多的研究资料进行研究，对我国古代性学的真面目有了可靠的了解，也才能驳倒西方汉学界以往在这方面的成见，并在比较中判断出《金瓶梅》、《隔墙花影》……等色情小说的性描写是低层次的肉体结合而无情爱色彩，根本不能正确反映古代中国人的性观念。

像这样的性科学著作，不是确实有益无害么，若再兼取一定的发行方式，就更加无害了。

《中国古代房中文化探秘》一书也是以科学的手段探索我国古代房中文化之秘，本质上非与这色那色相干也。

当然，议论、批评都是需要的。正确的批评能使事物更接近尽善尽美。

1993年2月于广州

前言 在房中文化神秘的面纱后面

拉这层纬幔的手是需要勇气的，
这只手即使有勇气也仍在发抖……

如同东方古文化其他分支一样，当你随着本书的翻动，一层层揭开中国古代房中文化神秘的黑幕时，你一定会惊叹不已——在这个古代文明的礼义之邦，最最隐秘的“房中”，原来竟会是那

样的……

似乎没有一个人如此大胆，竟敢把眼睛盯向老祖宗们造爱的地方；也似乎没有一个人如此好奇，竟敢专门探听老祖宗的房中隐私。古老中国的历史上，“性”早已沦为“万恶之首”，被判处终生监禁，就像古希腊神话中潘多拉的盒子，谁要是胆敢私自打开，里面所暗藏的疾病、疯狂、罪恶等祸患就会一起飞出，成为人间阻挡不住的灾难之源。

“恶魔”被囚禁于“房中”已长达两千多年！

对于中国人来说，下一代不知道也绝对不能打听上一代人的私生活，是天经地义的戒律。”长期以来，父辈对于辈的教养总是停留在口腔欲望，即“食”的阶段上，延续祖宗肉身的长高长大是其唯一的目的，而当生理上的“性”，已经萌芽，上一代却总是讳莫如深，极力回避，情愿让惶恐的一代“性盲”们在黑暗的深渊中无所适从。如此“非性化”状态，盖源于私人状态之不发达。正如汉语中“私”字总是代表不好一样，似乎“私生活”便含有“自私”“不道德”的意思。私人状态不发达，私人意识更无从产生，在没有私人基地存在的情形下，尽管中国人自云家庭观念很浓，但两代人之间的“亲”除了照顾或养育对方的“身”之外，对各自内在的私人状态，根本就乏善可陈。因而，中国人的下一代，很少能知道上一代的“私事”，更不可能在不同辈分的人面前将七情六欲形诸于色，似乎两代人之间压根就没有“性”的存在一样。

如此世代相传，在传统文化“男女授受不亲”的严格戒律下，甚至嫂子掉进了河塘里，要不要伸手救她，也成为一道道德辩论的题目，又有谁敢在人伦化的渠道之外，来谈论“性”，探讨“性”呢？一道神秘的门被紧紧关闭，成为这个老大的闭锁的社会最严加防范的封锁项目之一，“存天理，灭人欲”就是对“性”的

极端抹杀。凡触及到“性”的问题，便会从心理上使人感到畏惧和胆怯，或立刻摆下面孔缄口不言作道貌岸然状，或声色俱厉大发雷霆严加谴责，“性”不得不被迫从“公开”沦为“地下”，囚禁于密不透光空气混浊的密室中，千百年来不见天日。

我们老祖宗的“性”生活真相，到底是一个什么样子？他们的“性”行为方式是受什么样的观念支配？“性”的因素，在整个中华民族的历史上，究竟该占什么样的地位……谁要是敢提出诸如此类的问题，谁就会遭到群起而攻之，被指斥为大逆不道，冒犯神灵。

问题在于，对“性”的闭锁和压抑，反而使“房中”积压的“性”变态和发霉。在无“性”这个“正经”的主流后面，却弥漫着一一种泛文化的病态。譬如性禁锢最为严厉的宋、明时期，一方面是道德家们开口“万恶淫为首”，闭口“色是祸媒人”，另一方面适应王公贵族极度腐烂荒淫生活的“春宫”之术，却像毒菌一样泛滥滋生，成为一大社会毒瘤。中国社会对女人的贞操，苛求到“饿死是小，失节是大”的地步，而男人们却可以任意嫖娼狎妓，娶三要四妾。中国文化中找不出一张有价值的裸体画，却可以看到世界上最直接最赤裸地描绘性交形体的“春宫图”。“非性化”程度最高的中国人，“手淫”人数的比例最大，且更喜欢“口淫”——用口头谈论别人的性隐私来解馋；或者“意淫”——将别的男女的正常交往，尽量往很“脏”的地方去想……诸如此类，无论是狎耍童，御女车，人狗交，香莲品藻，还是花旗风，壮阳药，阉割术以及坐盆吹灰，守宫含砂……都无一不是这个“一本正经”的社会所干出来的。

