

# 1. 他们从来不告诉你的性知识

## 台湾学校性教育之不足

台湾的中学生据说都接受过「性教育」，但台湾的性教育基本上把「性」当作一个生理的概念，这种「性教育」对人们最关心的性的「社会—心理」层面甚少提及。即使是生理层面的性知识，学校也提供得不多；比如说，一般人看了生殖器官图解后，仍然不知道异性性器官究竟是什么样，因为书本上的图解不是真实的照片，只是粗略几笔的解剖图。大部分女生由于自己阴户位置靠近肛门，没法看到，以致于连自己生殖器的模样都不知道。

学校教育为什么不教人们最关心的性知识呢？本章就是想要对这个问题提出解答。

## 「社会大学」性教育之错误

有的读者会想，其实也不用学校来教，我们照样可以从街头巷尾、朋友同学、小说电影中得

到性教育。

的确，「社会大学」有提供了某种「性教育」，但是这种教育的内容几乎全部充满了错误的知识。许多自以为很懂的人，其实相信的都是毫无根据的神话。

### 没有真正的性教育是社会控制的结果

学校教育不提供性知识，「社会教育」提供错误的性知识，这样的现象当然不是偶然的。他们从不告诉你的性知识，其根源关乎整个社会结构的权力分配，权力的宰制关系，即支配、压迫关系。他们从来不告诉你（或告诉你错误的），是一种社会控制。因此，我在这一章中要讲的性知识就是要解开社会控制的哑谜，是通往个人自我解放与集体解放大门的一把钥匙。

以下是一些经过选择的性知识，主要是为了例示下节的分析而作的选择；为了方便已经熟悉这个话题的读者，全文都有小标题。

有两件事先要澄清。

### 「性」、「男」、「女」都不单指生理概念

「性」在这本书里指的不是生理上的性，也不单单指「性交」方面的性，而是泛指男女两性

的性。所以，「性知识」不应该局限于有关性交或性心理方面的知识，而也应该包含两性关系（权力关系、交友关系、性生理关系等）与家庭关系（亲子及夫妻间的权力关系）；同理，「性教育」也应该泛指两性关系与家庭关系的教育，例如，恋爱交友的教育、男性或女性特质的形成、同性恋、家庭构成等等一切有关「性」、性别、两性的知识教育。

但是在这一节里，我比较集中于「性交」方面的性的讨论，而且特别集中于男人。

「男」、「女」在这本书里面，也不是指生理概念的男女（有阳具或阴核的人），而是指社会概念的男女，也就是扮演一定社会角色的两种人群。我们不是常听人说「某某不像个女人（或男人）」吗？这句话的意思就是说，某某在生理上而言是女人（或男人），但就社会角色而言不是女人（或男人）。社会角色就是在一定的社会位置上所执行的职能：像「男主外，女主内」这样的俗语就粗略地表示了「男」、「女」这两种社会位置，和它们的职能。

把这两点讲清楚后，我们就要开始「性教育」。

### 精液不会「灯枯油尽」，多泄无妨

首先要扫除一项流传很广的神话，即，精液是男人身上的「精髓」、「精华」或「很营养的东西」、「不宜耗费的東西」。

所谓「精液」包括为了生殖作用的精子，以及一些分泌。人体有自动制造精子的机能，如果在一段短时间内泄精多次，精液中的精子数量就会一次比一次减少，因为短时间内人体补充制造的精子数量有限，所以精子会递减，甚至分泌的润滑液也不多。也许有人会问，会不会泄精太频繁以致于因无精可泄而泄出血来？这是不可能的，因为正常人泄精需要某一程度的兴奋勃起，而泄精之后通常需要一段时间才能勃起，而如果已泄过数次，再度勃起所需的时间则愈长，所以人体总会有时间来补充精液的。如果「泄」出血来，则表示生殖器有疾病或受伤，和多泄精无关。

### 忍精有害无益

如果不谈生殖作用，精液对人的价值和尿相去不远，多泄几次尿，是不会「伤身」的——只要你能泄得出来。当然如果有人有尿不泄会对身体有害，那么人如果有精不泄呢？这要看情形，如果人是在性交与手淫中，「忍精」不泄，很可能会造成神经性的疼痛，不过这是因人而异，也因兴奋程度而异。总之，「忍精」是有害无益的。所以泄精就和泄尿一样，没什么了不得的。有人或许以为中国人之所以把精液看成很营养很重要的东西，是因为「精」这个字。但我们不也有时把屎粪称为「黄金」吗？怎么没有人认为那是很宝贵的东西？我想我们把精液当作宝贝的基本原因，并不在于「字」。那么在于什么？下篇文章再谈。

