

CSHR

Chinese Sexual Health Research

2012年6月
第二卷第一期
總期第三期



华人性健康研究

◆世界华人性学家协会主办



World Association of
Chinese Sexologists

2012

國際 動向

004 性教育的新視野與性健康的新局面

觀點 集

007 性教育的新定義
009 校園禁賣保險套？
011 性教育影片分級制？

性聞 新知

016 性健康的趨勢
017 骨盆肌肉強化器 讓女性高潮迭起
018 靜觀、靜心與性生活

性福 會客室

020 床上好速配？伴侶的性相容指數
024 歷史中的性相容
029 誰需要性教練？

區域 發展

033 提升國民「性」福指數—
《性權與情慾的對話》座談紀要

性別
身體

046

營裡營外-記第一次天體之旅

男女
情慾

049

「火車性愛趴」的社會輿論分析

055

性是享受、不是買賣

文化
觀察

060

「全球擁抱陰陽人」前進2012香港性文化節

影音
世界

066

《21世紀性愛指南》之性姿勢篇

067

主題放映：《你快樂所以我快樂》(Happy Few)

徵稿
訊

華人性健康研究

CHINESE SEXUAL HEALTH RESEARCH

發行人：吳敏倫

顧問：吳敏倫、馬曉年

主編：林宛瑾

副主編：鐘濤、丘愛芝、李書崇

封面設計：黃燦

版面設計：蘇紀瑋

出版：WACS系列雜誌社

06

02.1-3



世界華人性學家協會 主辦
World Association of Chinese Sexologists



台灣 高雄市性健康協會 協辦
Kaohsiung Sexual Health Association

編者的話

以「性」的議題接近華人群眾，對我們而言是一種挑戰，仰賴澎湃的創意與熱情彙流而成。在性學的學術殿堂裡，專家和學者的論述要如何化為接近民眾的語言？我們試著開出一條路和常民交換經驗，讓他們的經驗成為豐厚性學存在價值的基礎。

雖然性是人類的基本需求，但對於普羅大眾而言，每個人需要瞭解的僅僅是浩瀚海洋裡的一道水流，例如我想知道幫助受孕的性姿勢，我想知道兒子自慰會不會影響未來的生育能力，我想知道女性的高潮有哪些表現？偷情不被抓的技巧是什麼？如何快速和約會對象發生性關係？

於是歐美興起了「性教練」，華人文化也出現性家教班、性指導，根據常民的需求設計一個配套方案，以滿足個人的需求。在疑問得到解答的過程中，性學具備了存在的意義。也因為它和「人」密切相關，只要你找到具備經驗法則的那個人，性學不像某些學科具有高度排他性。當然，人人都可以說得一嘴好性，做得一場好愛。然而，願意分享、蒐集、好奇、探索和性有關的一切，就不是每個人都可以做到。

在今年上半年，世界各地對於青少年的性教育資訊、性行為的權益，仍有很大的爭辯空間，因此英國發生了BBC性教育影片分級化的事件；台灣的「火車性愛趴」事件主角是一名青少年，也凸顯了多人群交的主題，在在挑戰了大眾的性價值觀。性權與性健康深入民間，專家也與民眾開啟情慾的對談空間，裸體無分國界，跨性別、陰陽人的權益逐漸被看見。

我們期待更多有志之士，投入性健康平民化、普及化的書寫運動，讓大家敢說、敢談，也敢分享非官方論述、非理論基礎的經驗。因為存在就是合理的、有價值的，唯有大家的經驗才能成就性學的豐厚土壤。

華人性健康研究主編

林宛瑾



國際動向

性教育的新視野 與性健康的新局面

性教育方面，最近兩年，發表了幾個有重大現實和歷史意義的檔。

在2010年6月，聯合國教科文組織（UNESCO）頒佈了《國際性教育技術綱要指導》。指出：

我們面臨這樣一個選擇：要麼放任孩子們通過媒體、網路、同伴和一些不良方式，在那些不完整資訊、錯誤資訊以及徹頭徹尾性剝削行為的陰影籠罩當中自己摸索；要麼直面這一挑戰，基於尊重和人權等普遍價值觀，為他們提供清晰、詳盡同時又有科學依據的性教育。全面的性教育能夠從根本上改變相關流行病的發展軌跡，而年輕人十分清楚地知道自己需要更多、更好的性教育、服務和資源，以滿足他們在預防方面的需求。

如果我們希望在青少年進入性活躍期之前對其施加影響，那麼全面的性教育就必須成為正規學校課程的一部分，並由受過良好培訓、得到有力支援的教師負責執行。在所有教育體系中，教師依然是值得信賴的知識和技能來源。

聯合國教科文組織正式而明確的指出：學校開設性教育課程，是非常必要的。

2011年8月，世界大都市紐約的教育部門宣佈，從本學年開始，紐約市所有公立初、高中必須開設性教育課程。明年春季起，紐約市公校生將強制修習性教育課程（必修課）。

在2011年11月，美國新澤西州的弗蘭克·勞登伯格(Frank Lautenberg)參議員和加州的巴巴拉·李眾議員(Barbara Lee)提出一項新的法案，名為《健康青年實效教育法案(Real Education for Healthy Youth Act)》，旨在為美國的性教育政策開拓一個全面綜合的、適合年齡段的和整體性

的新視野。

在2012年1月美國衛生與教育組織聯盟向各州和學區提出新的性教育準則，其中包括：在二年級結束時，學生應該知道男女身體部位的解剖學上正確名詞，並瞭解任何生物都會生殖，如果不願意，每個人都有權不讓別人碰觸；小學低年級生也應能認同各種不同的家庭結構，和解釋霸凌與嘲弄為何不對。在五年級結束時，學生除了瞭解青春期的知識，也應明白性騷擾和性侵害的定義；初中畢業生應能分辨性別認同、性別表達和性傾向，應能解釋為何強暴受害者沒有錯，應知道霸凌、約會暴力，和性病的跡象及影響；高中畢業生應評估禁欲、保險套和其他「安全性行為」的有效性，並知道緊急避孕的方法。

參與制定此準則的組織還有美國衛生教育協會、美國學校衛生協會、全國教育協會—衛生資訊網、州衛生與體育領袖協會，和未來性教育計畫。

特別要指出的是，美國兩位很有影響的國會議員，提出通過國會立法的非常權威的方式，在全美推行有效的性教育，者在美國以至全世界，都可說是空前的重大步驟。所提出的原則，不僅是對性教育的重視與規範，而且完全是強調性健康，把性健康作為性教育的中心，所以貫徹這些性教育的原則，也就是會是推進行健康進入一個更高的更有效的新局面。從以下簡短的摘錄，便可以充分看到這一極有意義的有機聯系和核心：

《健康青年實效教育法案》(全文參見本刊第二期，頁3-5)的主要內容有：

1. 它承認年輕人獲取性健康資訊的權利，這是聯邦政府首次如此立法；
2. 該法案通過一系列的主題，如相互溝通與自我籌畫的技巧、宣導安全健康的關係、預防計畫外懷孕或包括愛滋病在內的性病，防範約會暴力(dating 第二期violence)、性攻擊(sexual assault)、威脅和騷擾等，幫助青年人為自己的性關係和性健康做出合理的、負責的和健康的決策；
3. 該法案涵蓋了為進入青春期的青少年和大專院校的所有年輕人……將男女同性戀、雙性戀、變性以及異性戀年輕人都包容在內，無論他們在性行為上活躍與否而滿足他們的要求；

目的是提出一種包羅廣泛的、有嚴格醫學根據的新的性教育政策，這一政策既看重醫學證據，又承認年輕人有獲得資訊的根本權利，這樣，他們才能對自己的性健康表現出安全的、負責的行為與意志，才能變成具有性健康的成年人。

正如美國性研究與性教育委員會(SIECUS) 主席和首席執行官摩尼卡·羅德里格(Monica Rodriguez)說：

我們的目標是創造一個享有性健康的美國，雖然我們聯邦政府在性教育上最近已經取得進展，但離充分滿足青少年與年輕一代的健康與教育需求還有很長的路要走。《健康青年實效

教育法案》為聯邦政府設定了新的更高標準，那就是在性教育上政府應該支持什麼，不支持什麼。這一法案為青少年和年輕一代終於獲得所需的資訊和技能開闢了一條通道，藉此他們能夠為自己的性健康制定有根據的、負責任的、安全的決策，這樣，他們能夠成長為擁有性健康的成年人，我們也才能夠最終實現這樣一幅圖景，那就是一個擁有性健康的美國。

令人高興的是，台灣的一些有識之士，在為建設一個「性健康的台灣」作了積極的而有成效的努力。

早在2009年，就成立了高雄市性健康協會(Kaohsiung Sexual Health Association)。該會以「性就是人生，人生就是性。我們關注全年齡、全人類、全性別的全性權利」為宗旨，以「性健康」為中心，目的在於推廣和促進人們的和諧性生活，重建性觀念與性態度。「性健康」不僅代表性在身體和心理的方面無病痛，更代表一個健康而積極的性文化，促進全社會推行「肯定的性觀念與性態度」，提高個人與社會的性福祉。成立之後，以讀書會、講座與工作坊的形式，努力推廣性健康和性學，在學術上和社區活動上，都獲得了很大的成績。

後來，以台灣的人士為主，又建立了「世界華人性學家協會性健康促進研究委員會」(WACS-SHPRC)。

鑒於性健康及其促進，是世界性學界，UN和WHO，各國政府所關注的重大任務。對此，WACS當然給與特別的重視與積極的推動，基於台灣目前的組織和研究的情況，於2011年6月，建立了「WACS性健康促進研究委員會」(未來於中國大陸或香港等地，也建立了這樣的團隊之後，則將改稱為「WACS性健康促進研究委員會台灣分委會」)。

該會成立后，就在同年的12月，舉辦了首屆「世界華人性學家協會 性教育師性諮商師性治療師執照班」，有27位學員參與學習，在華人社會的一次發出了性教育師、性諮商師、性治療師的行業執照。這是落實和提高個人和社會的性健康、性和諧、性福祉的重要專業化措施。

可以預期，在未來的歲月，性健康的推動與促進，一定會有更大的發展，更新的成就，更好的效果。

阮芳賦

美國三藩市“高級性學研究院”(IASHS)教授;“美國臨床性學家院”奠基院士(FAACS);世界華人性學家協會(WACS)名譽會長兼監事長;柏林《Archive for Sexology》(世界最大的性學網站www2.huberlin.de/sexology主辦者)學術顧問;中國北京大學醫學部性學研究中心顧問;中國性學會顧問;臺灣高雄樹德科技大學人類性學研究所客座教授;臺灣性學會顧問;臺灣高雄市性健康協會顧問。

性教育 的新定義

世界華人性學家協會名譽會長阮芳賦教授在2012年提出「性教育」的新定義：

「性教育」就是向全人類全年齡（胎兒至120歲）的一切人（包括有身體或/和精神的欠缺等等的各種特殊羣組）普及甚麼是並如何實現完全的「性健康」和「性權益」的教育。

阮芳賦引用聯合國潘基文秘書長的一番談話，表示不同族群的性權利現在同樣受到保護：

「我要對男女同性戀、雙性戀和變性者說，你們並不孤單，你們爭取結束暴力與歧視的鬥爭是我們共同的鬥爭，對你們的攻擊就是對我宣誓捍衛的聯合國普世價值觀的攻擊。」


在台灣，性教育的現狀是主流當政，性別平權教育和全人的性教育在立場上的差異，以致於性教育的「完整面貌」從未被實踐。從事性教育的教育者或輔導者，站在不同的立場灌輸不同的性價值觀。

阮芳賦教授提出原則性的思考：

「性教育」只是一個「性」與「教育」的複合詞，更正確的說，是一個可以塞入不同內容的「多義詞」。不要以為提倡「性教育」的就是好的，而要問他那個「性教育」的葫蘆裏，賣的到底是何種貨色！

對於性教育的未來開展及局面，美國眾議員在去年提出一項《健康青年實效教育法案





(Real Education for Healthy Youth Act)》《健康青年實效教育法案》為聯邦政府設定了新的更高標準，那就在性教育上政府應該支持什麼，不支持什麼。這一法案為青少年和年輕一代終於獲得所需的資訊和技能開闢了一條通道，藉此他們能夠為自己的性健康制定有根據的、負責任的、安全的決策，這樣，他們能夠成長為擁有性健康的成年人，我們也才能夠最終實現這樣一幅圖景，那就是一個擁有性健康的美國。

反觀台灣，每年政府砸下預算進行性騷擾與性侵害防治、未成年懷孕防治，但是未成年懷孕者和性侵害的數據仍居高不下，我們是否應該反過頭來思考，從事全面、完整、立基於性健康和性權益的性教育，對於青少年不會是鼓勵或贊成她們發生性行為與否的線性思考，而是提供一個環狀的思考，讓無論是青少年或成人都能自己站在中心點，整合性的考量自己如何做決定、該做哪些決定。

校園禁賣保險套？

台灣台北市衛生局為了防治愛滋，於今年調查全台北市27所大專院校設置保險套販賣機的意願，僅北護、世新大學二校同意。台北市衛生局詢問各大專院校讓衛生單位在校園設置保險套販賣機的意願，預計廣設四十至五十台，有廿五校拒絕，超過九成，僅台北護理健康大學、世新大學兩校同意，在此之前，清華大學與台師大的學生也曾因發售性愛用品與校方發生摩擦。

