

后东升 樊丽丽 主编

SEX
QUOTIENT ♀

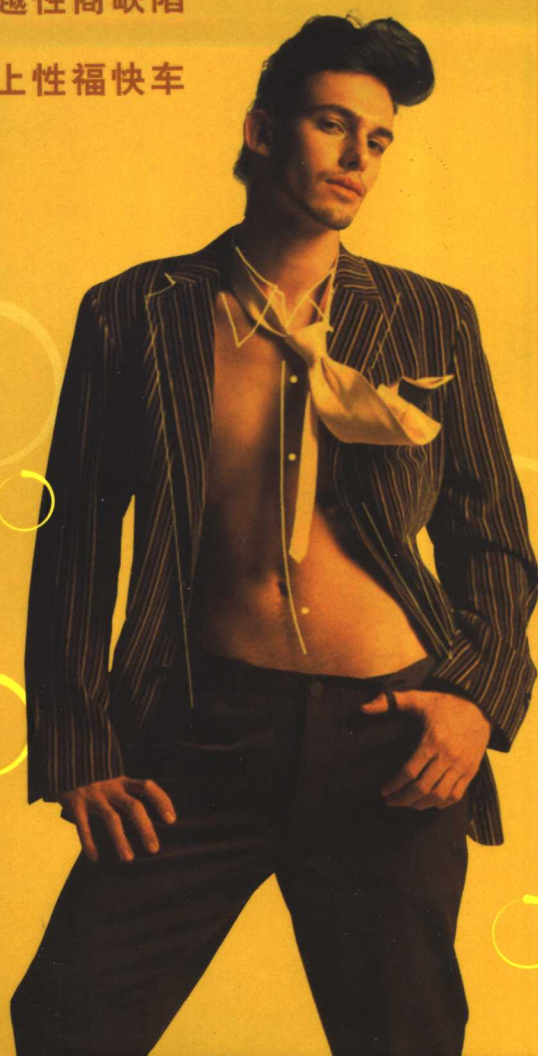
性商的文化解析

与女人相处的秘诀

如何提高男人性商

超越性商缺陷

登上性福快车



性商

男

人

篇

海天出版社

性商

SEX
QUOTIENT ♀

性商的文化解析
与女人相处的秘诀
如何提高男人性商
超越性商缺陷
登上性福快车

男

人

篇

海天出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

性商·男人篇/后东升 樊丽丽主编. —深圳: 海天出版社,
2006

ISBN 7-80697-575-6

I.性... II.①后... ②樊... III.男性—性知识—IV.R167
中国版本图书馆CIP数据核字 (2005) 第091046号

海天出版社出版发行

(深圳市彩田南路海天大厦 518033)

<http://www.htph.com.cn>

责任编辑: 陈邢准

封面设计: 谭韦伟 责任技编: 卢志贵

责任校对: 吴昊 邮购电话: 0755-83460397

潮安县古巷兴业彩印厂印刷 海天出版社经销

2006年1月第1版 2006年1月第1次印刷

开本: 787mm×1092mm 1/16 印张: 21.25

字数: 250千 印数: 1-6000册

定价: 28.00元

海天版图书版权所有, 侵权必究。

海天版图书凡有印装质量问题, 请随时向承印厂调换。

前言



与学术界或社会上流行的性商概念有所不同，本书中男性性商的概念，主要是指一个男人对女性展现的性魅力和性交往能力，即吸引女性和与女性交往的能力。

生活中的男性可分为这么几种：一种是既缺乏性魅力，也缺乏性交往能力，缺乏女人缘；一种是有性魅力，但缺乏性交往能力，这种男性往往被性交往能力高的女性所俘获；一种是有性交往能力，但缺乏性魅力，这种男性往往把性魅力高而性交往能力差的女性俘获；一种是既有性魅力，又有性交往能力，这种男性往往与既有性魅力又有性交往能力的女性一拍即合。