## 手淫对生理无害

和害怕泄精有关系的另一件事，是害怕手淫。许多男人认为手淫有害、伤身……等等，主要的原因之一，是因为认定泄精有害、伤身。另外，男人认为手淫会造成「早泄」、「肾亏」、「神经衰弱」……等等。男人手淫会不会造成早泄呢？这涉及「早泄」究竟是什么意思，等一下我就要谈这个问题。但在这里我至少可以告诉男性读者，手淫在生理上是不会造成早泄或对阳具造成任何伤害。

## 手淫不会造成冷感

有人说女人手淫会造成性冷感，这也是没有根据的。这些人的理由是：女人若总以触摸阴核的方式手淫，久而久之，女人就无法从性交中得到高潮（所谓「阴道高潮」），只能有所谓的「阴核高潮」。其实阴道高潮这个说法究竟是男人的幻想，还是真有其事，尚无定论。至少在我们看来，女人能否达到「阴道高潮」和她性交的经验多寡有关，和手淫无关。那些只以手淫来发泄性欲、但只是偶尔为之的女人，多是「守贞」型的未婚少女，她们性经验贫乏，性幻想缺乏，平常不愿「想入非非」，她们一旦开始性交生活，由于过去的「守贞」观念的遗毒，在性交过程中，采取被

动等待的态度，也不会利用性的幻想、言语动作（所谓「骚态」）使自己高度兴奋，有时还因为害羞、拘谨、罪恶感，更影响兴奋程度，在这种情况下，根本难达到高潮，这种不常手淫缺乏性经验的女人才容易给人「性冷感」的印象。

### 手淫无罪

未婚少女手淫是很普遍的，但她们往往认为这是一件罪恶肮脏的事，故多少少女会投向宗教，一方面在宗教活动中和少男交往而达到变相的性满足，另一方面则是罪恶感的驱使，希望「赎罪」，也希望借神佛的力量停止手淫。例如，当牧师在讲坛上说：「人人有罪，你们扪心自问，你无罪吗？」少男少女总会惭愧低头想：「我手淫，我有罪。」其实这是对基督教教义的曲解，但这里不谈这个问题。（以上所说并不表示少女信徒不虔诚，而是指出往往她们异乎寻常的虔诚，其背后有什么可能的心理因素。）

### 女人手淫有益性生活

经常手淫对性生活其实益多害少，我等下会详谈为什么，但就女人而言，有较多手淫经验的女人较易达到高潮。此外男伴在性交时可先用手淫助女方达到高潮；不过很多时候因为男方用手

淫方式助女方达到高潮的过程太久，等到女方有了高潮需要男方插入时，男方阳具已经不再勃起。可是，经常手淫的女性，有较多且丰富的性幻想，因此在性交时容易以性幻想帮助自己达到高潮。因此，女方若有很多手淫经验，这个过程就不会太久，男方也不会有勃起的问题。

### 手淫的定义

手淫如果不会造成男人早泄，女人冷感……，那么手淫究竟有什么坏处呢？首先，我首先要说清楚，这里讲的「手淫」，不是指那种性交过程中为求性满足的「手淫」，后者的「手淫」是良好性交的一部分。这里讲的「手淫」是指男或女独自达到性满足或高潮的行为，并且以这种行为为代替性交。换言之，「手淫」指的是男或女没有真正性交对象，只好独自发泄的行为。

### 手淫对心理的坏处

未婚男女经常手淫的害处在于养成一种被动的态度，缺乏开创性的性格，这主要是因为手淫者接受社会规范，不敢或懒于追寻性交对象，只求「抄捷径」了事。换句话说，经常手淫的害处和「听话做乖小孩」的害处是一样的，也是同一原因造成的。我在下一篇为什么他们不告诉你科学的性知识》会谈这个原因。