政治大學《大學報》根據這個政策採訪學術及實務領域的學者，樹德科技大學人類性學研究所所長林燕卿表示，校方害怕會鼓勵性行為，但大學生處於可能性行為的年齡層，安全性行為才是最重要的。世新性別研究所教授兼性別平等教育中心主任羅燦煥也表示，保險套販賣機在國外校園稀鬆平常，是安全性教育的方式之一。台師大東亞系學生范綱皓說，學校需提供性知識管道，不宜限制討論。宜蘭大學應用經濟與管理系學生姚景仁批學校課程「一點用都沒有。」他的性知識來自網路，但也擔心資訊有誤。

學校的考量很容易理解，擔心設置保險套販賣機，等同於鼓勵學生發生性行為，學生的性關係複雜化，影響人際關係和課業等等。但學生在這個青春期的慾望很盛，一點小小的刺激就可以喚醒男女生的性慾望，只是因為老師沒有教導，所以他們也不說，但不代表學生不知道怎麼做愛，因為A片和電影電視、漫畫都演給他們看了。大學生已經滿十八歲，滿十八歲就代表必須負擔刑事責任，所以他們即便能隨手買到、取得保險套，都還必須進而教導一個觀念：你手上有保險套，不代表女生就要點頭和你上床（現在的情況可能相反，女生手上有保險套，要求男同學和她上床），因此這麼看來，我們的年輕人已經不像十年前、二十年前那麼保守，但她們對於掌握自己的生理狀況還是不太瞭解，需要更多的性知識，諸如怎麼知道排卵期或危險期、安全期，男生射精在外陰部會不會導致懷孕、口交會不會傳染性病，等等。

保險套販賣機的設置，無關乎校風純潔與否，會發生性行為的學生早就已經發生，還沒有發生的同學，不會因為有一台販賣機在那裡，他投了幾枚硬幣，就拿去站在宿舍門口，敲門請女生出來和他性交。換句話說，教導男女生怎麼和彼此邀約、建立交往管道、約會的技巧、伴侶的挑選、關係的經營，這些議題是環環相扣的，每一個環節都可能觸發性吸引力、引起性衝動，因此站在考量安全和維護青少年健康的前提下，如果學校對設置「硬體」有顧慮，那麼「軟體」的投資，亦即課程開發也要同步開始進行。

大學生對「安全性行為」的態度多半持接受，但是否會在這個階段發生性行為，仍有個別性，學生仍會有婚前不可有性行為的觀念存在，此為價值觀的差別；願意交男女朋友者，多半也會蒐

集避孕的資訊。但是購買保險套的「行為」，無法準確地詮釋男女朋友間，從事安全性行為的「協商」問題，亦即普遍上學生瞭解性行為要有安全措施，而在實際要發生的當下，男生若不願意戴套，或不願意全程防護，女生也有可能配合，在從事安全性行為的宣導，不只在技巧或知識的傳遞。

單單購置幾台保險套機器，和落實性教育課程兩者所花費的成本，硬體容易解決，學校的心態調適則可分為下列三個層面：

第一、行政層面

學校需支持並擴大性別平等教育委員會的「功能」，雖然在建設學校的性別友善環境、性別教育措施及活動、處理性平案件，但更重要的是，藉由讓委員瞭解系統觀點的性教育，並非只著重在「性別角色」、「性別互動」，在和學生宣導戀愛與分手議題的時候，讓學生瞭解男女性生理與性心理的異同，是看見問題的根本，而協助同學彼此進行良好的互動、溝通，都必須站在瞭解彼此心理的層面。一個性平案件的產生，讓學校感到驚慌，害怕一旦處理不好會落入評鑑扣分項目，但是在性平案件產生之前，絕對需要學校投入更多、更有效的資源在學生身上，不廣是辦幾場演講、活動就可以達成。若學校以形式導向、業務導向，將沒有辦法整合資源，並將資源分成普遍性（針對一般學生）與急迫性（針對個案）。

第二、教學層面

若學校意識到整合各科系教學資源，在性平會底下通常會設置課程小組，這個小組就要去協調各科系或通識中心的教師，來設計一套教材，當然，大學教師的教材通常是自選的，不需硬性規定符合能力指標，但這群教師也應該形成一個資源網絡，共享教材或教具、影片，在還沒有性學專業的教師進駐之前，讓各領域的教師從她們的專長挑出適合的教材，規劃出樹狀的主題，如性與生命週期、男女的性反應、親密關係與性溝通、人類的性行為，而政策宣導的主題再適時放入其中，如性騷擾與侵害議題、身體自主、性傳播疾病與愛滋防治、懷孕與避孕風險等等。

第三、師資培訓

目前台灣已有世界華人性學家協會、台灣性學會、台灣性教育學會等民間單位頒發性教育師的資格，但多半以中小學為主，大專教師礙於教學和研究早已分身乏術，但是鼓勵大專教師進行專業進修、專業培訓仍然很必要。讓這群人或學校輔導人員開放性態度，學習如何和大學生談論性議題，更能提升教學及服務品質。

設置保險套販售機的地點可以挑選、更換、甚至完全不設置，但設置機器背後的價值觀及態度，則需要學校經營者定下來好好思考。

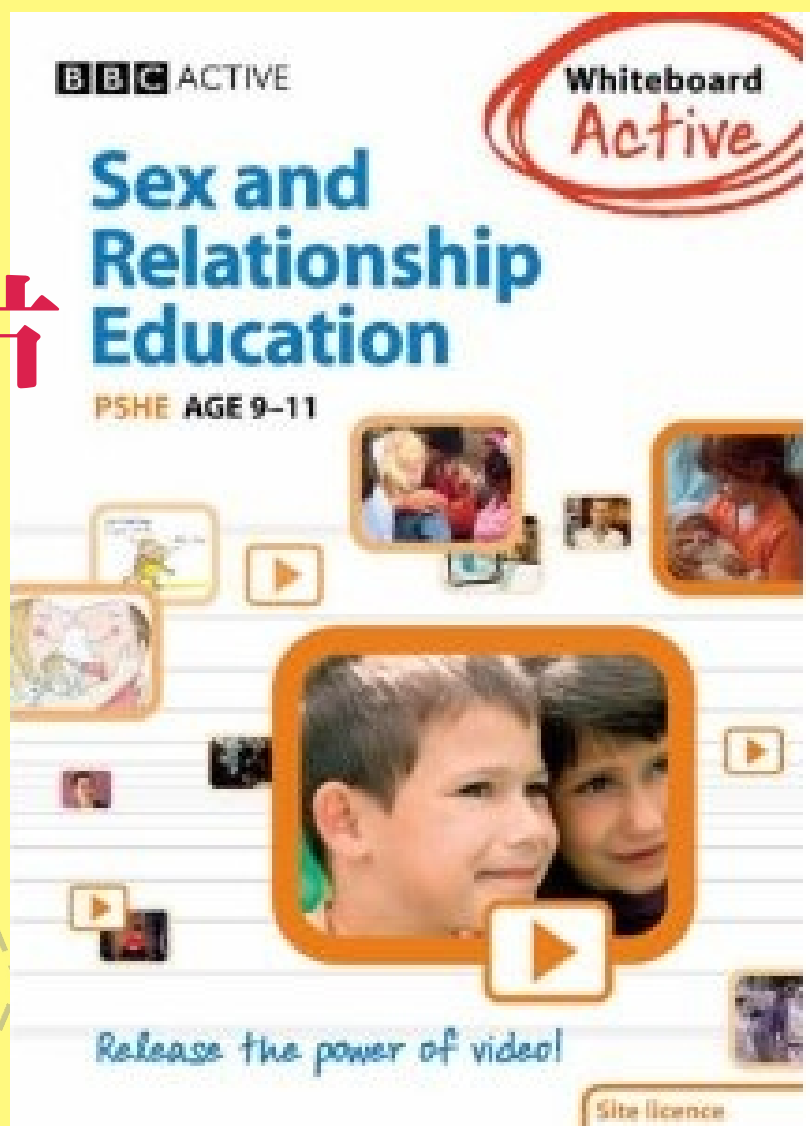
教育現場的老師們，多數贊成運用「影片」輔佐上課，影片作為集中學生注意力的教材，具備故事、角色、情境、氛圍，尤其對於性教育的老師們而言，放映一部良好的影片，可以直接化解尷尬、聚焦學生討論議題，利用故事角色讓學生學習同理心、問題解決能力。

但是，問題在於影片的「尺度」到底該如何掌握？動畫或者真人？動畫要描述到多清楚？太模糊等於沒有交代？真人演出要扮演得多像？太煽情又怕會引起學生鼓譟，而失去課堂秩序管理。甚至，假使老師是沒有受過相關教育訓練者，自己也不敢說出器官、性行為動作的名詞，或者對影片已經抱有先入為主的偏見，這時候將影響影片的教學效果。

英國BBC開發的一套互動教學光碟影片《Sex and Relationship Education》，運用圖片、動畫和真人影片、句子填空等互動方式，設計為一套青春期性教育教材。卻引發家長和議員的擔心：



性教育影片 分級制？



護

普

輔

導

學校放映性教育影片也應該像電影院一樣實行分級？

這正是英國政府在考慮的。政府計劃引入電影院放映分級制，對展示性細節的教育影片設置12歲或15歲以上的限制。這意味著政府考慮禁止在小學放映有性細節內容的教育影片。但是，越來越多的家長和一些英國議員擔心，英國6歲的幼童已經看到了有展示性細節內容的視頻。政府正在著手收緊要求對視頻遊戲和音樂電視內容分級的標準。

小學生禁看

政府文化部發言人證實，這個新措施也可能適用於學校的性教育影片。專家相信，有生動展示性生活畫面的影片視頻應該設定只限12歲或15歲以上。如果性教育視頻有一個12歲以上的年齡限制，專家相信大多數小學不會再放映。

政府是回應保守黨議員里德薩姆 (A. Leadsom) 的質詢。她說，BBC和英國第四頻道電視台播出的有些性教育節目就像「黃色電影」。BBC為九歲兒童製作的一套性教育節目中，有卡通男女做愛的場面，還討論了「遺精」、「手淫」等內容。里德薩姆說，許多父母告訴她，孩子在學校看了性教育影片後很不自在。政府官員表示，將會同英國電影分級委員會討論對性教育影片的分級問題。

這套性教育教材是給9~11歲的兒童，主題如下：

Unit 1: Growing up 第一單元：我長大了

●Physical changes 生理上的變化：

- Body changes 身體改變
- Periods 月經週期
- Wet dreams 春夢
- Hygiene 衛生保健

●Emotional changes 心理上的變化：

- Different feelings for different people 對於不同人的不同的情感

Unit 2: Cycle of life 第二單元：生命週期

- Sexual reproduction 性與生殖
- Birth 生命的誕生
- Sexuality 性
- Change and loss 失去與改變

Unit 3: Feelings 第三單元：情感

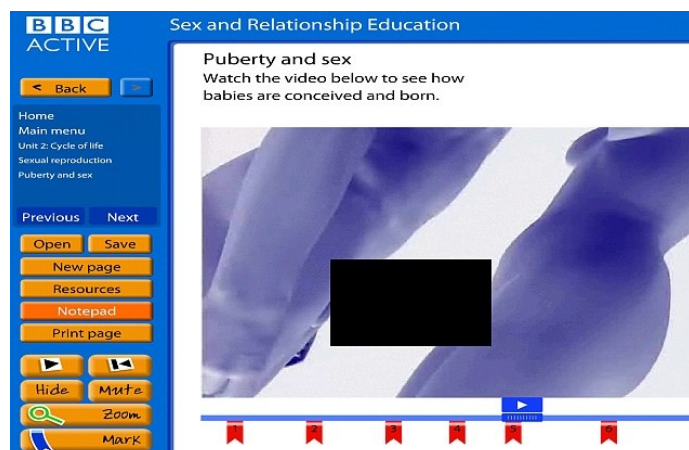
- Managing feelings 情感整頓
- Respecting other people's feelings 尊重別人的感覺
- Keeping safe 保持安全