对男性来说，性商中最重要的是性交往能力。

按照本书的分析，在男性当中，性商最高的当然是既有性魅力，又有性交往能力；其次是有性交往能力，但缺乏性魅力；再次是有性魅力，但缺乏性交往能力；最后是既缺乏性魅力，也缺乏性交往能力。

性魅力和性交往能力的形成和提高有着复杂的条件，其中有些是先天具备的，也有一些是后天培养的。性魅力中先天的因素多一些，性交往能力中后天的因素多一些。但无论先天条件如何，后天的培养、有意识的训练是最关键的。

+++ 1

本书就是一本指导男性如何提高培养和提高性魅力和性交往能力，从而提高性商的图书。

目 录

性商的文化解析

▶▶ 男性性商的现代意义	2
▶▶ 关注男人性商	5
◎ 性商, 首先让男人更关注自己	5
◎ 性与生命同在	6
◎ 性商的科学解析	7
▶▶ 好色男人的性商哲学	11
◎ 性选择而非道德选择	11
◎ 辩证看好色——善待性爱	12
▶▶ 茫然无从——性商之祸 : 徐志摩案例分析	15
▶▶ 怯懦软弱——性商之苦 : 胡适案例分析	19

与女人相处的秘诀

▶▶ 走进女人	22
◎ 男人 : 女人 = 2 : 3	23
◎ 奇妙的第六感觉	25
◎ 微妙的内心世界	27
◎ 男女性商之差异	28
◎ 自我中心的女人	33
◎ 传统依恋型的女人	35
◎ 女人性商中的肌肤之恋	37
◎ 女人裸露的性商意义	39
◎ 女人万花筒	40
◎ 女人最喜欢什么	47
▶▶ 洞悉女人	50

+++ 1

目 录

性商 男人

◎ 性商——拉锯战	51
◎ 女人“吻”的性商意义	52
◎ “缘”，女性性商中的死穴	54
◎ 耳朵性商	57
◎ 小帮忙，大收获	58
◎ 女性性商的生理依据	59
◎ 海底的针——女人说不	61
▶▶ 理解女人	70
◎ 女人的性商依赖	70
◎ 烛光、红酒、音乐，女人性商的兴奋点	72
◎ “性福”，女性性商的盲区	75
◎ 女人的幸福有多种	77
◎ 女人的性商需求	77

如何提高男人的性商

▶▶ 阳刚背后的男人性商	92
◎ 男人性商的起点：阳刚之美	92
◎ 刚阳之美有着内在的吸引力	94
▶▶ 鲜花插在牛粪上——缺点竟变成性商王牌	95
▶▶ 你的嘴巴何时成为性商魅力的第一源泉	99
▶▶ 幽默——性商的最佳调剂品	103
▶▶ 魅力性商的第一外壳——衣着	107
▶▶ 男人性商敏感测试机——女人的细小兴趣	111
▶▶ 魅力男人的礼仪风度	113
▶▶ 女人眼里，慷慨一定是高性商吗？	117
▶▶ 性商高手巧用“二人一体”的组合	123
▶▶ 夜晚性商知多少	125
◎ 夜间的“性福”生活	127
◎ 夜晚的企盼	129
◎ 夜间的低声细语	132

◎ 夜间的汽车——性商得力助手	135
◎ 夜间的特别场所	137
▶▶ 性商兵法	141
◎ 打情骂俏叫人陶醉	141
◎ 适度的伤心	142
◎ 愤怒助长爱苗	142
◎ 卖弄才华	142
◎ 欲擒故纵	143
◎ 建立忠诚品牌	143
◎ 分手法则	143
▶▶ 接近女性的技巧	144
◎ 接触女性的具体技巧	144
◎ 与女性搭讪的技巧	147
◎ 表露你的爱	148
◎ 拍拖小技巧	153
◎ 怎样追女孩子	155
▶▶ 性商实战——“坏”到好处	160
◎ 让她处在被动位置	161
◎ 温柔之余	162
◎ 敢于批评高傲的她	163
◎ 自我主张	163
◎ 给她一点小刺激	164
◎ 适度的沉默	165
◎ 冷水效应	167
▶▶ 约会心理战	170
▶▶ 求爱时的性商策略	172
◎ 大胆行动，主动进攻	172
◎ 行动自然，切勿装模作样	174
◎ 摆出悠然自得的架式	175
◎ 赞美与奉承必然大动其芳心	176
◎ 神奇性商武器——笑脸	178