## 手淫会伤身吗？

经常有人认为手淫会造成：精神恍惚、头昏眼花、精神衰弱、注意力不集中、情绪消极、抵抗力（身体抗菌力）减弱，以致于影响读书工作及身体健康。

这是一个似是而非的说法，需要我们仔细分析一下。

首先，手淫和抵抗力有没有关系？很多人说手淫过多后，就容易生病，是真的吗？我的答案是，有些情况下，手淫和生病是伴随发生的，但手淫并不造成身体抵抗力降低，这怎么说？原来人手淫有很多原因，有时是因为性欲冲动，有时是心绪不宁，心里缺乏安全感，或外界有挫折。手淫可以逃避现实，因为手淫可以带来高潮，在那一刹那，人可以把烦恼、寂寞、无聊、忧愁、焦虑，抛诸脑后，其作用和鸦片、大麻、酒精：等相同（性交、大吃大喝都可有同样的效用）。

总之，在心理有困扰的情形下，有人会用手淫来逃避，可是在心理有困扰的情况下，人体抵抗力也自然会降低。心里闷闷不乐，人就容易生病，是大家都知道的事。这样说来，手淫绝不会造成抵抗力减弱，但手淫和生病有时却会伴随发生。

### 当手淫成为强迫性行为

心里有困扰基本上会降低人的性欲，甚至造成性无能，我们确实看到许多因心理困扰而性欲减低的情形。但是也有些人用手淫的方式来应付心理困扰，在这种情况下，手淫是一种无法自制的强迫性行为。

### 手淫与精神衰弱

还有一种说法是，人因为手淫才造成心理困扰，闷闷不乐，以致于引起抵抗力减弱。可是手淫必然会造成心理困扰吗？这要视人而定了。

如果你相信手淫会造成性冷感或早泄，如果你相信手淫是犯罪或不道德，如果你相信手淫会因泄精而伤身，如果你相信手淫是「坏事」，那么手淫就必然会对你造成心理困扰。由于你担心手淫的「害处」，又怕自己再犯「不能自拔」，你就整天在那里「天人交战」，心里惦念这个问题，这就特别容易造成精神衰弱、忧郁等精神官能症。如果你因此头昏眼花、精神不能集中、情绪消极，那一点也不奇怪的。

很多为手淫所恼的是青年学生，通常他们花很多时间在读书上，很少时间在运动上，缺乏运

动本身也会造成头昏眼花。另外枯燥的课业，偏重记忆式的学习本身就会让人难以集中注意力。如果学生只是奉父母师长之命升学读书，本人没有强烈的学习动机，当然也会造成情绪低落，兴趣缺失的现象。

工厂的青年工人如果从事的劳动只是局部性的（例如长时间坐在椅子上用双手活动），同一动作的反复劳动，不但会引起肌肉关节方面的生理伤害，也会造成头昏眼花这些毛病。这和手淫并没有关系。

### 手淫与精神集中

有一些人因为所处环境不同，受到外界的性刺激比较多，有些则处在较「保护性」的环境中，受到的性刺激比较小。前者因为受到刺激多，比较常性冲动，如果有性冲动而无解决对象，只好诉诸手淫，万一此人又相信手淫是「坏事」，她或他就会花很多时间精力在苦恼、担心这个问题，同时也会发展出一种用幻想满足愿望的心理，故喜欢做白日梦发呆，但这和手淫本身其实无关。

### 环境对性欲压抑能力的影响

人生长的环境不完全都是一样的：比如，有些人小时候看黄色漫画或武侠小说，有些人不看，

而这些读物经常有「性」，这就造成性启蒙与性刺激。有些人生长在下层社会中，从小就可以看到妓女接客、或听小流氓讲性经验，他们就会和上层社会出身的子弟所接受到的性刺激不同。凡此种种，都会造成不同集团间，以及同一团体的个人之间，对性欲的控制及压抑能力有差异。同理，社会中也会有一部分人比较不为手淫所恼，她或他可以压抑及控制住性欲的冲动，没有频繁的手淫以及因手淫而引起的心理困扰。

大体来说，中产阶级对子女有较严格的纪律教养，故在压抑子女性欲上多是成功的。可是性欲的力量非常强大，单单「围堵」而不「疏导」是不行的，换言之，性本能的冲动要有一些「出口」来渲泄。青少年的性冲动是最强烈的，也因此一旦压抑成功，往往能让他们做出以后人生阶段难以做到的事。我们已经看到青少年投入宗教团体过度虔诚的宗教生活，但这并不是最主要的社会现象。