Unit 4: Family life 第四單元：家庭生活

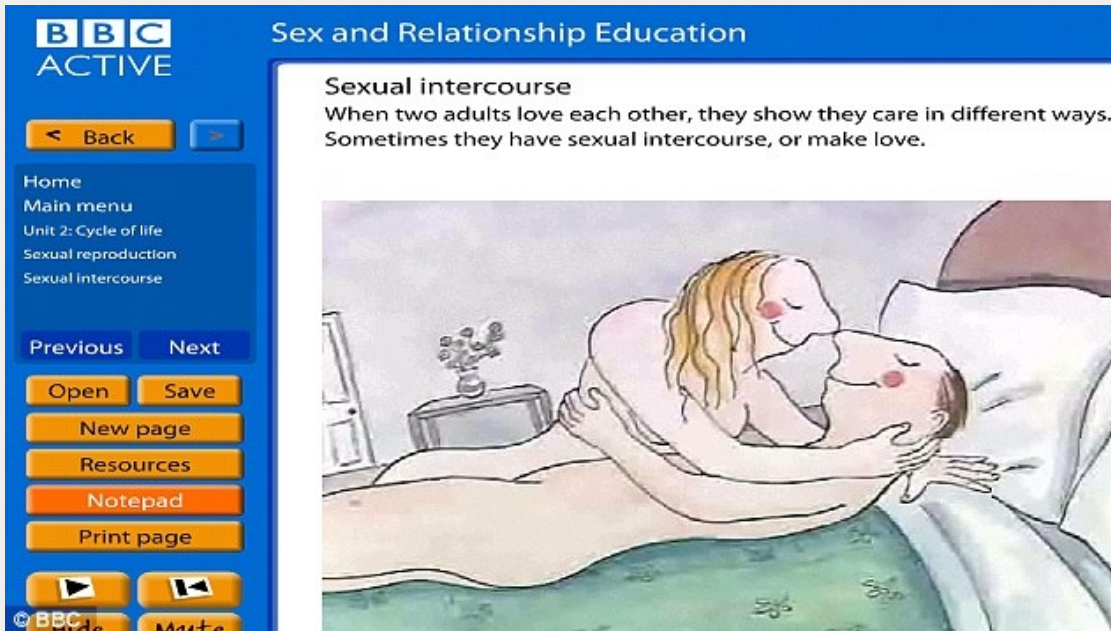
- Different family patterns 不同的家庭模式
- Marriage and partnerships 婚姻與伴侶關係
- Celebrating events 值得慶祝的事
- Birth 孩子誕生
- Marriage 結婚

Unit 5: Friendships 第五單元：友情

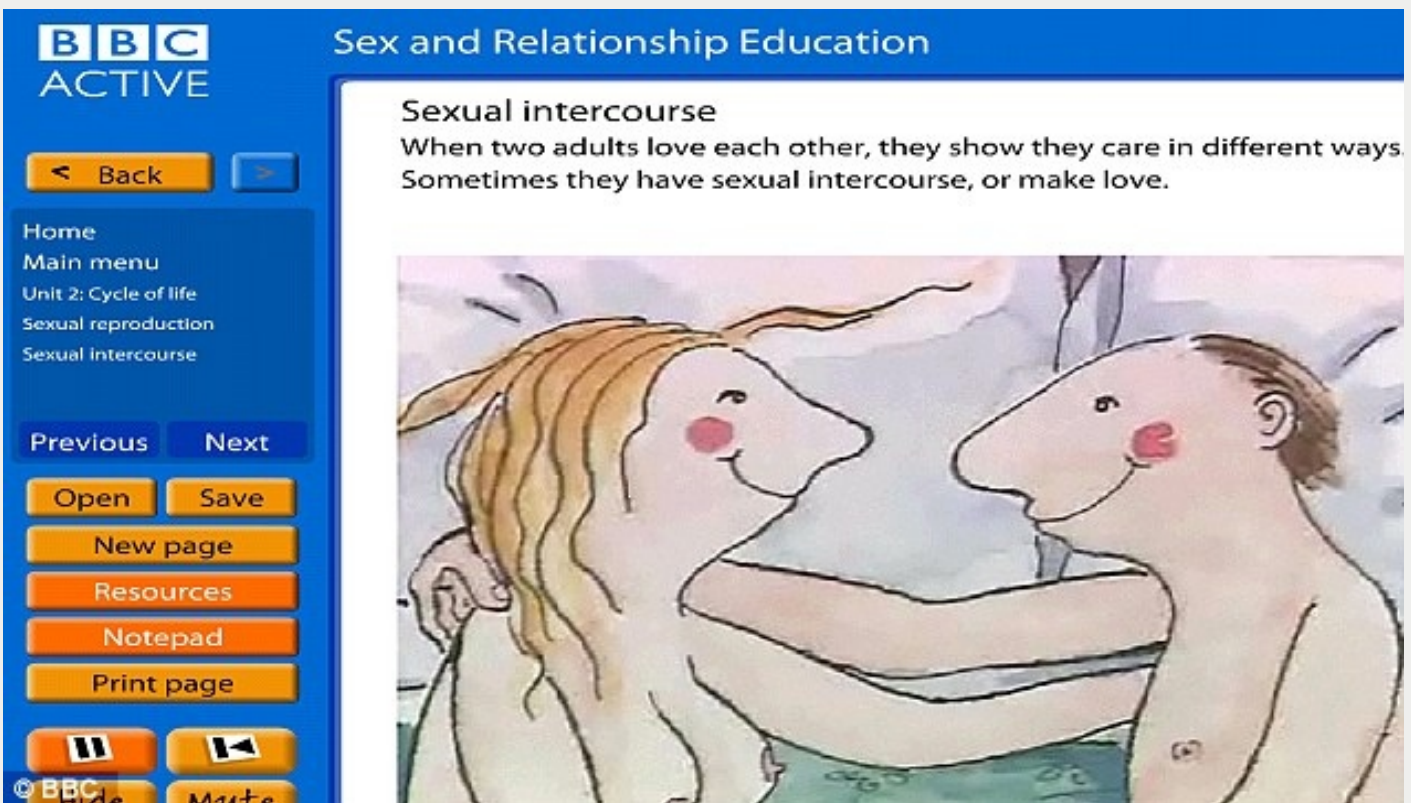
- Making friends 交朋友
- When friendships go wrong 誤入歧途時該怎麼辦
- Keeping friends 維持友誼



其中在生命週期的單元裡，教導性與生殖，青春期與性的部分，點選的畫面出現男生裸體洗澡的畫面，呈現青春期身體的變化；另外一個畫面則是出現女生裸體洗澡的畫面，以及性器官和身體的變化。不同於以往教科書用解剖圖或圖畫式的身體，直接以真人裸體出現的影片，讓許多家長和老師無法接受。



而在「性交行為」的單元裡，說明語為「當兩個成人彼此相愛時，她們對彼此的關心表現為不同的方式，有時候她們會進行性交行為，或做愛。」這個畫面是女性側躺在男性身邊，女性從上面環抱著男性的脖子和肩膀，她們也裸身相互對看。



英國保守黨Andrea Leadsom則針對男女性交行為的圖畫表示意見：「它看起來很怪，不是傳統的傳教士體位（男上女下），女性在上，看起來好像很好玩？」對此她說有許多家長甚至小孩表示看了影片後覺得不舒服。她才提出希望兒童性教育影片可以和電影一樣，進行分級標準。英國BBC ACTIVE則告訴媒體，所有的資訊她們都有針對年齡做適當的區別，教師可以針對她們覺得適合學生的部分進行教學。

「影片」無論是動畫、短片、有劇情的紀錄片、科學紀錄片，甚至公開放映的電影，其實在選擇作為性教育的教學素材前，教師仍然具有「篩選」的權利，也就是因為家長和老師以及社會大眾的「層層過濾」，我們的孩子要從哪裡得知真相呢？事實上在網路傳媒、youtube、Facebook上面孩子們每天都在分享，和世界各地交流不同的資訊。教育影片不是走「煽情」、「誇張」的路線，而是秉持健康、中立、自然的態度，更重要的是詮釋者與教育者的角度及觀點，若教育者心中覺得污穢與骯髒，無論看到任何跟性有關的畫面都是骯髒！因此最重要的仍是改變教育者的性態度與性觀念。

參考資料：

1.英國考慮引入小學性教育影片分級制

2012/06/15取自：

http://www.bbc.co.uk/ukchina/trad/mobile/uk_life/2012/06/120615_life_sex_ratings.shtml

2. Allan, Emily(2012).BBC sex education video 'is like porn': MP criticises explicit material and use of naked men in film for nine-year-old pupils.

2012/01/13取自：

<http://www.dailymail.co.uk/news/article-2085558/BBCs-sex-videos-children-like-porn.html>

徵觀點

無論您是學校教育第一線教育者、行政管理者、研究者，或是在實務領域從事相關照顧、保護、教育工作，您對於「校園販售保險套」以及「青少年性教育或兒童性教育影片尺度和內容」有任何意見和想法，歡迎投稿至本刊交流！我們將在每期刊出讀者意見！



性聞新知

性健康的趨勢

愈來愈多女性瞭解「性」是健康生活的一部份，規律的性生活好處多多，包括維持健康、消除壓力、獲得品質較高的睡眠和情緒。但在「婦女性健康基金會」針對391名女性作的調查裡，仍然有43%的女性在一生中會經歷性困擾或性問題，根據不同的年齡層，這些問題或困擾可能涉及了下列問題，如性慾望、性喚醒、高潮與疼痛/不舒服。

對於年紀較大的女性，最大的憂慮通常來自性驅力的下降，因為賀爾蒙的改變可能導致慾望一點一滴下降，也常伴隨其他的小問題，如陰道乾澀或關係改變，而通常這樣的變化通常會同時發生在男性伴侶經歷了勃起功能障礙，需尋求威爾剛或犀利士的藥物治療。

記錄完整的性歷史是解決性問題的重要線索。例如，部分女性性功能障礙可能來自於憂鬱、高度焦慮或尿失禁，此外，陰道乾澀也會影響性交或在外陰部摩擦時的不舒服，但是仍然有治療的方法如使用潤滑劑，就可以重新獲得愉悅。

不是每個女性都想要每天做愛

大部分調查呈現多數女性和男性的性生活頻率愈來愈低，但仍然對於性生活感到滿意。其中2002年由芝加哥大學對已婚夫妻的調查發現伴侶一個禮拜的性生活頻率少於一次，職業婦女似乎比家庭主婦的性生活頻率更高。

爲了健康與滿意的性生活

每一位女性和每一段關係都是獨特的，沒有任何一種定義何謂「正常」的性生活頻率。反而在性慾望的程度、性活動的頻率、性刺激的偏好、女性達到高潮所需的性刺激時間，等等，都有非常大的差異性。為了健康和滿意的性生活，關鍵在於每一位女性都需要瞭解自己的身體，什麼方式可以取悅自己，還有和伴侶達到有效的溝通。

女男平等

臨床醫師通常會對男性發問更多關於性健康的問題，相較於女性而言，對於男性性的問題好像更重要，但是無論如何，研究顯示性生活的滿意度對女性來說同樣重要，為了達到更美好的性生活，女性和男性都有義務，而女性需要學習以更開放、全面瞭解的態度重視任何有關性的議題。

(本文譯自Trends In Sexual Health by Mann Rhonda:
<http://www.thebostonchannel.com/r/15887524/detail.html>)



性聞新知



骨盆肌肉強化器

讓女性「高潮」迭起



英國一家醫療用品公司，開發出一款可以用來收緊失禁婦女骨盆腔肌肉的電擊治療器，想不到許多人試用後卻「驚喜連連」，因為不但可以改善治療尿失禁的症狀，還能帶來美妙無比的性高潮，意外「一箭雙鵰」，目前已經改良成為新一代的情趣用品上市。

這件外型古怪的強化器，末端裝有兩塊金屬板，可放出電流，刺激收縮和放鬆骨盆底肌肉，但沒想到意外觸動婦女下半身的敏感神經，令她們高潮迭起。這家醫療公司鑑於發明「另有妙用」，決定跟性玩具公司「Sex Toys」合作推出一款二合一的小幫手，既可強化婦女的骨盆腔底肌肉，又可為帶她們「攀上高峰」。The Intensity強化器每個售價249.95英鎊(約台幣1萬1700元)。

(本文摘自<http://www.appledaily.com.tw/realtimenews/article/international/20120617/127804>)



性聞新知

靜觀、靜心 與性生活



「靜心」(meditation)、 「靜觀」(mindfulness) 在靈修、宗教、身心靈整合的領域裡，是一種很常見的技巧，主要讓自己能保持在無為放鬆狀態，靜靜地觀照，不做任何事情，達到「領悟」的一種渠道。不同的學門發展出獨特的靜心技巧，如透過跑步、舞蹈、呼吸、聲音等方式宣洩能量，卸除心中的緊張和壓力、穩定情緒。

原本用來修行、領悟的方法，因為可以放鬆身體、柔軟肢體和開發身體敏感度，因此也被運用在治療憂鬱症、情緒低落、焦慮症，1979年美國麻省大學醫學院靜觀中心創辦「靜觀減壓課程」，針對腸胃炎、失眠患者、頭痛等長期痛症的患者展開治療；在心理學界也將「靜心」帶入伴侶治療的技術，修復彼此的親密關係和能量。

在夫妻或伴侶的性關係裡，女性的性喚醒困難、性高潮困難，及男性的操作表現焦慮，關鍵因素都來自於心理壓力，於是“Mindful sex”（在做愛中靜心，或靜心做愛）無論對於「好還要更好」的一般伴侶、對於「想要尋找解決方法」的伴侶而言，都是一種除了生理藥物治療之外的行為改變技術。

在美國許多網站都會介紹達到“ Mindful sex” 的方法，以下兩種關鍵技巧不妨參考：

一、提高身體覺察 (increase body awareness)

關注在「呼吸」是達到靜心靜觀的最基本的途徑，你可以嘗試掃瞄整副身體，緩慢且溫柔地將關注帶到身體的不同部位。如果有哪一個部位是你一直沒辦法專注在那邊的，請想一想如果你用更多的感官覺察在這個部位時，是什麼樣子？你可能總是習慣忽略那個部位，把它看做不存在。事實上，當你提高全身的覺察力時，就會擁有更美好的性生活。

二、在做愛中靜心 (be mindful during sex)

