

珍藏版

中國素女經



敬請合作  
本書不宜未成  
年男女觀看！  
夫妻共讀後，  
敬請妥為收藏，  
謝謝您的合  
作！

中國素女經





中國素女經



# 中國素女經

編 者：編輯部

---

發 行 人：朱福根

---

出 版 者：江南出版社  
台北市延平南路139巷1號之1

---

登 記 證：局版台業字882號



瞭解房中術之秘

春宵一刻值千金	50
四時與五臟	41
氣氛與情趣	36
養生與練氣	26
九淺與一深	20
多御與少洩	16
攝補與強精	12
陰陽與五行	8

強化性機能的人種體位	九法	145	108
<b>性交的基本態勢</b>			
房中術的重要過程		102	
從腳趾運動看性生活		96	
女性欲求的徵象		90	
女性的生理需要		86	
女性性感的測定		81	
性器的倫常		76	
性交的規則		71	
愛撫是藝術表現		67	
愛撫的必要		61	
心平氣和舒泰自然		57	



射精的抑制	253
令人心動的女人	248
如何才有好胎	246
女性行房的最佳時辰	244
男人精力的盛衰	230
洩精的次數與媚藥的處方	223
觸而不洩的妙用	212
性交基本姿式	185
洞玄子性技三十種	180
七損	165
醫治性衰落的七種體位	162
八益	147







中國素女經







瞭解房中術之秘

春宵一刻值千金	50
四時與五臟	41
氣氛與情趣	36
養生與練氣	26
九淺與一深	20
多御與少洩	16
攝補與強精	12
陰陽與五行	8

強化性機能的人種體位	九法	145	108
<b>性交的基本態勢</b>			
房中術的重要過程		102	
從腳趾運動看性生活		96	
女性欲求的徵象		90	
女性的生理需要		86	
女性性感的測定		81	
性器的倫常		76	
性交的規則		71	
愛撫是藝術表現		67	
愛撫的必要		61	
心平氣和舒泰自然		57	



射精的抑制	253
令人心動的女人	248
如何才有好胎	246
女性行房的最佳時辰	244
男人精力的盛衰	230
洩精的次數與媚藥的處方	223
觸而不洩的妙用	212
性交基本姿勢	185
洞玄子性技三十種	180
七損	165
醫治性衰落的七種體位	162
八益	147







瞭解房中術之秘



## 陰陽與五行

◎黃帝問素女曰：吾氣衰而不和，心內不樂，身常恐危，將如之何？素女曰：凡人之所以衰微者，皆傷於陰陽交接之道。爾夫女之勝男，猶水之勝火，知行之如釜，鼎能和五味，以成羹臠，能知陰陽之道，悉成五樂，不知之者，身命將夭，何得歡樂，可不慎哉！

黃帝問素女：「我氣力衰竭，脈理不和，終日憂心忡忡，總覺得危險將至，大限難逃，是怎麼回事？」

素女答：「這種現象是因為陰陽失調，性生活不當所產生的後果。女子精力強勝過男子時，就像火把火燒熄一樣，使男人招架不住。男女性生活，正像是烹調食物，必須水和火互相配合，才能煮出佳餚，作出熱烘烘的食物。能夠體認水火交融的道理，便能





盡嗜人間樂趣。否則，敗身喪命，那裡還有樂趣可言？性生活能不慎重嗎？」

黃帝就是歷史上的三皇五帝之一。三皇實指伏羲、神農和黃帝。

史載，伏羲氏發明八卦，窮研陰陽之道，創天地、日月和男女之說，並訂定婚姻大禮。其房中術有云：「天向左轉，地向右轉，男人必如天般向左轉，女子則向右轉，男人向下衝突，女子往上迎合。」這是指出夫婦性交時的基本體位。

黃帝是在黃河流域一帶，幾個大部落的領袖，根據史載，時在紀元前二五五〇年左右。黃帝賢能聰慧，發現指南針原理和太陽運行系統。並觀察地上留下的飛禽走獸爪痕及蹄跡，分辨其異同，而發明造字原理，啓文明記事之肇端。

更重要的是，黃帝和歧伯等六位名醫，完成了醫學重典——黃帝內經一書。歧伯受尊爲「天師」，是黃帝的醫藥顧問。

黃帝由於出入後宮，御女多而不得法，年僅五十歲左右，便覺得虛虧，於是先後詢問歧伯和素女。

據黃帝內經，上古天真論篇載：「余（黃帝）聞上古之人，春秋皆度百歲，而動作不衰。今時之人，年半百而動作皆衰……」，歧伯答說，以前的人之所以長壽，乃是因