青少年学生如果能压抑性本能，她（他）们也往往能过相当枯燥的学习生活。学校像军营的纪律生活，琐碎、记忆性的课业，根本不适合富创造性、特立独行的学生，这种学生必须在学校中学习到他是个「坏」学生这个事实，出了学校入了社会后，他才能自然地安于他的社会位置，接受过去学校中「好」学生的宰制（支配、压迫）。

乖孩子就是性压抑成功的少年，她（他）们也因着压抑，能做一些别人所不能做的，忍受别

人所不能忍受的。禁欲的神父修女所以能有极大的爱心与耐心，起初也是因为同一原因。乖孩子因此可以适应纪律生活，和长时间反复记忆、练习一些琐碎的东西。因此，乖孩子就容易成为好学生。当然乖孩子自己可能不清楚自己为什么「乖」，也看不出来自己的「好」基本上是父母师长主观的判断，而非一项客观事实，乖孩子只会以为，他之所以成为好学生，是因为他的努力与聪明。乖孩子对自己的这种自我意识是重要的，因这个自我意识要投射为全社会的意识，而不仅仅是使乖孩子安于宰制他人的社会位置而已。这个自我意识（即，优胜劣败是「自然」淘汰，而非「人为」的）也使第三世界边陲国家的乖孩子，在中心国家（如美国）充当高级苦力时，能安于其位。

青少年工人如果把性本能压抑得十分成功，她（他）们比较能忍受恶劣的工作条件，能从事劳动强度高的工作，也较服从工厂纪律。

### 社会控制与意理（意识形态）

手淫怎么会和这么多事相关？手淫和社会结构有关不是偶然的，想想看，一般人对手淫的错误看法是怎么来的？还不是社会的教导！校外告诉人错误的手淫性知识，学校不告诉人手淫的性知识，是为什么？有什么目的？

我们已经在前面的讨论里，窥见一点社会控制的目的，但这只是冰山的一角，等下还要再详谈。而以上那些错误的性知识与迷信就是所谓的「意识形态」或「意理」。

意识形态如果只是社会单方面的教导，只是单方面的洗脑或灌输，就不成为意识形态。意识形态是人亲身所「体验到的经验」。这就是为什么很多人会赌咒告诉你，他因泄精过多而身虚，手淫会造成早泄是亲身体等等。君不见广告上总写着「弟因年幼误犯手淫，以致有早泄等毛病」云云，这个病人不待诊断已经自知病因了呢。

男人手淫从纯粹生理刺激的过程来看，和性交没有两样，如果手淫在生理上会造成早泄，性交在生理上也会造成早泄才是；所以男人若怕手淫造成早泄，也应怕性交造成早泄才是。下面就让我们来谈早泄问题吧。

### 绝对早泄与相对早泄

男人是很怕早泄的，当然他们也怕泄精太多而伤身，所以很多男人花不少钱在各种「进补」、「壮阳」的食品及药品上，还有人去「练气功」、「瑜伽」，或者性交时遵守一些「九浅一深」之类的秘诀。

可是，到底什么是早泄呢？

在一般人的观念里面，早泄就是性交维持不久。但是多久才算「久」？才够「久」？有些人告诉你三、五分钟，也有些人说十分钟，有些人不搞「计时法」而谈「计数法」，即抽插多少次以上而不泄，就不是早泄等等，但不管怎么计算或衡量，这种对早泄的观念，是一种绝对的观念。换言之，只要你性交时间或抽插次数不达某个一定标准，你就是早泄。这和女方完全没有关系，女人是死是活、是爽是苦，和你早泄与否完全无关。凡是对「早泄」持绝对观点的男人，防止早泄的意思就是尽量延长性交时间，或尽量提高抽插次数。而这些男人看到黄色小说与电影中，男主角的表现后，大都忧心忡忡、垂头丧气、自惭形秽。

这种对「早泄」的绝对看法，是从「生理」病理」上着眼。还有另一种对「早泄」采相对的看法，是从「心理」社会的观点来看。相对观念的早泄，不认为早泄和一个绝对的时间或次数标准有关，而认为早泄乃相对于女方性满足的程度。让我们先谈「早泄」的绝对观念，再谈相对观念，但这就要先了解男人为什么会泄精。

### 为何会泄精

男人为什么会泄精呢？如果性兴奋达到一定程度，男人就会泄精。缺乏性经验的男人，一旦性交，看到女人裸体等等，性刺激非常强烈，就很容易到达高度兴奋，因此性交不会维持太久。