在做愛中靜心（靜心做愛）會幫助你提高注意力，瞭解在做愛的過程裡，你的心是不是在四處遊蕩。當不小心發生（的確很常見）時，和藹地把你自己拉回來。最重要的元素就是「停止擔心你的高潮」，只要專注在你正在享受的所有的感覺，用一種不論斷、不批評的方式。著名的性學家瑪斯特斯與詹森醫師發展的「感官集中」（sensate focus）技巧，亦即伴侶彼此輪流體驗「撫摸」和「被撫摸」的感覺：當伴侶的手指頭來回遊走在你的背部時，那是什麼感覺？這樣的體驗分為「引起性慾為目的」和「不以引起性慾為目的」兩種方式，感官集中練習幫助你學習注意當下，而不是結果（高潮），也不需關心你的大腿胖瘦或鼠蹊部發生什麼事。

（文/編輯室彙整）



床上好速配？ 伴侶的性相容指數

林宛瑾

性相容有什麼意義

為什麼要談「性相容」？無論在哪一個年代、哪一個文化都有存在外遇、劈腿、多重性伴侶的現象，一般討論這類「社會事件」會以道德、倫理、親密關係、心理的立場切入，當然有些生理學的論述會支持這群人在性慾望的基本值，原本就比別人來得高，因此他/她們沒有辦法在單一的關係裡感到滿足。從性心理的角度切入，我們會看見除了一般生理、心理層次的需求之外，在性慾望、性行為與性滿足的層次，性的「相容性」到底重不重要？

性相容一般在大眾的理解為，伴侶的「性生活滿意度」、「性愛協調度」，但是如果從來只有一個性伴侶，就無從比較到底合不合，在判斷合不合的前提下，他/她必須要有一個以上的性對象，才能清楚的瞭解，哪一種性行為是A可以接受而B無法接受。

相容與否，當然無法做為外遇或劈腿的合理藉口，但我們必須顛倒過來看世界：到底是什麼原因讓這一群人願意去追求不同的性愛關係？任何一個人評量他/她和誰之間的性生活「最」好，一定和性伴侶的數量有關。

性相容是什麼

「性相容」可以從三個層面來討論：性的身體相容（外在身體形象，包括生殖器官、高矮胖瘦）、性的心理相容（性溝通、性感受）、性行為的相容（透過性行為的互動）。

在身體方面的相容，亦即對某人的性器官有特殊的迷戀、愛好，例如日本的「名器」評比，將女性的陰道評比為「名器」，亦即這名女性的陰道內的組織有不同的紋裡，環狀或凹凸狀，收縮時讓男人的感受力特強，不僅僅在陰道的感覺，一個人對伴侶身體、皮膚的各種觸感、嗅覺、味覺、視覺，都會影響自己是否能迅速的燃起性慾望，身體相容涉及個人的審美標準，和絕對的美醜無關。

在性行為的身體配合度，一個人很難和同一對象進行所有的性行為，也許和A進行男上女下式，和B進行女上男下式，和C進行後入式的行為是雙方感覺最舒服的。性行為的相容，只能在「你我之間」探索彼此最適合的體位。

這個探索在一般夫妻或伴侶中，早已形成默契，或一直在性生活的過程中協調，一般伴侶（性功能和性慾皆處在最佳狀態時）在雙方開始性生活的一到三年內，就可以把她們有興趣嘗試的姿勢，和最能感受舒服的體位都嘗試過一遍，在嘗試過之後，她們自己會建立彼此的性行為腳本，這套腳本只要換一個人，就會改變其中的一項過程。如果彼此的性滿意度都不錯，表示他們在慾望、頻率、方式都大致可以接受，若此時一方提出想要增加一項新的嘗試，這就會為對方帶來一個衝擊，那我的態度要不要試著改變，去接受這項提議呢？只要有一方的嘗試意願略高於另一方，而另一方願意配合，至少不是完全排斥的情況，將你們想要嘗試改變的行為分步驟實行，是比較務實的方式。

性行為的言語溝通，和性行為的身體配合相輔相成，協調性高低會影響彼此坦承開放的意願，如果一方感覺不舒服，不敢告訴對方或只是配合對方，那麼兩人的溝通並沒有完成。

性行為的心理或生理感受，在個人的部分需依賴平時的自慰訓練，提高身體接觸的敏感度；兩人配合的部分，需透過做愛時不以「射精」或「高潮」為前提，延長做愛的時間分享兩人做愛的感受。

性的人格特質與性行為的匹配

分享感受不是那麼容易。因為兩人的個性、親密感、平時的互動以及許多外圍的因素都會干擾彼此在性生活的匹配性。心理的感覺一下子就被外在的壓力給淹沒了。

每個人在性生活中的人格特質，和日常生活裡的表現也不盡相同。

一個在平時循規蹈矩的教師，在平時需維持教師的形象，學生說髒話時他要負擔糾正的責任。因此這位教師，在床上偶然地聽到女朋友跟別人講電話時罵髒話，他突然覺得很興奮。他在跟女朋友做愛時，都會希望她在呻吟的時候，也能罵髒話給他聽，刺激聽覺，他自己也會用很髒的髒話比如「我想要你」或「插爆你的屁」這樣的句子，來製造床上的情趣。一方面是滿足他的「穢語癖」。

但是他的女朋友平時就是一個很豪邁的人，在業務上她常需要和客戶稱兄道弟，也就是說，她對髒話或黃色笑話已經「減敏感」甚至「去敏感」，她在聽到「髒話」的時候會直覺聯想跟她做愛的人是她的客戶，所以雖然不排斥說，不過在兩人分享私密的這個時刻，她卻覺得心裡怪怪的，認為自己這麼做只是滿足對方性慾。

又如，在性愛中屬於「冒險型」的人格者，他/她喜歡嘗試新鮮的玩意兒，因此對任何沒有嘗試過的性行為或發生性行為的地點、時間都感到興趣，皆想嘗試，但是如果他/她遇到了一個在床上是「安逸型」的性伴侶，總是喜歡循規蹈矩，對於新的地點、陌生的環境覺得焦慮不安，很容易重視許多細節，諸如開車到大賣場逛街時，赫然發現露天停車場的開上去的夜空很美，冒險型的人格來了一點慾望，想要就地嘗試，但是安逸型的伴侶覺得怎麼可以在買東西的路上，東西都還沒買呢，就要進行這種要回到家躺在床上才能作的事？

如果提議的伴侶還願意說服對方（通常可能在熱戀初期），那麼他的伴侶也許會感覺不太好、覺得破壞原則...等等，在這個協商、妥協的過程，常常就會讓提議的伴侶失去興致。

久而久之，夫妻或伴侶很熱中變化的一方，也會變得失去熱誠，因為他/她的冒險性格沒辦法被激發出來，而另一方對安定平常的性需求也沒有辦法被滿足，一開始相處一定會活在焦慮與擔心之中，不曉得伴侶今天又會提出什麼詭異的要求。

這樣的配對其實多不勝數，只是一般人不敢光明正大的說，我的伴侶常要求我做我不想做的行為和姿勢。其實說穿了，就是兩個人在床上的人格無法速配。

婚姻與性相容

性行為的頻率、性行為（在婚姻內）的重要性、性行為的多樣性，是影響婚姻內伴侶的常見挑戰。

事實上，兩人的性相容與否，和對婚姻的經營「無關」。一對伴侶性不相容，其他條件匹配，她們仍會選擇走入婚姻，而性愛很速配的一對伴侶，也有可能不結婚、因為各種因素無法結婚，或各自有談戀愛或交往的對象。當性不相容的伴侶走入婚姻，磨合的時間可能很長，可能有一方根本就不想嘗試磨合，也許認為直接往外尋找對象比較簡單。關係的穩定性，在一方單單只是「性慾」的出走，有時是可以維持平衡的，一旦關係的平衡被破壞，諸如有一人的關係佔有慾望增強，就會讓事件不只是停留在解決「性相容」就沒事的階段。

社會的婚姻制度主要對人類的性行為產生規範作用，如果兩個人在婚姻內希望以封閉式的關係為主，婚姻內的性相容該如何經營？若用外遇關係來比喻，除非兩個人都去找各自的風景，不然你可能會說，這個風景不是我設定好要看到的，所以我感到很震驚！非常震驚，因為我根本沒有想到你會去擅自更改我們共同設定好的路線！那怎麼辦？

開放式的婚姻和封閉式的婚姻沒有優劣之分，兩個人只要對婚姻的經營保持一貫的立場，那

就是他們對婚姻的共同目標與承諾。但是這個承諾可不可以改變？當有一個外在事件發生時，就是導致兩個人的目標是否要重新設定，重新定位，就像是你們開車被GPS引導到一個死巷，那兩個人要在死巷裡打轉呢？有些人就會將錯就錯，既然迷了路，那麼找附近的風景逛一逛也好，有些人會很堅持今天我一定要到固定的景點，所以我們要重新設定導航，讓導航帶著我們走。這個導航就是夫妻和伴侶對婚姻的共同「信念」。當一方不再那麼堅持信念的時候，另一方願意妥協或放低姿態，導航真的那麼重要嗎？有時候不見得，兩個人在開車到某定點的過程中也看到風景了，也走了各種路線。那就是兩個人的收穫。

一個人的價值觀，其實在大腦裡早已經設定好一條道路，今天我們思考事情的方法、解決問題的方法，也都和這個設定相去不遠。

性相容性是否能做為婚姻經營遇到考驗的藉口？對婚姻以及伴侶關係的價值觀在於：承諾、伴侶的共同生活態度、共同生活目標、如何面對困難（無論是感情衝突或外界刺激引起的困難）。彼此在對婚姻的價值觀下，兩個人對心理、身體或行為的相容，也許只能從性行為的相容來改變。當一個人認為仍願意維繫婚姻關係，但無法滿足婚姻內的性生活，世俗的觀念來看是禁不起「誘惑」，站在健康與科學的觀念而言，他/她只是去行使他應該有的性健康的權利。因為他婚姻內的另一半可能不重視，或者不像他/她那麼重視性的健康，在權衡之下不可能使對方改變態度和行為，只能自己改變。

每個人有不同的人格特質，在床上也會有不同的「性人格」，床上的人格和一般面目的人格，不見得一致，有時可能會完全相反。瞭解彼此的性人格特質，和對方匹配與否，可以協商對性生活的期待，協調彼此的需求。尚未決定選擇伴侶的人，又覺得性生活對自己很重要，絕對必須考量性生活的相容。

本專題企畫希望從歷史文化、心理、行為、親密關係、社會現狀等不同面向，探討夫妻或伴侶之間的性與愛的相容，床上的互動、性格和床下的互動、性格有什麼關連、特色和交互影響？

歡迎分享您的研究新知、個案故事、文獻評述或創作。



歷史中的性相容

文明就是對欲望的限制。這話沒錯。

可是任何形態的文明都不同意取消欲望。於是麻煩就跟著來了：上帝在製造男人與女人的時候，早就設下了陷阱男人一次性交便能射出數億精子，而女人終其一生也只能培育幾百個成熟卵子；男人是一隻單發槍，槍響過後是不應期。女人沒有不應期，所以科林斯的女人們能把屠城的波斯大軍阻擋在床上……。

這個差異之所以成為陷阱，是因為它一旦傳導至心理層面，就會在“性人格”上留下永久刻痕：男人天生就是一隻喜歡沾腥的貓，內心深處永遠都在渴求佔有更多性伴。一次即能射出上億精子的稟賦，以理論說，他在遺傳上幾乎具有無限的可能性。土耳其蘇丹曾創下繁衍五百多個兒子的紀錄，但是這些兒子絕大部分他都不認識，而後宮中那些做了母親的女人，卻能迅速從五百多個孩子中找到自己生育的那一個。

當然這只是個特殊的事例，然而它卻能說明女人比男人更關注“產出”以一生中僅有的幾百枚卵子之一“投資”，這枚卵子的體積是行將與它相遇的精子體積的八萬五千倍，即合夥人的投資比例為85000：1，她能不關心結果嗎？所以女人有強烈的代價意識，天生渴求男人對她的專注與專一。但這種渴求並不是對稱的：史前漫長的供養制性關係早已使女人懂得，多性伴是供養多來源的保障，“爭寵”可以溯至史前……

在迄今為止的大部份歷史中，由於男人在基因遺傳中佔據絕對優勢；在生產創造活動中成為主導力量；在社會生活中掌握財產分配權，女人的性表達多數時候是在男人的誘導之下流露出來的。這是全球流行父權文化的必然結果。因此歷史偶爾曝了一點性相容的料，也都明顯地蓋有男人導演的印記。

清人紀曉嵐流放新疆時，有地方官名木金泰者對他說過一件當地奇案：寧夏籍青年布商何某，為人儒雅大方，好交遊，但不喜女色。卻原來何在家中養了一群小母豬，平時洗濯潔淨，好與豬交。日久，豬亦漸通人性，何每歸來，豬即簇擁身旁，依偎挨擦，“如昵其雄”，何即與之交媾。未料家僕將此事外泄，何顏面盡失，自覺羞愧，投井而死……