超越性商缺陷

▶▶ 乖男的性商缺陷	182
▶▶ 男人性商的第一关——克服性无能恐惧	185
▶▶ 性商的致命打击——情感脆弱性	189
▶▶ 克服性烦恼	193
▶▶ 性商的最后一关——抛开你的恶习	196
▶▶ 性商中的硬伤——小气恋情	199
▶▶ 不要不会示爱	203
◎ 含蓄暗示式示爱	204
◎ 语言暗示	204
◎ 直露明示式示爱	205
▶▶ 性商白痴	207
▶▶ 不能停止的脚步	209
▶▶ 男人，放下你的“自尊”	213
▶▶ 网络：性商新挑战	214
▶▶ 别太奢求	218
▶▶ 期待极乐	220
▶▶ 温柔，你真正懂吗？	222
▶▶ 口臭：“性商”灭火剂	224
▶▶ 男人——无法拒绝的魅力	227
◎ 男人的放荡不羁	227
◎ 女人看不清的男人	228
◎ 成熟的男人	229
◎ 具有叛逆性的男人	230
+++ 4 ▶▶ 坏男人的性商误区	234
◎ 粗暴的男人	235
◎ 刻薄吝啬的男人	235
◎ 粗鄙不文的男人	235

◎ 拘谨失态的男人	236
◎ 独裁的男人	236
◎ 说谎的男人	236
◎ 花心的男人	236
◎ 自私的男人	237
◎ 害羞而不自信的男人	238

登上性福快车

▶▶ 开启性爱之门	240
▶▶ 性福生活要素和形式	243
◎ 性福生活三要素	243
◎ 恋爱或婚姻的七种形式	244
▶▶ 性,何必完美	246
▶▶ 性商的雅与俗	248
▶▶ 性选择	250
◎ 生理方面	251
◎ 心理与行为方面	251
◎ 社会背景方面	251
◎ 性习惯与性模式的协调	252
▶▶ 寻找她的性敏感区	255
▶▶ 走进性高潮	262
◎ 性反应周期分为几个阶段	263
◎ 女性性兴奋期的特点	265
◎ 性高潮	266
◎ 怎样才能辨识女性达到性高潮	269
◎ 为性福插上翅膀	273
▶▶ 生产你的完美性爱	276
◎ 浪漫性爱	276
◎ 性爱沟通	278
◎ 性交流要真实	281

+++ 5

性商 男人篇

◎ 夸奖对方	284
◎ 下次更好	286
◎ 粗话效应	288
▶▶ 直面初次性交失败	291
◎ 初次性交失败的原因	291
◎ 重建正常性生活	292
▶▶ 增进性商的办法	294
◎ 饮食	294
◎ 运动	298
◎ 冷浸睾丸	299
▶▶ 性福的必经之路——性嬉戏	300
◎ 性爱抚	300
◎ 性游戏	302
◎ 性游戏注意事项	304
▶▶ 在多变中寻找新奇	306
◎ 性厌倦	306
◎ 性变化	309
▶▶ 感受美妙的第二次	311
▶▶ 姿势选择的主诀窍	314
◎ 为性福而选择	315
◎ 性福来自变换	316
◎ 只要快乐	317
◎ 告诉你几种性交体位	319
▶▶ 好男人应该给女人一生的激情	322
▶▶ 附录 给你的“性商”打打分	324