照这个原理来说，若能在性交过程中减少性刺激的强度不断上升，或者使累积的性兴奋中断冷却下来，就可以维持较长时间的性交。

### 如何延长性交

换句话说，男人维持较长时间的性交所付出的代价，其实是男方某种程度的性挫折与性生理上的不满足。这怎么说？

首先，「减少性刺激的强度（不断上升）」意味着许多可能情况：例如，女伴对你的性刺激不强，可能你已十分熟悉她的肉体，可能她的身体或外貌开始给你不愉悦的感觉（比如，你突然发现她长得丑、有臭味、或有性病等）。或者例如，你接受的性刺激不强，这可能因为你的阳具上套了保险套，摩擦起来感受不强；也可能因为你饮酒或吃药、涂药等，使阳具敏感度降低，甚至麻木；也可能因为阳具与阴道的摩擦面积、压力不大，因此感受刺激不强。或例如，你接受的性刺激被转移了；这可能因为你的胃痛，使性刺激被掩盖过去了；也可能因为你在性交时，想股票市场，想你刚过世的亲人……等等，易言之，你分心了。

除了减少性刺激强度不断上升的方法可延长性交时间外，另一个方法就是使累积的性兴奋中断冷却下来，这也就是说，中断性交。这个方法和前一个方法不同之处在于，中断性交会使双方停

止亢奋，而前一个方法在大多数情形下，只阻止男方性兴奋的累积。

简单的说，男人因为「很爽」才会泄精，所以要保持不泄，除了使男人「不太爽」或只维持某一程度的「爽」外，没有别的办法。（这里的「爽」，指的是性的生理满足，而性的生理满足只是「性满足」的一部分。）

### 食补、药补、气功、九浅一深能延长性交吗？

有没有办法用食补或药补来延长性交时间呢？

没有的，除非你用「春药」，其实也就是「麻醉药」，使你敏感度降低，反应迟钝而已。不管你吃什么「鞭」，什么「丸」，都不会帮助你分秒的。有些人振振有词的说，某种秘方临床实验百试不爽，其实那是因为这些人吃了秘方后，在性交时一直想做个观察者，没有完全投入性交，因此性刺激的强度减少，所以可能维持久些。还有些人言之凿凿的说「气功」有效，其实是因为他们性交时运气所以分心，也因此可延长性交时间。那么所谓「九浅一深」、「三徐一疾」等等又如何呢？我保证你在性交时，背九九乘法表所得的效果也是一样的，因为计算次数会分心，同时如果「九浅」的结果是使摩擦面积与压力减小，也自然降低了性刺激的强度。

## 性「心理—社会」的满足

到目前为止，我们谈的是早泄的绝对观念，即，从一个「生理—病理」的角度来谈早泄。因此性刺激与兴奋程度都是指纯粹「量」的观念，而不涉及「质」的观念；换句话说，我们没有考虑「心理—社会」层面的性满足。

有些人认为延长泄精时间是件很「爽」的事，他不认为有什么「性挫折」，相反的，如果很快的泄精，才是真的「没意思」和「扫兴」。可是我们要明白，若从纯生理观点来看，泄精需要一定的亢奋程度，要延迟射精必须阻止兴奋程度的持续累积升高，在这个意义上，要保持不泄，就必须付出性生理上某种程度不满足的代价；但这并不意味着男人因此无法达到性满足，或者连某种程度的性生理满足都没有。

有一种男人喜欢吹嘘自己维持不泄很久，直到女人「哀求讨饶」为止，这也是黄色小说上常见的情节，基本上反映了恐惧早泄的心理。对这类男人，延迟泄精时间，可以带来心理上的极大满足。对这类男人，性交已不是发泄性欲的手段，而是「征服」的行为，也就是重申与强化他作为一个宰制者的地位。我们会在下一篇文章谈这一点。

还有些男人在性交中追求的不是自己纯粹生理上的满足，他们把性交视为人与人和谐关系的

一部分，因此他们有时会用延迟泄精法使女方得到性满足，在这种情形下，男方虽然在性生理上有某种程度的不满足——或反过来说，只达到某种程度的性生理满足——但是他也可以得到「性满足」。