紀曉嵐聞此訝異不已，遂感慨賦詩--

石破天驚事有無 從來好色勝登徒
何郎甘為風情死 才信劉郎愛媚豬

除了感覺奇怪，紀曉嵐似乎並未對何某有譴責之意，倒是頗為同情。只是紀弄錯了一個史實：劉郎所愛之“媚豬”並非豬，而是一位波斯女子。劉郎應指五代南漢末世君主劉鋹（958-970在位），媚豬是波斯國送給他的一位嬪妃，因為體態豐腴，賜號“媚豬”。

據陶穀《清異錄》，媚豬“豐腴而慧絕，善淫，曲盡其妙”。看來這位波斯女子不僅性感，且身懷性戲絕技。那邊廂，卻是個莫泊桑筆下的“莫蘭公豬”，兩造相遇，還不火光沖天、山崩海嘯？劉鋹好觀淫，得媚豬後益發不能止，時常選取宮女及少年中之“妖俊美健”者，裸居後園，令他們自由交合，劉鋹則偕媚豬巡遊其中，稱此活動曰“大體雙”。有時兩人在這性愛舞臺上欲火攻心，劉鋹屢屢讓美健少年與媚豬裸交，他在旁盡情觀賞。不斷的場景刺激，竟使後園養的寵物也深受感染，每遇“大體雙”活動，它們就自動交合起來……

觀淫非大惡。快感乃是美感的生物學基礎。其實人人都有觀淫的沖動，只是有沒有現場條件、敢不敢於公開說出來而已。曆朝曆代，皇家好此。兩漢諸帝諸王、兩晉十六國、唐宗宋主皆好此道。漢宣帝五鳳年間（前57-前54），濟北王劉終吉讓他所喜歡的家僕與自己的八個老婆及其他姬妾通奸。他們作愛時，劉終吉也在同一個被窩裏。南朝宋明帝劉彧，喜於宴會時觀嬪妃與人交。唐中宗時，上官昭容引武三思入宮，與韋皇后通奸，而中宗在床下侍候助興！據《十六國春秋·前秦錄》，苻堅曾“使宮人與男子裸交於殿前，引群臣臨而觀之……”

與觀淫相對應者，應稱“曝淫”，即將自己淫行示於他人觀賞。五代閩惠帝王延鈞，占了其父王審知的女人陳金鳳。金鳳性淫，與王延鈞的同性戀人歸守明、院使李可殷等恣意通姦，而從不避諱。王延鈞跟皇后陳金鳳嬉于九龍帳中，帳內燈光照耀，令宮人太監環列四周觀看，每于性交時皇后發出呻吟，眾宮女便一齊摹仿，皇后叫一聲，宮女們也叫一聲，形成多聲部淫聲大合唱。

從這些性樂史料中，無疑可以排除暴力因素。不存在一家歡樂一家愁之說。至若太宗強幸小周后，那是南國美人遇到了北方來的兵痞棒槌，文明遭遇了野蠻。宋滅南唐後，太宗趙匡義慕李煜那位小周后，多次把她宣召進宮強行奸污。小周后每次隨命婦入宮，出來便痛哭大罵。時人因此作畫《熙寧幸小周后圖》諷之。明人沈德符在《萬曆野獲篇》中曾描述過圖中所紀錄的場景：

“太宗戴襪頭，面黧黑而體肥；周后肢體纖弱，數宮女抱持之，周后有蹙額不勝之態……”這是革命領袖在強暴被推翻的貴族階級。

其實中國女人從很遙遠的年代開始，就面臨着性相容的課題。諸侯一聘九女，齊人有一妻一妾。性關係從一開始便呈現出複雜局面。連個已經淪落到乞食地步的齊人，也佔有兩個女人，更遑論在大宅豪門之內。古時，中國有制度規定，諸侯若聘一國之女為妻，則有同姓兩國送媵從嫁，此三女又分別有自己的妹妹和侄女陪嫁，如此，一把蘿蔔不零賣，一娶就是九位。至於士人

卿大夫，則按地位高低等而下之。九位女人如何分配與丈夫同房？國家制度指導的做法是：9位配偶，其中1位是夫人，還有兩位是夫人娘家從嫁而來的“媵”；這3位女子又各有兩名陪嫁姑娘跟隨而來，總共是9位。陪嫁女兩人一組侍候丈夫睡一晚，6女則需3天；兩位媵再侍候丈夫一晚，則4天，最後是第5天晚上由正妻一人跟丈夫過夜，因而稱“專夜”。這就是五日之禦五天一輪值。

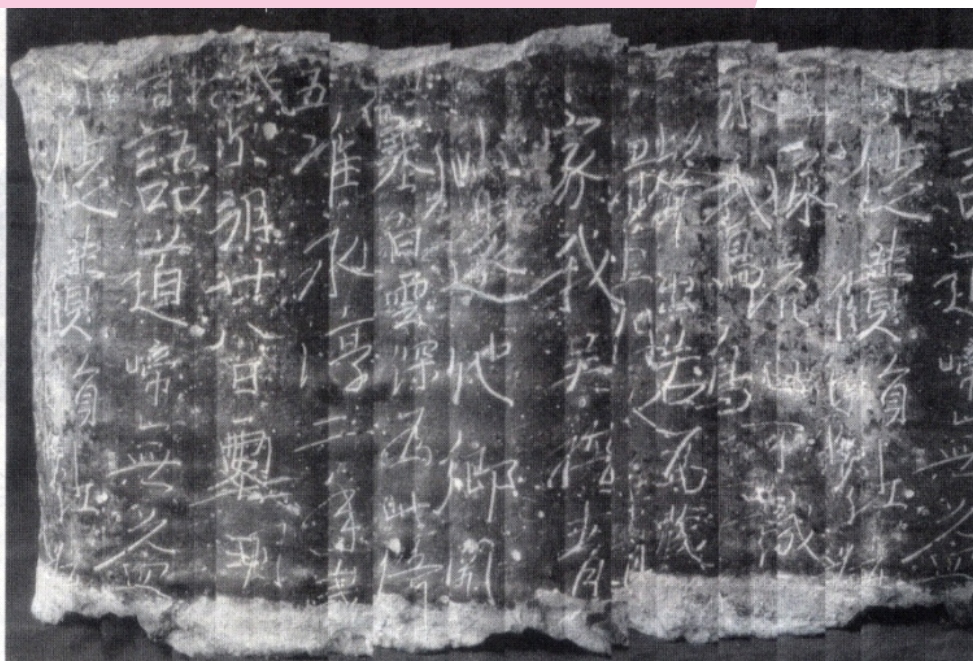
實際的情況遠比制度規定更複雜，因為諸侯九女或士一妻一妾的限制很快就被突破了。例如晉時石崇有姬妾上千；李百藥說唐宮盛時宮人四萬。飛燕、合德若不是在性相容上做足了功夫，綠珠、玉環若非性人格臻於至美，哪能令男人在天願作比翼鳥，在地願為連理枝？

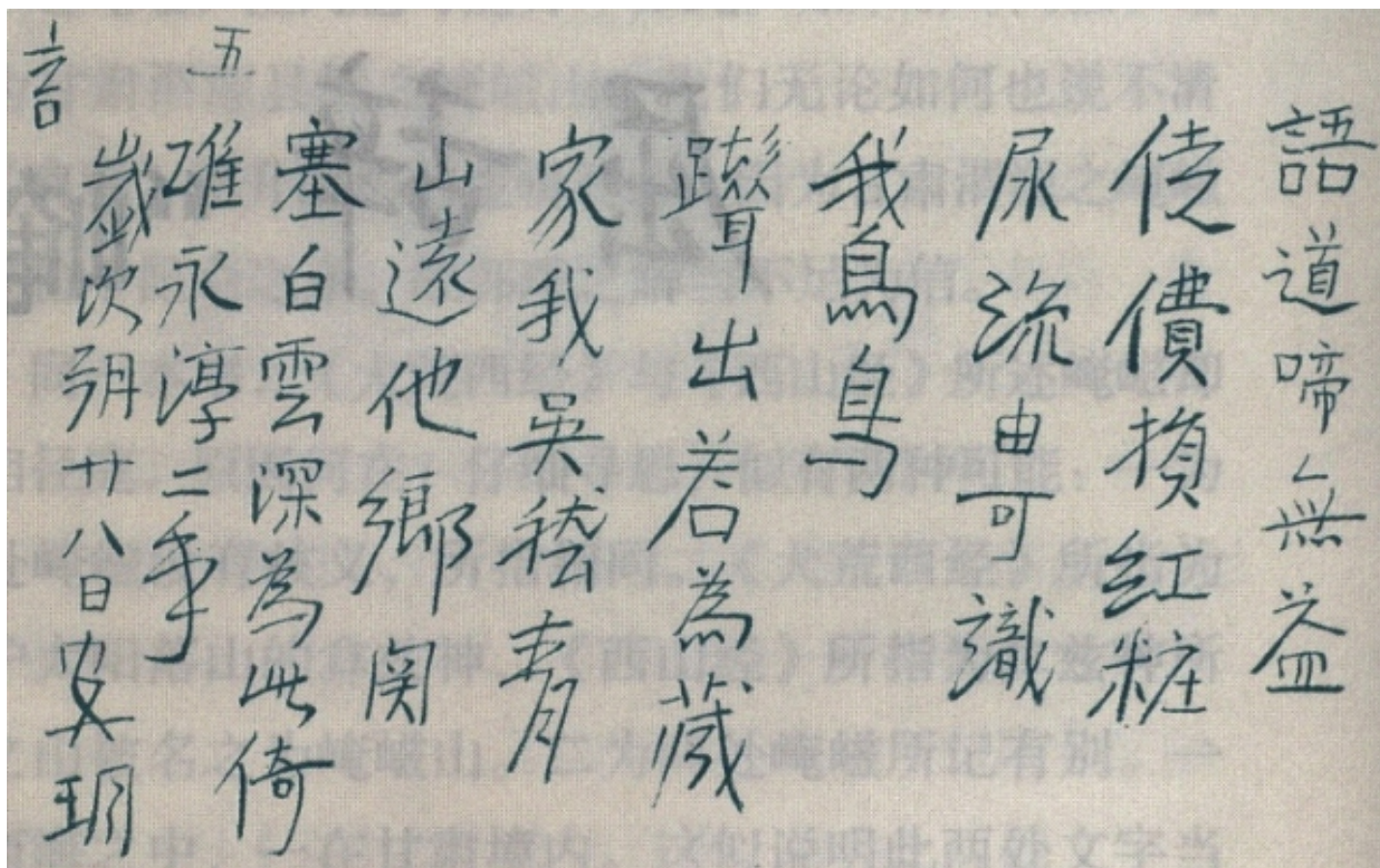
性相容的意義，在婚姻中無疑不應只局限在配偶間；性相容的涵義應該周擴至同性。韓熙載偶然回家，正值內眷與客偷情，連忙回避，笑說：“不敢阻興！”畢秋帆清晨闖入尚在床上的姬妾房中，見妾被子下有東西凸起，妾有慌張之態；以手探被底，乃男子腦袋。畢笑道：“真好頭臚！”文明從吃飯開始；文化，從性開始。信哉！斯言

敝人居四川成都，文君故里邛崃不遠。邛崃有官窯。前此有人從遺址得一陶器甚怪異：狀若線緋，長可八寸，外周隱約有刻字。藏者不識，求辨。

蜀中流沙河先生摹寫其文如下--

反復識讀，可知實為一封家信，其文為





語道啼無益

徒費損紅粧

尿流猶可識

鵝屝躡身出汝為藏

嗟我吳稽青山遠

他鄉關塞白雲深

為此寄鴻

永淳二年歲次（癸未）三月二十八日

安玥言。

這是一封寫於公元683年、唐高宗永淳二年的家書。寫信的人是一位叫安玥的浙江會稽籍女犯，其時正在邛崃官窯服流刑。安玥因何獲罪？遇赦與否？均不可考了。信的內容卻有趣。她先是說，她已經懂得啼哭是沒用的，只是徒然毀了自己青春容顏而已。接着便警告丈夫：你若撒一泡尿也會留下濕痕，若是陽具勃起千萬藏好。言下之意不可亂插，否則事情早晚要敗露。下面引用兩句可能是聽來的詩，表達惆悵之意。

這個安玥顯然是位粗通文字的勞動婦女，她的語言十分俚俗，卻又能引用詩句，足見有些小資情調且自視甚高。家書為何燒制在陶器上？這個紡錘樣的圓筒，其實是燒陶時托墊泥坯的底座，

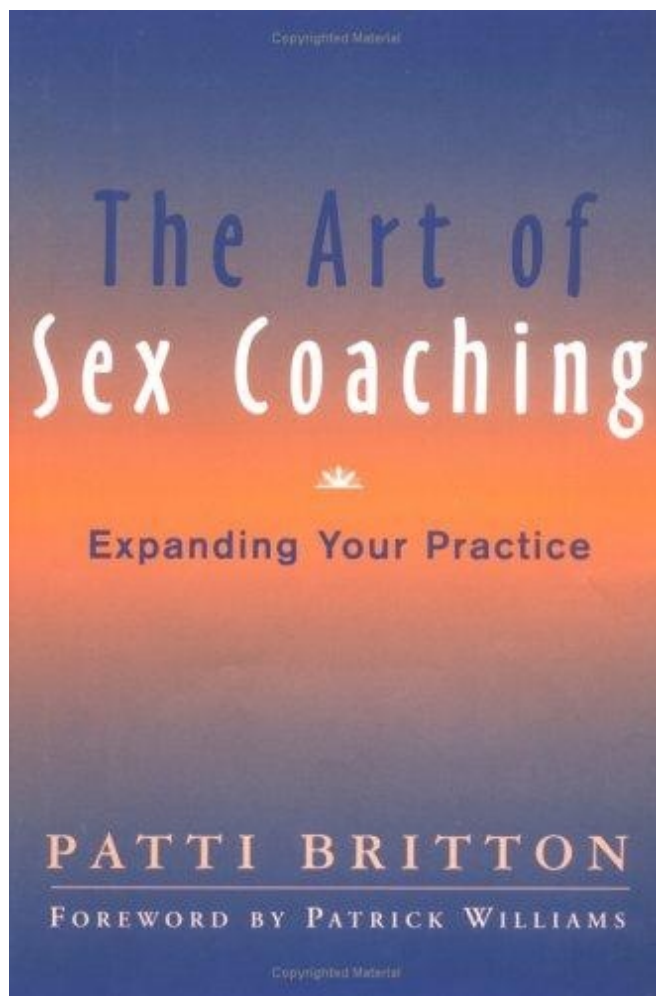
屬消耗性工具，安玥就是專門制作這個工具的。燒制這個工具亦需先做泥胎，安玥某天在做泥胎時想到了寫信，就便在軟泥胎上刻劃下了草稿，又鬼遣神差般送入了窯內，燒成了留存千年的陶制檔案.....