潘多拉那个罪恶的魔盒并没有打开，然而性的“恶魔”却无处不蔓延。就说两性生活中地位最低贱的女人，低贱到可以随便

找个借口休掉，低贱到连个完整的名字都没有，却又因为“性”的原故，使她们强大到足以改变历史的地位！她已可以因一笑而使商纣王倾国倾城，已怀孕的赵姬从吕不韦手中送给异人便祸延秦皇显考，王昭君出塞可以牵动和平大计，杨贵妃得宠便导致安史之乱，吕雉、武则天、西太后……无一不是靠善用色相，凭床上功夫迷惑男人逐步窃取权力而贵为天下主宰……凡此种种，不难看出，尽管“性”在中国历史上，是一个被何等有意识地忽略的题目，但与儒家文化大力宣扬的廉耻心并存于中国历朝统治者身上的，竟还是想象不到的淫欲。

可悲的是，中国人却几乎从来不存在、也根本就不愿意搞清楚什么是——“性”。

其实，至少在宋、明以前，中国文化环境对男女两性问题并不是采取否定、抑制和厌弃态度的，换言之，那时“房中”的大门是敞开着。在性开放的氛围里，我们可以看到描写性交姿式的最古老的文字就是《易经》中的《咸卦》；《诗经·褰裳》中的“且”字，本意是指男人的生殖器，而《老子》中的“玄牝”则是指女人的生殖器；《礼记·郊特牲》中“会令男女，奔者不禁”描绘的是男女自由交配季节的壮观情景，甚而至于秦宣太后可以在与外国使臣对话时，以自己的性生活体验来打比方，陈国君臣敢于在朝会的大堂上轻松愉快地谈论彼此共同的情妇……起码在相当长一段历史时期内，深受先秦理性精神沐浴和推动的中国文化传统，对于两性文化绝不是像宋、明以后那样充满禁欲主义的陈腐，而是基于一个层次很高的价值体系之上，肯定“性”，肯定人享受基本官能欲望满足的合理性，在原始本能的生殖繁衍和人性的基础上，主张“乐而有节，则和平寿考”（《汉书·艺文志》），从而将对两性的认识纳入传统文化的养生价值体系之中，并孕育

产生出早期独特的房中术——不是追求纵情淫乐和色情猥亵，而是以节欲为前提的，相当严肃的养生文化之一种。遗憾的是，经过成百上千年封建礼教的浊浪冲刷和荒淫无度的王公贵族腐朽生活方式与思想观念的侵蚀，以追求身体健康和生命长寿的积极精神和人文色彩为主体的、古代朴素的“房中术”，已成为一个颇使人感到神秘、诱惑并颇带几分猥亵色彩的字眼，今人已很难窥视其真正的含义和全貌。有关房中文化的资料大都湮没于典籍与口碑流传之中，甚至在宗教的面纱下，始终蒙上一层神秘的外衣，产生出种种误解，致使这个领域至今还极为封闭，更远远谈不上被现代人正确认识和利用。

本书不企求成为一部系统完整的“中国两性情爱史”，更不希望被人误以为这是一部指导“床第之私”的“教科书”。而是因为偶然的机会不小心叩开了“房中”神秘之门，便情不自禁地被好奇心驱使，穿行于这个没有光亮的黑色洞穴，足迹遍至每一个隐秘的角落，渴望看个究竟。令我脸红的是，竟然看见了一板正经不苟言笑的老祖宗们，那么多令人瞠目结舌心惊肉麻的“房中”隐私（这简直是大为不恭的），同时，通过收集整理古代典籍中最有代表性的珍贵资料（如帛书，简书等），并运用一些养生、气功、导引等知识，从多角度对这些良莠混杂的“性”的资料，进行一次学理性的综合梳理，不再仅仅把“性”作为一种单纯的生理现象和欲望，而是从文化研究课题出发，将“性”视为非常独特的文化现象之一种，希望能从“房中”的线索，找到中国艺术尤其是一些基本哲学、政治、礼仪等观念的起源和根脉所在。