### 性满足是什么？

因此，「性满足」意味着性「心理—社会」上的满足，和至少某种程度的性生理上的满足。对男人来说，通常最低程度的性生理满足是泄精；因此，即使性交中断数次，男人只要最后能泄精，在性生理上至少有最低程度的满足。对女人而言，通常最低程度的性生理满足是阴核高潮，但这须视女人的性经验与性期望而定，故会因人而异。

有些人或许认为我对「性满足」的要求太强了一点，因为我所谓的「性满足」包括了两个条件（性生理上最低程度的满足，性「心理—社会」上的满足），缺一不可。

可是我认为我对「性满足」的要求是合理的。

首先，若没有某种程度的性生理满足，无论有怎样的性「心理—社会」满足，（例如，男人证明了他「金枪不倒」，女人被爱怜的拥抱着……等等），性的冲动既得不到发泄，总是一件憾事或「闺怨」，人是不能画饼充饥的。

其次，单单有性生理的满足，对人这样的「心理—社会」动物而言是不可能的。因为对人而言，性生理的冲动是由「心理—社会」的因素所塑造的。偷情比较刺激，新奇性交地点比较紧张，等等例子都说明了「心理—社会」因素对性生理冲动的塑造作用；尤其当我们考虑社会对什么是「性感」的塑造作用后，我们更会了悟这一点。

有时候男人虽泄精了，却觉得意犹未尽，或觉得阳具刚才并不充分充血，没什么强烈快感，这都证明了「性满足」一定要有性「心理—社会」的满足。

前面我说过手淫在生理上不会造成早泄，但不会在心理上造成早泄呢？因为手淫时，人会延长手淫时间，不必考虑伴侣，所以若成习惯后，一旦性交时，也只顾自己泄精。我承认有这种可能，但我相信人一旦习惯性交后，除了自私的男人外，大部分男人是不会只顾自己泄精的。

### 早泄的相对观念

现在就让我来谈早泄的相对观念。

早泄就是男人不能给予女人性满足。

女人的性满足不一定要生理上达到阴道高潮，虽然至少要有阴核高潮。而男人不一定要用阳具插入阴道才能使女人达到性满足——这全视女人的性经验与性期望。

男人若能给予女人性满足，他就不是早泄或无能。如果女人没有性满足，纵使男人维持了数小时才泄，这也算早泄；如果女人有性满足，男人即使只维持了几秒钟也不算早泄。

所以如果男人要避免早泄，他必须用种种方法帮助女人得到性满足，例如在性交前或后，以手淫（不一定用手）方式使女人得到高潮等等。

### 女人为何比较「慢」

有些男人也明白上述这些道理，但有时会抱怨女方性兴奋得太慢，有时甚至在性交前后，懒得给女方手淫。但这些都对女人「太慢」而感不耐烦的男人应当意识到，女人「慢」的一大部分原因是男人造成的。女人性兴奋来得慢，除了一小部分生理原因外，主要的是因为社会不鼓励女人太「色」，甚至惩罚那些看到男人会「想入非非」、「色迷迷」的女人。男人看到女人下体是「目不转睛」，女人看到男人下体是「恐怖恶心」。在种种社会因素下，女人缺乏性幻想、被动，不能马上「进入状况」，需要一段时间的「前戏」等等。可是为什么社会要这样压抑女人呢？这是因为很多男人要维持他的宰制地位（即支配和压迫的地位），而很多女人也要维持她的被宰制地位。等到我把一些重要的性知识谈完后，我会回过头来谈社会对性控制的目的。

## 性无能

讲完了早泄，似乎应该谈一下「性无能」。

前面我已经说过，心理的困扰会引起性无能，即阳具无法勃起，或者勃起后很容易就软下去，但生理的原因（如疾病与年老所引起的性机能衰退）也会造成性无能。（美国著名的性学家 David Reuben 认为只要阳具不听话就是「性无能」，因此迟迟不能泄精也是「性无能」。）

此外，一些经常「寻花问柳」的男子，如果家里有个「黄脸婆」，而她又很慢「进入状况」，进入状况后又因为缺乏幻想及被动，以致于很难或很慢达到高潮，这些男人就很容易变成「性无能」。因为黄脸婆能给他的性刺激远不如那些「逢场作戏」的女子，与太太性交既只是出于义务，即使因着幻想别的女人而勉强勃起，也往往容易「软化」，即使不「软化」，他也觉得使太太性满足是件难事。久而久之，就会视与太太做爱为畏途，因而发生「性无能」的现象。虽然他在别的女人面前仍是「生龙活虎」。