安玥傳達給我們的資訊是：她絕不同意性相容！

李書崇

作家，人文學者，中國著名性學和性文化學研究專家，性書翻譯家。他博學而富有開拓性的人文學術研究，在中國學界負有盛譽。關注自然與文明生態、性、死亡、宿命等宏大課題。主要作品和譯作：《性文化史綱》，《死亡簡史》，《司馬遷傳》，《水中日月(東西方沐浴文化隨筆)》，《東西方性文化漫筆》，《意識形態與烏托邦》(K·Mannheim : Ideology and Utopia) 等20餘種。

誰需要性教練 (sex coaching) ?

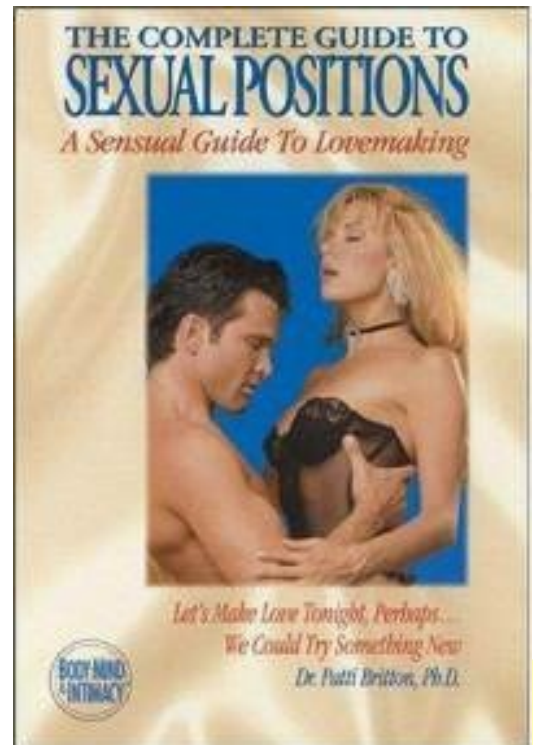


「性教練」(sex coach)在美國已經風行了好一陣子，由台灣婚姻與家庭輔導協會林蕙瑛理事長翻譯(2011)《不要讓床冷掉如何成為一位性教練》(The Art of Sex Coaching-Expanding Your Practice,2005)，則將「性教練」名詞及概念引進台灣。在台灣、新加坡、中國大陸及香港等地，也存在「性指導」或「性治療」、「性諮商」的實務工作者，而「性教練」既整合諮商或教育的助人工作技巧，也同時具備彈性的「身體工作者」(body worker)之方法，適合所有「性助人工作者」(sex helper)使用。林蕙瑛博士在2011年也首度在台灣開設「性教練」的實務工作坊，針對男性及GLBT常見的性擔心(Sexual Concerns)與解決、伴侶/夫妻常見的性擔心(Sexual Concerns)與解決，進行系列的課程及操作。她對「性教練」的引言如下：

性教練(sex coaching)是從事助人性專業(helping sexuality profession)人士所使用的最新名詞。性教練(sex coach)一詞是十幾年前，性教育(sexuality education)與個人生活教練(personal life coaching)的組合。性教練並非性諮商/治療師。差異卻很難明確指出，因為性教練是如此新且執業者是來自不同的專業背景。

更明確地說，一位性教練可以被描述為身為生活教練(a life coach)，但特別針對案主的性生活。然而性諮商/治療師學習性教練，則可更貼近案主的性生活及解決其性困擾的需要，亦可達到治療之效果。

圓滿的性生活是維繫伴侶關係重要元素，伴侶諮商則是現今諮商、治療最主要項目之一，透過此論壇，不僅能深刻培養對於「性」健康且正確的態度，進而自在且坦誠地與案主侃侃而談「性」事；更重要的是，透過此一論壇，能深入學習到協助案主或伴侶之間順利克服性障礙的技巧與方法，使案主或伴侶順利展開性生活，建立和諧性關係並提高性生活素質。



「性教練」的原文作者佩蒂·布利登(Patti Britton PH.D.) 博士在性學領域具有頂尖的領導地位：擁有公共衛生學院性學的碩士和博士學位，具備高級性教練資格，亦是美國性教育師、性諮商師與性治療師協會(AASECT)前會長、美國臨床性學家協會研究員(FAACS)、美國全國性學行業專科醫師、AASECT認證合格的性教育師、美國性學學院終身會員、美國性的科學研究學會會員、舊金山人類性學高級研究學院性學助理教授、芝加哥專業心理學校性學學程主任。

身為國際協會認證的臨床性學家、全球知名的性教練，她不僅在專業界聲望卓著，同時也深受社會大眾喜愛。她是Sex Coach U機構（全球最早的性指導認證和訓練機構）的創立者之一，

著有上百篇專刊、四本書籍，出版了三十五套性學DVD，更在網路性學如iVillage.com網站中扮演重量級角色，是電視訪談節目的常客，也深受平面媒體歡迎，活躍於各種雜誌、報刊。

佩蒂·布利登在她的網站上說明自己為什麼成為一位助人工作者，有一段很深刻的告白：

當我還是一個小女孩的時候，人們常請求我的協助與建議。我的人生志願就是成為一位性教練和臨床性學家，幫助人們找到自己的真實「性自我」，以及理解她們的「性潛力」，成為「性自由」的鼓吹者。這就是我的生命、我的生涯之路，我不會再追求其他的夢想。

佩蒂·布利登創立了「世界性教練協會」(The World Association of Sex Coaches)，進行性教練的培訓工作坊、課程及不同階段的專業認證，基本上為提供助人工作者或身體工作者、諮商師、治療師一個額外的機會取得執照。在美國，同時也可以查得多位性教練工作室/者，她們對「性教練」的原則有普遍的規範，但在實務執行的層面上，也具有「個別差異」，每位實務工作者可以建立自己的工作倫理守則(詳見「性教練不是...」)，諸如：是否與個案進行肢體接觸，Celeste&Danielle進行的「調情技巧」則與Catherine Coaches的倫理原則不同，前者既然教導個案約會及調情，就必須實際上讓個案練習，而教練則順應個案的肢體動作給予回饋和回應，不同於後者的規範(如下)：

● 什麼是性教練？

高度個人化設計的課程，能讓個人安全的在性領域裡的禁忌話題探索個人的信念與評斷
增強性方面的競爭力和自信心
讓個人能面對最真實的性自我(sexual self)
是一個短期的計畫，幫助你聚焦在朝向性充實的明顯目標或可以量化的計畫。

● 性教練不是…

性教練不是談話治療，它是一種「增能」的過程
性教練不是性替身(代理性伴侶)治療
客戶和教練不會共同從事任何形式的性活動
絕對不會動手的接觸
教練不會觀看客戶從事性活動
性教練不是性治療

性教練以現實中心的治療模式進行計畫，而非強化個案過去的性史或曾經受過的創傷如何影響現在的處境

新的個案約需花75分鐘左右的時間詳細的填寫並完成個人的性史，然後性教練會和個案針對他想解決的特殊處境或狀況，設計需要進行的課程次數，以及如何達到個案想達到的目標。

通常的情況，大部分的個案會從三到六次的課程當中獲益，但每位個案的情況都是特殊的。主題可能會包括下列議題：

- 學習如何和自己的「性自我」溝通
- 准許自己變得比較「性化」，以及擁有性的任何想法
- 學習以愉悅為主的生理解剖知識，以及如何達到性愉悅
- 學習如何有效的處理性慾望
- 學習建立更深的親密關係的方法
- 探索個人的幻想與癖好
- 觀察自己的身體形象（包括面對生殖器官的害羞等等）
- 如何變得比較容易達到高潮
- 如何安全地使用你的性玩具或助性用品
- 學習如何和自己的性慾自在相處，如何變得更有自信
- 學習性與健康的議題
- 學習改善性技巧

對於「性教練不是什麼」、「不從事什麼」，即便取得了性教練的行業執照，仍有自己的彈性空間，在性諮詢、性治療的工作之外，性教練到底能發揮什麼具體的作用，而不成為「三不管（做）的模糊地帶」，也是從事性助人工作必須面對的課題。

針對個案的特殊性問題，每一位專業的「性助人工作者」，根據安農的「P-LI-SS-IT」（普里西特）治療模式，在「SS」（特殊建議）的階段，若個案不瞭解自慰的技巧、自慰的方法不正確，身為教練，必須決定使用教具，或親自觀看個案自慰，此時助人工作者的「名稱」是什麼並不重要，關鍵在於使用什麼方法才能實際幫助個案；個案和教練之間的關係，是為共同構造出來的合作模式，而不同於醫療系統的醫病關係。

誰需要性教練？端看廚師端出什麼好菜了！在華人的文化裡，要將性教練、性諮詢和性治療比擬為擅長不同菜色的專業廚師，還有一段長遠的路值得有志之士開拓！

參考網站

Dr. Patti Britton : <http://www.sexcoachu.com>

世界性教練協會 : <http://www.worldassociationofsexcoaches.org/>

Catherine Coaches : <http://www.catherinecoaches.com/home.html>

Celeste & Danielle : <http://www.celesteanddanielle.com/>

提升國民「性」福指數— 《性權與情慾的對話》座談紀要



第三屆高雄市性健康協會年會舉辦專題座談，希望增進市民更注重人生的「性」福。

時間：2012年3月24日

地點：高雄商旅3F卓睿廳

主持人：高雄市性健康協會常務理事 王素女 老師

與談人：樹德科技大學人類性學研究所 簡上淇 教授

台北醫學大學附設醫院婦產部 陳菁徽 醫師

專題座談策劃緣起

撰文/王素女

性權就是人權，建立在所有人類的基本自由、尊嚴和平等之上。健康是基本人權，性的健康和健全發展也是基本人權。性的完整發展對個人、人際、社會的健全而言，都是不可或缺的。因此1999年「世界性學會 (World Association for Sexology¹) 」在香港召開的第14屆世界性學會會議，由亞洲大洋洲聯合會創會人吳敏倫教授擔任主席，會議上通過了《性權宣言》²，條列如下：

1. 性自由權：性自由涵蓋了個人表達其全部性潛能的所有可能。但是，性自由也排除任何時間、任何情況、任何形式的性強制、性剝削和性虐待。
2. 性自主權、性完整權、性身體安全權：人有權利自主的在其個人及社會道德的脈絡中決定如何進行其性生活。人也有權掌握並享受自己的身體，免於任何形式的虐待、殘傷、和暴力。
3. 性隱私權：只要不侵犯他人的權利，個人有權對其個人有關親密關係的決定和行為保持隱密。
4. 性平等權：人應該免於所有形式（例如性、性別、性傾向、年齡、種族、階級、宗教、身體障礙、以及情感障礙）的歧視。
5. 性愉悅權：性愉悅（包括自慰）是個人身體心理智力和靈性完滿成熟的來源。
6. 性表達權：性表達的範疇遠超過性愉悅或性行為。個人有權利透過溝通、碰觸、情感表達以及愛戀來表達其情慾。
7. 性的自由結合權：人有權利選擇結婚、不婚、離婚，或者建立任何其他有責任感的連結關係。
8. 生育自由權：個人有權決定是否生育、何時生育、如何生育，也有權享受所有調節生育的措施和資源。
9. 性資訊權：不受阻礙、合於科學精神的性探究可以生產性資訊，並經由適當的方式傳播於社會的所有階層。
10. 全面性教育權：性教育應該涵蓋從出生到生命的各個階段，並且動員所有的社會建制。

1. 世界性學會成立於1978年，於全世界五大洲發展八十多個團體會員及許多個人會員，成立宗旨為推展與落實性學的觀念，促進網絡團體之間的聯繫，如固定舉辦年會交流各國科學發展。世界性學會現已更名為「世界性健康學會」(The World Association for Sexual Health)，重心放在推動性健康促進的公共政策，並促進全體人民的性健康權利。

