

打破處女情結

「處女情結」與是不是「處女」沒有什麼關係，很多早已不是處女的人仍被處女情結所困。我所謂的「處女情結」，指的是認定女性應該以纖弱、保守、沒有情慾……等等「低能量」的生活方式過日子才是「好女人」的心態。

有「處女情結」的女性，在外表上也是僵化壓抑的——她們梳著一絲不苟的髮式，穿著素淨拘謹的衣裙，舉手發言時手舉得比頭還低，笑時總要掩口，肢體相當不開放，而且對新的事物不敢嘗試，沒有好奇心，對自己的身體不敢看也不敢想，在性關係中十分被動，充滿罪惡羞恥的感覺，對男人退縮、害羞……，有這種「處女情結」的女性，生活是極低能量的，沒什麼推進力可言。（對這種有處女情結或「處男情結」的人而言，我們這個社會不但不是過度性壓抑，恐怕還是性開放的呢！）我主張打破這樣的「處女情結」，因為任何前進發展的社會都不能坐視二分之一的人口以如此脆弱退縮的方式過活！而很不幸的，據我觀察，臺灣是個情慾很受壓抑的社會，主動、活潑、情慾解放的女性，不但被視為「壞女人」，連她們自己往往也不能認同自己的行為，而覺得羞愧、罪惡。

處女情結是阻礙女性成長的一大因素，打破它，將會讓女性的身體、心理更自在的呼吸。事實

上，「打破處女情結」的說法也沒有什麼大不了的。別忘了，現在有很多女性已經暗地裏在嘗試各種情慾經驗，只是沒有說出來，自己覺得羞愧罷了！打破處女情結的說法正是要開闢出更大更自在的空間，讓已經在做的女人無愧的做，讓還沒有做的女人無懼的面對新的生活方式。

要打破處女情結，我覺得女性應該肢體解放、情慾解放、經驗解放。

所謂肢體解放，是女性要鍛鍊身體，同時要感受身體，讓自己有充分的力量掌握身體。

人的好奇心，第一步是來自對自己身體的探索，但傳統禮教讓女性對身體不敢有所探索，甚至覺得觸摸、感受、探視身體是羞恥的。要打破處女情結，首先要解放身體，練游泳、運動、舉重，讓肢體有活力而且大方、坦然的動起來，還要了解、感受身體的每個部位，開發各個部位的感覺，女性會發現快感事實上來自對自己身體的充分掌握和收放自如。

再說情慾解放——不要說自己沒有情慾，青少年時期，每個人都會自慰，腦子裏也有一大堆性幻想，只不過被罪惡感長期壓抑而已。

要解放情慾，必須鍛鍊自己主動投入，不要顧忌無意義的眼光問題，諸如，害怕騷浪模樣破壞形象、害怕呻吟喊叫被別人聽到等等。做愛的時候要主動把自己搞得興奮很性感，腦子裏充滿情慾幻想，把你的性伴侶幻化成自慰時想像中的各種角色人物，甚至練習和對方一起講幻想中的故事，扮演其中的角色，才能更融入性幻想的情節當中，充分享受身心搭配完滿的快感。

解放情慾，女性一定要主動投入，唯有主動投入做愛，妳才能真正的去「爽」到。若情慾的產生只是為了維持婚姻或經營愛情這種「有條件的奉獻」，那女人無異就是躺在妓臺上等待男人發洩的機

器，不但自己沒爽到（因為有顧忌），而且無異是把情慾、身體給「物化」了。

至於經驗解放，女人千萬不要因為曾經和許多男人有過關係而自責自慚。經驗是自信和力量的基礎，妳不但不要自我設限，反而應該在每一次的情慾經驗中累積知識，開發感受，我鼓勵女性要讓情慾多樣化、多元化。

再者，女人與女人之間，應該要多做情慾經驗資訊的交流，讓女人對男人有更多的了解，男人在一起時的 men's talk 不都是在交談情慾資訊嗎？同時，藉著這種討論和分析反省，女人才會對自己身上的感覺形成具體的看法，並且研究改進實驗之方法。畢竟，只有經過言語的整理，經驗才可能轉化為知識和力量。這也就是為什麼我時時強調，情慾解放最首要的是一種言談解放，只有當我們能公開的、自在的、無愧的談論情慾時才算真正的情慾解放。如果只能在暗處偷偷說，偷偷做，明裏便羞愧難言，這算哪門子的「解放」？

能痛快的「說」情慾，這本身就是一個大突破，它意味著性壓抑已經鬆動。要是女人連這最深層最畏懼的心理都可以克服，可以拆解處女情結的束縛，可以無懼無愧的實現自我，那麼，兩性平權的社會是真的有望了。

（按：本文是《貴族雜誌》編輯鄭花束的採訪整理稿）