## 性兴趣逐渐降低

在一夫一妻，严防通奸的制度下，对性伴侣的「性兴趣」逐渐降低的趋势，是普遍存在的。

夫妻之间的感情，当然有弥补作用，但肉体上刺激减弱的趋势是无可避免也不容置疑的。我们只要观察男女第一次性交与第一千次性交的不同性反应即可明白。

那些用变换性交场所、方式、气氛、姿势等来「复活」、「增进」性兴趣的方法当然会有效，利用性幻想，或夫妻假装某种角色（像做戏一样）来进行性交活动会更有效，但这些都只证明性兴趣的降低是必然趋势，否则又何必搞这些花样呢？

因此在一夫一妻制里，纵使夫妻感情很好，性刺激的趋于平淡，是必然存在的，易言之，一夫一妻制必然包含着对人类性生活乐趣的剥夺。但是这并不意味着未来其他理想的制度一定保证强烈的性刺激，因为在那些不同于一夫一妻的制度中，性交生活极可能不是性生活的全部，故而性刺激对性生活乐趣不一定重要，而性交生活乐趣比起其他生活（如劳动生活或创作生活）的乐趣也可能微不足道。

### 性交越多越不易性无能，且越持久

让我们再回到男人性无能的话题上吧。

有一种流传很广的迷信，认为男人性交泄精太多会导致性无能。这种迷信似乎认为男人一生能性交的次数是固定的，如果青年时代性交次数多，就会「用尽」，到了中年老年后就会变成性无

能。

这个迷信不但没有根据，而且和事实刚好相反。人的性机能是越用越「强」，发育成熟后，愈早开始性生活，愈丰富的性生活，会使性生活结束得越迟。使用性器官和使用大脑一样，越用越发达，越用越炉火纯青，技术熟练。那些性交或手淫稀少的人，反而容易有性无能的毛病。此外，比较少性交的人，也比较不易「持久」。因为较少性交会使人对性刺激高度敏感，比较难延迟泄精。

### 持久与身强体健无关

有些人认为，唯有多进补、多吃「鞭」、「丸」、「补酒」、海鲜……等等才可以多性交，可以多泄精，可以玩得持久。这样的看法有没有根据呢？

首先，人避免早泄（绝对或相对的观念都一样）的能力和身体强壮与否无关。这世界上除了麻醉或降低性器官的敏感度之药品，或喝酒、吸毒外，没有任何食补、药补，可以延迟泄精时间。

### 怎样才能精力旺盛

其次，或有人想问，那些「壮阳」药物或食物可不可以使人「精力充沛」，以致于能「一而再、

再而三」，夜夜春宵，旦旦而伐，但完全不「伤身」？

我们要先明白，为什么有些人比较「精力充沛」，可以一天数次，天天性交而完全没事。「精力充沛」的确和身体健康有关。可是什么是「身体健康」呢？

浑身都是肌肉，力大无穷不见得是身体健康，很多瘦小的人反而显得精力充沛。要身体健康，不外乎首先要精神愉快，心里快乐，不常处在过度紧张状态中。其次，作息与饮食要顺其自然，这不是说人要早睡早起，人晚睡晚起也可以是顺乎自然的。

饮食是非常重要的，要身体健康或精力充沛，绝不是天天吃海鲜，而是均衡的营养。

台湾居民以「吃」闻名，但是否吃得均衡，合乎健康原则呢？事实上台湾饮食习惯对健康是不好的，这是因为饮食已经成为享乐的追求，故而要求越来越重的刺激，结果造成越来越重的口味，吃了太多盐与食品添加物。为此，餐饮业及（因为贫富不均而造成的）奢侈生活形态应该负责。

不抽烟、少喝酒，适度运动及良好的居住环境的生活，对身体健康的重要性亦是毋庸多言的。

按照上面的原则，就可以使身体健康，身体健康就自然精力充沛，也就自然有能力也有需要「夜夜春宵，旦旦而伐」了。

## 怎么能生龙活虎

吃壮阳补药等等不能使身体健康，也不会使人「龙精虎猛」。更讽刺的是，那些天天惦记要「壮阳」、「进补」的人，往往是最不敢多性交多泄精的人，他们就是吃了补品后，也非常有「节制」。总之，花钱在补品上，不如探讨为何生态环境受污染，台湾饮食习惯是怎么造成的，香烟盒为何没有强烈警告的标志，教科书及传播媒介为何不多讲性的知识……等等，然后集体地来促进一个使身体健康成为可能的社会环境。只有在这样的社会环境里，人们才可能「生龙活虎」，经常享受性交的乐趣。