2. 2000年9月2日中央大學性／別研究室翻譯，網址：國際邊緣 <http://intermargins.ncu.edu.tw>、性／別研究室 <http://sex.ncu.edu.tw>

11. 性健康照顧權：所有的人都應該可以享受性的健康照顧，以預防並治療所有因性而生的關切、問題及失調。

在台灣，上述的性權利仍有多數未受到認可與重視，當代台灣婦運團體著重於婦女的工作權、教育權、財產權、參政權等性別平等政治之權利爭取，關於女人的性慾政治密不可分的身體自主權與性自主權，政府本來立意良好，於是立下「性騷擾防治法」、「性侵害犯罪防治法」保障弱勢的女性，不被性暴力侵害，這也是實踐「性身體安全權」的一部分，但卻被性知識不足的侵犯者無限上綱為「性自主」，而在騷擾與侵害的大帽子底下，草木皆兵，因此「just say no」，同樣剝奪了真正的性自主權，窄化了兩性情慾互動的社會氛圍。

大多數的女性把性的主導權自然的交給了男性；而主動求愛，展現自己慾望的女性反而會讓人覺得淫蕩、骯髒。女性情慾長期在父權體制的運作下，造就了女性在慾望的展現上受到限制。女性被教導有情慾是危險的，「貞操」、「純潔」、「專一」等才符合主流的良家婦女形象。不符合良家婦女想像或實踐的「性」，違反一般大眾性道德的性皆易受到嚴重的批判，讓女性的情慾一直都被壓抑著、扭曲著，尤其是情慾之中性慾的部分更具爭議性。因此女性的性權利除了保護自己，抗拒違背自己意願的性交；也同樣應該包括女性的主動選擇。

在本次年會中，我們將探討性權及情慾的互動關係。自古以來，在道德、文化及慾念三方糾葛之下所產生的男女性平權議題，在東方社會一直是被壓抑的。然而男女的平等必須包括性在內，讓女人也和男人一樣，自發地、自主地、自覺地和自我調節地去充分享有自己與生俱來的性能力和性愉悅。由於女性的性權與情慾是長期被忽略甚至避之不談，為此，在年會專題座談中將聚焦討論讓女性的「性權與情慾」議題公共化。座談中特別邀請目前任教於樹德科技大學人類性學研究所的簡上淇教授；同時也是長期致力於性學與性史、性哲學、雕塑、性藝術文化、性與宗教、性能量開發等專業領域的老師，與目前擔任台灣婦女健康學會副秘書長、同時亦在樹德科技大學人類性學研究所博士班進修的陳菁徽醫師來對談，希望透過他們專業而長期的觀察和積累能幫助我們面對目前社會脈絡和文化變遷，帶給我們更多元的視野。

每個人都擁有不同的性經驗、態度與價值觀，專題討論的內容可能會帶給與會者信仰與經驗的衝擊。討論的性愛議題可能敏感，甚至讓與會者有些情緒反應，但這都是學習中不可或缺的一部分，希望透過討論，讓人們認識自己潛移默化的價值與信仰。另一方面，這些反應也可能進一步讓人更確定自己目前的性愛觀。

王素女（以下簡稱「王」）：今天我很開心可以主持這場「性權與情慾」的對談。其實，我們知道性權就是人權。健康也是人權。性的健康的健全發展，對我們個人跟這個社會是不可或缺的。在西元1999年十四屆世界性學會議通過的「性權宣言」，各位可以參考有哪些項目。我們台灣在兩性平等的發展上，著重在婦女的工作權、教育權、財產權、參政權，你會發覺獨漏了一塊，那部分就是在身體自主權的部分。身體自主權的部分，在這幾年我們也看到政府立意良好，也立了「性騷擾防治法」、「性侵害防治法」等法案。其實，也就是要保護我們這些弱勢的婦女，希望不要受到暴力的侵犯。可是，也被一些人士誤解了。因為他們有的性知識不足，就會無限上綱---這個性的自主權讓女生只會說NO。我們看到了很多社會議題的部分，也因應這些法案而產生的很多紛擾和紛爭。因此，我們希望透過這次座談及論壇，聚焦在女性情慾的部分。在座的女性也很清楚，傳統我們被教育「情慾」是危險的，女生對於性的部分不能非常地主動。不然，就會被認為非常地淫蕩或者很「姣」（編按：女性展現與賣弄性感，在俗語或閩南語方言具有貶低之意）。女性長期對於這種道德文化糾葛及框架的約束之下，我們就有很多不敢在慾望上有一些展現。

今天在座談會當中，特別邀請到樹德科技大學的人類性學所簡上淇教授。簡老師長期致力於性學與性史，性哲學、性雕塑、性藝術與文化、性與宗教及性能量開發等等。

我們也邀請到陳菁徽醫師，她目前是台灣婦女健康學會的副秘書長，目前也在樹德科大人類性學所進修博士班，也是台北醫學大學附設醫院婦產部的主治醫師。我們今天要藉由兩位專家的專業跟領域帶領我們去看看不同情慾的視野，希望給與會的來賓有一些更開闊的眼光。

華人女性的性與身體

王：首先，我想要請教的是陳菁徽醫師，妳本身為婦產科從業醫師很多年了，也看過許多女性朋友的私密部位。在問診的過程當中，妳們也談過很多私密的話題。妳認為妳這一路走來，妳對性與情慾的認知是什麼？

陳菁徽（以下簡稱「陳」）：對我來說，跟女性病人討論婚姻跟性，比較不會這麼尷尬。畢竟，年齡與社會歷練到一定的程度。本身我自己是女性婦產科醫師，我很榮幸為什麼以前會開始學習性學？就是我當實習醫生的時候，我到婦產科要跟在大醫師後面看診，然後大醫生看看就會問我問題。就是我們要去換藥、拆線及換紗布。有一次，一個女病人開完刀回來，傷口都檢查得很好，就問那個醫生我想再問最後一個問題，那個大牌的主治醫師就

說：好好。那個女孩子就問：我想要檢查一下，為什麼我現在跟現任的男友都沒有高潮？跟前一

個卻可以？突然那個主治醫師很驚慌，就轉過來問我說妳知道答案嗎？我只是小實習醫師我什麼都不懂，我也沒有什麼經驗，我不知道耶！我只是很自然而然的問她：妳覺得兩個人差別在哪？主治醫師非常驚慌，我們不了了之就結束了。在台灣標準的婦產科醫師或泌尿科醫師看到這樣的病人就幫她掛精神科的門診轉到精神科，去跟精神科醫師聊一聊，然後把她當瘋子。後來，我自己開始真的做婦產科以後，就越來越多事情讓我跟性做一個聯想。到婦產科以後，很多外配生小孩生了五六胎以後陰道發炎，我就請她把藥塞到陰道裡面，她就問說：陰道在哪裡？她們不知道原因在哪裡，她們只知道躺在床上，還有生小孩。另外，也有一些人可能跟先生在一起會有一些困擾，她們還是忍耐著去度過。不管她是更年期比較乾燥；或者是跟先生沒有辦法達到充分的溝通可以去享受性歡愉。當然那個墮胎，還有性病的感染，之後，我就開始覺得我的工作跟「性」密不可分。



王素女老師（左）主持座談，邀請陳菁徽醫師（右一）及簡上淇教授（右二）分享她們的專業經驗，提供大眾新的視野。

做處女、緊實陰道：女性辛苦爲了誰？

王：因為在女性的部分受到傳統的束縛，有些女生會做所謂的「陰道重建手術」、「處女膜重建手術」或縫補術等等。我想在此請教陳醫師，您這幾年所觀察到的女性私密部位的整形情況怎麼樣？

怎麼樣？

陳：我分享我自己的經驗，因為小時候也是在國外受教育。第一次被教導陰道在哪裡，居然是我的外國同學。因為我們要去游泳，月經來了所以要用棉條。那我就跑去問我外國同學這個怎麼用，因為從來沒用過。我的室友是以色列人，就直接把褲子脫下來，把腳跨上馬桶，她就說就是這個姿勢，然後放棉條給我看。國外的性教育從小就開始，比較沒有在乎處女膜上有一個小小的洞放棉條也可以，在台灣可能是很大的禁忌。比如說，我找女病人說我們要怎樣塗藥，請妳把鏡子放在前面我指給妳看。我已經把鏡子放在她前面，她卻一直看旁邊。她連她自己的會陰部她都不敢看，她覺得很罪惡、很羞恥，羞於面對而不想知道，只要先生找到就好了。我自己本身是性學博士班，然後又未婚，我交往的男友也會有操作焦慮。他遇到我就很緊張問說：妳懂那麼多。不知道能不能符合妳的需求？我就說：我只是學這個，不一定經驗真的很多。台灣的男生就會把容易開口講跟很有經驗畫上等號。所以，什麼都不講看起來是最單純的。

我必須要先解讀病人講的話，因為光是「性交」他們就講不出口，「做愛」也講不出口，他們只說昨天跟先生在一起。若問在一起有包括做愛嗎？他們就會用一些曖昧不明的字眼。如果妳很深入去問她說有做「口交」或「肛交」等等？就會開始很害羞怪妳去問她這一類的問題。當我在婦產科當一個實習小小住院醫師的時候，有一次某位婦產科大師和其他醫師就把我帶到手術室說：處女膜重建妳好好學一下，一台兩萬塊只要在中山北路、林森北路酒店那邊開業縫兩下，以後讓妳賺飽飽。我就很認真地看。後來，看了以後便認為這根本不是這麼一回事，這只要簡單的縫兩針也要兩萬塊，一針一萬塊，這才發現現在台灣處女的價值有多麼的高。那是以前，後來隨時代慢慢演進我當小小住院醫師也十幾年了。現在還做這樣的手術，大概是要「賣」（編按：性工作者）的比較多，為了抬高自己的身價，會來這邊做手術。我們也有遇過男病人，他在感染科住院住很久，全身都破掉，嘴巴也是破的。大家都覺得應該是愛滋病，他卻堅持沒有不良的性史，也沒有吸毒。那時候覺得他可能有免疫的疾病，就把他的血送去抽驗。果然有HIV病毒。大家都很有生氣為什麼他要欺騙我們，於是跑去

問他。他生意做很大有私人遊艇，他說：每次去越南我都花新台幣好幾萬買「處女」。然後，我就很不好意思跟他說，其實我們也「做」了很多處女。這是以前跟現在的一些差別。我會覺得在台灣比在外國的處女情結嚴重很多，不管是男生或女生。新一代的男生觀念是還好，女生會給自己一些限制，比如說婦科流血的狀況不得不幫她內診的時候，會跟她講說拋棄掉處女情結會對她好一點，會檢查的更深入。通常苦口婆心跟她講，她才願意答應，甚至有人要求一定要縫回來。另外，最近遇過陰道痙攣症的病人，婦產科有一種陰道不自主的收縮，以至於沒有辦法性交。她離了婚離了一次，之後她來我這邊治療，我就教她要學習自慰，或把假的擴張器放入。她的處女情結一直巴著她，所以她如果又結一次婚她想保持處女。我就說：妳已經離婚一次，如何還期待下一個娶妳的人還期待妳是處女？我就用比較小的擴張器幫她做治療。大概就是這樣，這是台灣處女的市場。

有人要求一定要縫回來。另外，最近遇過陰道痙攣症的病人，婦產科有一種陰道不自主的收縮，以至於沒有辦法性交。她離了婚離了一次，之後她來我這邊治療，我就教她要學習自慰，或把假的擴張器放入。她的處女情結一直巴著她，所以她如果又結一次婚她想保持處女。我就說：妳已經離婚一次，如何還期待下一個娶妳的人還期待妳是處女？我就用比較小的擴張器幫她做治療。大概就是這樣，這是台灣處女的市場。

王：台灣年輕的女性有沒有擔心生產產道變鬆弛而選擇剖腹產？

陳：後來根據我們比較新的醫學報告，的確生孩子會讓產後陰道比較鬆弛。目前，也有很多大陸的診所會挖角我們去那邊做陰道整形術。但是，在這邊要告訴大家正確的觀念：當然可以向拉皮一樣把陰道拉緊，其實最重要的還是自己的肌肉跟結締組織。所以，我是很推廣「凱格爾運動」。如果妳可以在產後傷口完全不痛的時候，馬上就開始做凱格爾運動那是比任何整形手術都還有效的。

王：您在國外待了這麼多年，您在國外有看到「處女重建手術」或「處女情結」的現象嗎？

簡上淇（以下簡稱「簡」）：我在德國沒有聽過處女重建，她們很想不要有處女這一天。德國是規定18歲以上才可以合法做愛。你會看到有一天晚上十一點開始整個鬧哄哄的，你就知道等一下有人十二點就是十八歲。他們在那個晚上就會做愛破處。因此，處女情結好像東方會比較嚴重。性心理學我們也可以知道它的軌跡：處女情結來自於父親的處女情結。父親對他女兒的那種關係，非常非常加深而且強化了處女情結。以至於會影響到兒子會非常在意他的伴侶是否是這個樣子。我有一個朋友他跟他女朋友是青梅竹馬長大的，後來到了大學畢業，他