性商的文化解析



此为试读, 需要完整PDF请访问: www.ertongbook.com

人们都知道性，但谁能回答什么是性商呢？

在人们眼里，性商就其概念而言，是一个新事物，但其所涵盖的内容，则已经早就存在于有关性的各种文化中。人的性是人类的最原始的欲望和本能，但性本身也是一种特定的社会文化现象，不同的文化背景有着不同的性文化，存在各种各样的性观念，性理解的差异。正像人们的饮食文化一样，性行为也同样有许多社会规范、人们的道德观念直接影响着它的形成和发展。所以，人类的性行为，在不同的时代、不同的社会发展时期，受到不同的道德观念和制度的制约。性文化的产生、发展是一个历史的过程，并仍在发展之中。性商的提出和研究表明，决不能单纯地谈性，必须站在时代的高度，既要具有现实意义，又要具有超前性。

男性性商的现代意义

中国医学专家在男性生活质量全国调查的记者会上，首次提出“性商”概念。那么性商的内涵是什么？性商对现代人的意义又是什么？性商是否只是情感的延续和变异呢？我们先来看一些相关报道。据中国有关部门2000年的调查，目前20~60岁的中国男性在婚姻或同居中，只能把每月超过1次的性生活频率维持到平均49岁。到49

言，性既包括性渴望度、勃起功能、持久能力等自身能力，帮助配偶达到性愉悦的能力，还包括运用自我调适的能力。

现在有人把性商的概念单纯定为是生理基础上，仅仅是医学层面上的。

但本书认为性商绝不仅仅是单纯的医学用

语。性是历史和文化的变量。在人类生活领域中，同许多其他行为相比，性是最受社会文化影响的一种行为。人们之中的任何区别，无论是性别还是性取向的区别，都是由文化和环境的不同造就的，是可以通过对现存社会环境的改变加以改变的，在社会建构主义看来，性实践、性欲望和人类的亲密形式不再是“自然而然的”，而被视为由社会造就并且是由社会来加以规范的，是社会文化的产物。同时我们认为应从医学角度探讨欲望作为一种社会行为是如何形成的，是如何组织起来的，又是被怎样解释的，欲望是如何被制造出来，又是如何被消费的，这一转变是从内部转向外部，还是由外部刺激转向内部机制？但是我们认为这样的讨论对男性大众的意义并不大，仍然不能解决众多男性的性困扰和性尴尬。

人有多种智慧，但只有三种最重要，即智商、情商与性商，前两



+++ 3

性商 男人篇

一个决定着你的事业，你是否能成为一个成功的男人；后一个决定着你的性福、婚恋，是否拥有吸引异性的男人魅力。只有性商与智商、情商的完美结合，你才是真正成功的男人。正如围城中的方鸿渐，虽然颇受女人欢迎却仍然没能得到最适合自己的，自己最喜欢的女人。他取的妻绝不是他心目中的所期所盼，所以只好在“围城”中孤独苦闷地徘徊着，抑郁终生，叹息一生。难道男人和女人真是世界永远解不开的谜吗？对于男人，女人是一个神秘的领域；对于女人，男人是一个古怪的东西？正如在现实，有的人很容易找到自己的性伴侣，有的人却苦苦追寻而难有其果。

其实这一切都是性商在作怪。本书就告诉你什么是世俗生活中的男性性商，即你在了解自己的性喜爱性偏好的背景之下，提升对异性的判断力、观察力、选择力；增强自己的男人魅力，吸引女性、俘获女性，使自己真正找到男人的性福生命。

关注男人性商



性商，首先让男人更关注自己

社会已经进入 21 世纪，各种新生事物如雨后春笋般出现，难道性商的提出也是在随波逐流，随众人之口而说出，其实并不是这样的，对于这个问题的认识，专家彭晓辉说：“性商的概念的提出不是吃饱了撑得没事干，而是因为我们的社会发展到了这个阶段，从性文化建设角度来讲，从学科发展来讲都是必要的。随着我国改革开放和社会经济的发展，人们生活水平提高了。但生活水平提高了并不等于生活质量提高了，也不等于性生活质量提高了。”