所以，我未经请示便冒昧地撞开了中国文化最隐秘的一道房门。21世纪的太阳已经升起，中国的“房中”再不应该是深不可测和阴暗潮湿的黑洞，我们需要的是将所有尘封已久的黑幕全部

中国古代房中文化探秘

拉开，在通明的阳光照耀下，用现代人的目光，亲自去鉴赏古代的神秘。

那么，如果你还有几分胆怯，就不应该面对诱惑只望“门”兴叹；如果你想真正了解中国人的全貌，就更应该毫不犹豫地大胆走进最隐秘的“房中”。

目 录

序

苏晨

前言 在房中文化神秘的面纱后面

第一章 中国人宇宙创生模型 ... 1

一、洪荒混沌的启悟 3

二、世界胚胎太阳神 6

三、创造人类始祖神 10

四、人之初天作之合 15

第二章 远古生殖神崇拜 19

一、感物而孕非必吞卵 22

二、生殖神崇拜的象征符号... 25

三、自由性交的狂欢节 29

第三章 阴阳哲学的诞生	35
一、玄牝之门天地之根	37
二、天地不交万物不兴	41
三、阴阳调合二元论	46
四、国粹互补思维	49
第四章 性观念开放时代	53
一、楚王的云雨梦	55
二、公开的男女闺房秘事	59
三、最古老的性科学	66
第五章 儒、道、释的性爱观...	73
一、只做不说的儒家	75
二、既做又说的道家	82
三、只说不做的释家	86
第六章 房中术的真面目	93
一、房中术释义	95
二、房中术的兴衰历程	100
1. 早期房中术热闹非凡	100
2. “中气真术”盛行一时	102

3. 修“元白术”忌行房事	104
4. 唐代女冠风流天下	106
5. 走火入魔之后	110
三、房中秘籍述要	115
1. 马王堆的奇特发现	115
2. 《黄帝内经》论生殖与节欲	118
3. 《汉书·艺文志》所录房中专著	119
4. 《抱朴子》的独特贡献	120
5. 《隋书》、《唐书》所录房中专著	121
6. 《千金要方》的精辟论述	123
7. 《医心方》集房中术大成	124
8. 宋元时期房中术著作	125
9. 明清时期房中术著作	127
四、中国古代房中术大师简介	128
第七章 合阴阳术概说	151
一、“戏道”之乐	154
1. 阴阳交感，男唱女合	155
2. 交接之道，出乎自然	157
3. 安心定意，以静为强	159
二、合阴阳之征候	161
1. 女子感阳之征候	161
2. 男子盛衰之征候	164
3. 十已之征	165

三、合阴阳之体态.....	166
四、合阴阳之节律.....	170
1. 交合动作	170
2. 交合声音	172
3. 交合节奏	172
五、合阴阳之禁忌.....	174
1. 自然环境禁忌	175
2. 交合时辰禁忌	177
3. 特殊身理状况禁忌	178
4. 道德禁忌	181
第八章 采阴补阳说.....	185
一、采“阴”何以补“阳” ...	187
二、方术之一：闭口吸精.....	192
三、方术之二：接阴将众.....	195
四、方术之三：相女之法.....	197
五、荒唐的采补术.....	200
第九章 还精补脑说.....	205
一、还精补脑的基本内容.....	207
二、男子固精之法.....	210
三、施精频率	214

四、还精补脑的实质意义.....	217
第十章 房中养生说.....	221
一、强烈的生命意识	223
二、上药三品精、气、神.....	227
三、行气聚精妙法.....	230
四、平实之方在节欲	234
五、全生以为上	240
1. 毕其数务在乎去害	241
2. 摄生之道当避损伤	241
3. 静躁刚柔各得其宜	243
4. 养生适性朴素自然	245
六、养生之要四季不同	247
七、养生文化再认识	251
第十一章 回春还阳说	255
一、衰微者皆伤于阴阳交接之道...	257
二、交接之病还以交接愈之...	263
三、道家行气壮阳功法	268
第十二章 房中求子说	273
一、结胎受孕之谜.....	276
二、房中求子妙法.....	280