## 阳具的绝对尺寸

下面要谈的是阳具大小的问题。

阳具的大小可以从绝对的观点来看，也可以从相对的观点来看。

绝对观点就是阳具的大小全视阳具的尺寸——多长多粗。如果长过一定标准就是够长，粗过一定标准就是够粗。但是一般男人都认为阳具要越长越粗则越好。

和性有关的事，都不外有两点特色——无知与恐惧。阳具大小的问题也不例外。

## 恐惧阳具太小

有很多男人恐惧自己阳具太小，很怕被人比下去。因恐惧阳具太小就常有自卑心理，他们很怕被别人看到阳具，但却又很想看到别人的阳具；偶尔看到一个他觉得比自己小的阳具，他就会变得意气风发充满自信。这类人在充满自大心理时，每每要逼着他的女伴承认他的「巨大」，或者自己欣赏自己的「雄伟」、「坚挺」。

有一个人曾经坚称其妻不贞，他的证据是他觉得妻子的阴道变宽阔了，因此他的妻子一定是和一个比他阳具大的人做过爱。这是一个非常典型的因恐惧阳具小而引起精神官能症之例子。色情电影或小说里的男主角一定是清一色的「又粗又大又持久」，黄色小说里的女人则一定都「惊奇男方的巨大」，而这些女人一定都抱怨她们的丈夫「短小不济事」。黄色小说在一定程度上反映了一般男人的性幻想与性心理，故黄色小说中这种陈腔滥调反映了一般恐惧阳具太小的心理。

最荒谬可笑的一个例子，是登载于香港色情杂志《龙虎豹》的一篇〈追求女仔兵法十二招：高级性技巧〉，让我们看看这篇文章教给读者什么样的性知识吧！

「有些男仔阴茎太小，担心不能令对方快乐而失去对方，这其实是多余的担心。而且，你利

用一些诡计，也可以使对方认为你够粗够大。那就是在爱抚一开始，便直接突入，这时女方未有足够的润滑，难免『哇』的一声叫痛，你才退出，再次爱抚。在女方的错觉中，却经常认为你是够大。」（一九八四，十月二十八日，第二十八期，七十三页）

这段文字透露的是，阳具的绝对长度及粗细是很重要的，至于女人是爽是苦，是哭是笑，是痛苦还是快乐都无所谓，重要的是证明自己阳具的够大。在这里，恐惧阳具大小的心理几乎到了极端的程度。这种恐惧心理不是凭空产生的，只有从男女的宰制（支配压迫）关系中去了解，这当然是下一篇文章的话题。

### 阳具的相对尺寸

从相对的观点看阳具大小的问题，就是认为只要能使女方性满足，阳具就够大。而阳具的绝对长度在给予女人性满足方面实在不重要。任何人都不应有担心恐惧阳具太小的心理，因为在给予女人性满足上，阳具尺寸关系很小。

### 月经期间可性交

最后一个问题。女人月经期间可不可以性交？经血会不会使男人生病、伤身……等等？答案

是，月经期间当然可以性交——只要男人把阳具先清洁干净，因为真正肮脏的不是女人的经血，而是男人的阳具（尤其是有包皮的阳具）。经血是不会使男人生病、伤身的。很多男人既喜欢处女落红的「宝血」，又何必对经血胆小恐惧呢？

### 性恐惧的消除之道

我相信很多人在看了这篇文章后，仍然不能消除对泄精的恐惧、对手淫的恐惧、对经血的恐惧、对阳具尺寸的恐惧。恐惧心理既不是凭空产生，而是特定社会结构的产物，那么恐惧心理也不可能因为理性的分析而消除。我在本书的其他文章所提出的建议是，除非透过集体运动的努力，共同追求一个平等、没有宰制与压迫的社会，否则个人无法「独善其身」；消除关于性的恐惧心理，是自我知识的实践，亦即自我解放的过程，但是认识自我也就是认识社会，自我知识的实践就是社会知识的实践，自我解放和集体解放是分不开的。