彭教授所言不差，男人，为数很多的男人，性方面问题多多，他们的生活质量，尤其是性生活质量跟我们的经济发展水平不相称。性生活是男人和女人之间的事，男人性生活质量不高，性能力低下，甚至是性无能，或是阳痿，女人会是什么样的痛苦？在性领域，男人所承受的负担就比女人更重，因为男人必须主动，承



+++ 5

性商的文化解析

担着性生活绝大部分的责任，承担勃起的重任。为的是不在性伙伴——女人的眼里失落自己。他们，男人，一旦走进性无能的状态，便会感到恐惧、虚弱、自卑，有了这样的情绪，他们的呼吸便会窒息。没有性能力，便意味男人的死亡、信心的丧失。是对男人最大的打击。

这是因为对男人来说，性，非是单一的性也，性所承载的还有男人的自信和尊严。一个对自己的性能力没有自信的人，甚至不可能在工作中有出色的表现。即使偶尔丧失性功能，也足以使任何坚强的男人瞬间生活在恐惧之中。

在所有刚强男人看来，人所有的价值和品质中最重要的一点是骨气和勇气。要以勇敢的精神面对现实，尽管现实充满凶险。对待人生，应如斗牛士那样无所畏惧，保持“压力”下的优雅风度。强调男人个人的自尊和勇气，是男人性格的共同之处。海明威的硬汉“语录”几乎全世界都知道：“人不是生来被击败的。人可以被毁灭，但不能被击败。”但当男人的性功能出现问题的时候，没有人不被击垮。性的能力承载着男人所有的现实能力。

性与生命同在

“存在于无意识之中的性本能是人的心理的基本动力，是支配人命运，决定社会发展的永恒动力。”（弗洛伊德）我们人类是对性专一的动物，也是最有性欲的动物。的确，我们用诗、歌、广告赞美性，我们想着性，为它策划，为它作准备，我们听任它出现，幻想它出现。我们每一个人都曾为它兴奋，被它折磨，为它发疯。如果仅从繁衍后代的角度来考虑问题，人类的性与生物界的性，没有本质上的差异。使我们人类的性复杂起来的原因在于和地球上的其他生物相比。不幸的是性与文明是一对抗体。中国就是这二者关系调试不良的重灾区。“存天理，灭人欲”六个字让中国在宋朝以后处于性压抑的状态。这种状态好像渗入我们的基因之中，否则就无法解释在改革开放如火如荼的今天，我们依然有不少人还要偷偷摸摸谈性，甚至谈性色变。

中国性学专家认为，除了饮食结构不同外，历史、社会、教育背景也是导致中国男性“性商”远低于欧美男性的原因。例如，欧美人10岁就开始接受性生理教育，但大多数中国人到高中时才有机会接受青春期教育，而且其中也很少涉及性和性健康方面的内容。中国男性性活动能力不如欧美人却是无法否认的。事实俱在，所以今天我们必须面对，必须关注中国的男性性商。如果我们再冷漠下去，那么我们将陷入难以自拔的困境。

性商的科学解析

“食色，性也。”孔子用四个字将性生活在人类生活中的特殊地位言简意赅地表述出来。绝妙！吃不上饭，人会饿死。那不能做爱，或没有能力做爱呢？人就会疯。家住北京的胡某在一舞厅被一三陪小姐讥讽为性无能，这一下正中胡某伤痛之处，胡某正因自己的性功能障碍久治不愈而产生变态心理，顿时在舞厅将三陪小姐杀死，酿下一起悲剧。作为人的本能之一，无论男女，性功能的缺失或得不到



满足都会使他们的生活变得黯淡无光，造成心灵的变态和扭曲，从而给家庭和社会带来危害。或许有人会问：作为个体的人，他性功能的好坏、有无，怎么会影响到我们庞大的社会体系？是的，答案是肯定。性与社会，原始冲动与文明之间的永远是冲突的。只有通过调整男女之间的关系，使性变得自由和健康，一个国家，一个民

+++ 7

性商的文化解析