們想要結婚，結婚那天晚上他發現他女朋友不是處女，隔天馬上離婚。因為做愛時沒有流血，隔天辦離婚。他女朋友是台灣知名舞團的舞者，要劈腿、旋轉怎麼還可能會保留處女？

我太太在德國生產懷孕的時候，每個禮拜我要陪著她去上課，每個禮拜上兩次一共上了九個多月。我太太生產時，我還要陪著一起生產幫她呼吸，吸氣—擠—吸氣—擠，生出來之後馬上被帶到旁邊去做凱格爾運動。我每天陪著她去做凱格爾運動做了三個多月。那是德國的制度，一聽到有婦女懷孕就要上課。每個禮拜上兩次，由國家給付免費的。生產完後，有很多保健的課程先生要陪著太太一起上。我在那邊學到非常多我從來不知道我爸爸跟我媽媽的秘密。原來孩子是這樣子生的，原來課程是這樣子上的。重要的凱格爾運動一共上了三個月。我覺得台灣應該想盡辦法把這些課程列入健保制度。就像德國這樣，對婦女來講會比較好一點。

華人藝術家的跨文化衝擊

王：想請教簡教授，您自己身為一個男生，從事性藝術已經很多年了。同樣簡老師在創作的時候也看過人的私密部位，包括女模特兒的裸體及性器官的模塑及雕塑，在從事藝術創作的交流中，您自己對情慾有什麼看法？

簡：藝術家跟創作與性從古希臘就已經開始，一直到今天從來沒有斷過。以我個人經驗來講，以前我在北藝大畫畫的時候，第一次畫裸體模特兒大家都很驚慌，每個人都很緊張，因為從來沒看過人體裸體在公眾面前。第一次畫人體模特兒是一個荷蘭女生，以前老師教的藝術教育都是畫石膏像、畫蘋果。我們要從石膏像、蘋果到人體那個差距很大，不是一步而已，大概幾千公里遠。我們那個老師從法國巴黎留學回來，他就過去模特兒身上摸了她的肩膀和胸部。這個和我念藝術史不一樣：畫家和模特兒應該距離很遠。那個老師就說：你們如果不知道光線和深遠，就接觸一下才知道光線及空間感。結果，很多男生就一擁而上要試看看那個空間有多大？那場素描課幾乎是個鬧劇。好多年之後，對這次的素描課印象相當強烈，一直忘不掉。

後來，我一直回想我們老師為什麼要這樣子做？我到德國才知道：藝術家跟他的創作對象物是分離的時候，你的創作可能是沒有生命也沒有光線。這是第一個要和大家分享的。第二，當我們投入藝術創作過程中，會一直在那個狀態裡面整天都不吃飯。很難解釋為什麼，就像乩童起乩一樣。在那種精神狀態中有一件事情很奇特就是很想做愛。有一次，在德國我問我們同學當你進入瘋狂的藝術創作狀態時，是否會很想做愛？他們說他們也會這樣子。後

來，我讀哲學的時候，康德有一句話講得非常明白：「人的最高知識機能是理性，當理性被發動時，我們的情慾也被發動。」理性和感性是兩個不同層次的東西。當我們的理性被發動時，我們的感性也被發動。感性層最強烈莫過於性慾及性行為。後來，佛洛伊德也有類似的研究，他認為創造力來自於性慾，性慾是創造力的泉源。所以，我創作時的性慾不是來自模特兒這個對象，而是創作時那個投入的情境使我想做愛。這是我個人的經驗。

王：您在德國觀察到的女性，跟在台灣的女性，在性和情慾的態度上有沒有什麼不一樣的地方？

簡：它的差異還蠻大。國外比較「姣」，國內比較不「姣」。但在本質上，兩邊都很淫蕩，只是國內比較性壓抑，我的感覺是這樣子。我們性壓抑的結果造成雙重道德標準。國外的話反而比較一致，她們想要做愛，她們會直接說：「今天晚上有時間嗎？走！我請客。我很想跟你做愛！」女生直接在公眾場合邀約男生。在我們國內不可能，會用雙重道德標準的方法，達到同樣的目的。從這邊我們可以看到我們的社會情慾不自主，性壓抑的態度而產生的。我在德國參加非常多有關性方面的課程，課程開始一進入教室全部都是裸體的。互看對方也互讓對方看自己。等到老師一出來也是裸體的，一個男的一個女的。他們講話完全不避諱有關性的名詞，他們表現的態度相當正面的。我們台灣總會想盡辦法去歪曲去避諱一些性的名詞，比如說那個小雞雞，這會讓男人在無形當中相當矮化。語言帶來的差異產生思想的影響，這是我覺得最大的。

我建議大家讀一下何春蕙老師《豪爽女人》的第一章，是說台灣的女生被社會給予的性壓抑太大，以至於性都沒辦法發展，性沒辦法發展於是乎她有很多活力沒辦法展現。很多活力沒辦法展現，她的社交場所都會受到宰制的，在藝術的表現上特別明顯。我們台灣幾乎很少女藝術大師，國外有一大堆的女藝術大師。台灣跟國外比較，在情慾藝術創作上差距相當大。另外一方面，性教育是相當重要的，我們台灣搞性教育應該超過三十年了。我們台灣所偏重的性教育比較是模仿日本的，看一看我們台灣這些比較簡單的性教育。我們從來不去看看人家歐洲的性教育是怎麼做，像法國的性教育做的不錯，義大利的性教育、西班牙的性教育、德國的性教育、英國的性教育及東歐蘇聯也有一套性教育的系統。在德國的性教育我覺得跟台灣互相比較時，他們做的比較好一點點。首先，他們的女生至少在國小時就知道陰道在哪裡。像我兒子在德國讀幼稚園時，有一次，我想要回台灣，就提早去把兒子接回來，我去的時候，老師忙著幫全體的幼稚園學生脫衣服，他們睡午覺都是裸睡。那時候我兒子才三歲就被扒光，男男女女裸睡午覺。晚上他們也是裸睡。我那時才知道原來德國人從小就要扒光睡覺。他們的性教育從那時候就開始了，互相看對方的性器官也讓對方看。所以，西方婦女她們的性自主權相當的

強大。而且，她們可以自己抉擇她要怎麼爽就怎麼爽。她可以自己編一套她要的性愛腳本，我們台灣的女性在這方面也可以學習一下，有些東西可以讓自己主動，而不要活在性的愚昧當中。



禮敬女性的情慾

王：在女性情慾的喚起，性能量的開發上，簡老師一直有很多的著墨。是不是提供我們怎麼樣去實踐？男女雙方應怎樣去配合？

簡：在德國我們一進教室就全部都裸體的。譬如，今天要上的題目是「尋找G點」，因此會有三個人一組。裡面會有男女朋友進來的、夫妻進來的及單身進來的。找好之後，大部分女生當A躺

下去面朝上，一個躺在她前面，另一個躺在她後面。從腳膝蓋開始慢慢地愛撫一直到老師敲鐘，每十分鐘敲一聲，第三聲才能夠到達外陰部的地方。外陰部會抹上相當滑的潤滑油開始尋找G點。我在上這種課程時便思考：我們東方可能要一百年之後，才可能這樣去尋找。男生與女生最大的差異是男生一直尋找更大的麥子，女生非常在意當下的情慾狀況要被關注及被保護。男生在性行為中最關注時間和空間，做愛時間要很長，空間是陰莖要很大。女生比較不在意這兩點，女生比較在意的是她是否被盡心盡力地愛。這兩個點大家都知道，但我們沒有真正地做過。我希望男生回去都做一項功課，就是買一束玫瑰花將它捏碎，然後讓你的伴侶坐在那邊像佛像一樣，將花瓣從頭上撒下去然後很虔誠對她說：你的身體跟你的精神正如我的身體跟我的精神。當這句話說完她流眼淚，才是有效的。這次跟她做愛做完了，兩個人做愛「爽」的程度就會不一樣。男生在性方面要非常尊重女生，女生也要適當鼓勵男生的時間和硬度，讓性愛的拋物線有時衝上去，有時停止一下，讓諧和度比較能夠達到合一的狀態。身體與情慾要做到才算數。

改善無性婚姻 政府應補助人民回家做愛

王：在台灣已婚與未婚身分上，性的分布層面是不同的。

簡：我希望我的學生當中有人去研究目前台灣的婚姻當中，到底有多少比例是過著無性的生活？我希望有個碩士生去做這個普遍的調查。事實上，應該會蠻高的，我猜大概是百分之六十上下。我覺得這是蠻悲哀的。常常在台灣或中國大陸演講，我常會說：我們不要只是拚經濟，拚經濟拚到最後往往都是會性無能。我們提了十二項愛台建設，事實上應該提十三項愛台建設。第十三項就是要撥兩千億給我們台灣的人好好回家做愛。德國每一個人一年當中除了國定假日之外，每一個人都要休十四天的假，由你自己選好休假的日期，向你的公司申請它一定會批准，這是國家規定的。你被批准之後，就向國家要一筆錢回家做愛十四天。這是國家的性福建設。這是最基本的，我們的人民過的很性福，我們的錢就會賺很多。我們現在馬路做得很多，硬體建設做得很多，結果妻離子散。你不要怪人家在那邊包二奶、三奶，因為你們的建設就是這樣。整個國民頭腦裏面產生的東西都在拚經濟而不是拚性福。所以，我在任何場合逮到機會就要講這個理念：我們國家要撥兩千億讓我們好好回家做愛。你們要植入這個思想，回去一直擴散、擴散，到有一天我們會跟德國一樣，十四天休假領錢回家好好做愛。你不能做其他事，如果十四天休假沒有做愛被抓到，錢就要還給國家。這是犯法違法的行為。因為過著無性生活的夫妻太多了，我們要有一個確確實實的實行的方針、政策與手

段。我覺得這方面搞性學得這群人要好好去實行。

婚姻制度與人類情慾

王：去年台灣有個戲劇非常紅叫做犀利人妻，曾經引起一股熱潮，現在正準備要拍攝大銀幕的電影。上個月有一個新聞，在美國有一個網站提供已婚者外遇的平台。開設才三個月就開始獲利，這個網站挑戰著傳統一夫一妻制的社會的家庭制度。對於這部分，您有沒有特別的看法？

簡：有關「小三」的問題，應該不是今天的問題。從古到今都有，大概是人類婚姻模式的社會化衝突產生的。一般我們都承認一夫一妻制，可是事實上在底下都暗潮洶湧。我講一個學校學生的例子，她上了「X X關係」之類的課程。她上完這個課，我問她有甚麼心得？她說：老師，愚蠢到了極點。我家的情況比他們講的這理論還豐富多了。我說：為什麼？她說：八點檔演的那種情節就是我家。她爸爸跟她媽媽生了她跟她弟弟，她媽媽跟某警察生了一個男一個女的。他們四個兄弟姊妹住在一起，不同爸爸同一個媽媽。她爸爸以前娶過兩個太太，她爸爸的第一個太太生了她大姊，她爸爸的第二個太太生了她二姊。所以，他們有六個兄弟姊妹。他們都互相認識，都住在那一個地區。他們還有阿嬤也跟他们住在一起，比他們這一代更強。她的媽媽是阿嬤外遇生的，我們的學生是女的她曾經交了三個男朋友，第一個男朋友當人家的小三，第二個男朋友單身，第三個男朋友當人家的小三。這種多元家庭模式，從古到今就連在一起了。從古到今，政治家最頭痛的就是我們家庭制度的問題。不管是甚麼時代，這問題都一直存在。為了維護現代的社會制度，我們採取單偶的一夫一妻制比較好。可是，那些小三的問題怎麼辦？我的建議是你自己要負責。你自己知道當你做這件事情後有甚麼後果？有沒有那個能力與精神去承擔將來可以預測與無法預測的後果？否則最好不要做。很多人無法承擔就會身敗名裂。這是蠻嚴重的，我們應該可以去重視這方面的東西。

實踐性幻想的底限：不違反法律

王：在二月底的時候，在台灣非常有名的新聞就是台鐵的性愛轟趴事件。它的情節猶如A片「癡漢電車」的真實版，在台灣傳統性價值觀的社會之下，引起很多的批判。有關性道德與法律層面，我也看到報章雜誌刊載著您的一些論點，在此我們也請您跟我們分享一下對這件事的看法。

簡：關於癡漢電車我比較支持所有人有永無止境的性幻想。你的性幻想去實踐，基本上我們也支

持的。但有某些性幻想是不支持它實踐的，譬如說：一個成年男生找一個四歲女生做愛做到一半將其殺害，這種我們就不支持。癡漢列車這種性幻想我本人是支持的。這種在我們性學上只是多P，就是多人性交而已。現在我們政府比較膠著的點是它在公共場所？還是，不是公共場所？這個點上面。不管你把火車包下來、買下來，它還是屬於公共空間。這就觸犯我們基本法，觸犯基本法就是要被罰。只要你一個人在公共空間「遛鳥」就是違法。我們還是要基本上尊重我們台灣這個法，雖然這個法有很多人認為是惡法必須要改，但它還沒改之前，我們還是要尊重。因此，我比較建議：你們要多人性愛派對OK，你找一個私人地方，包個遊艇兩小時出海去，看你怎麼做都可以，這是合法的。那個火車性愛趴如果在德國發生，它不會成為新聞。因為德國裸體營太多了。你想要做愛有你的性自主，但別人有不看的自由。你要保護到別人有不看的自由，因為他還沒有準備好。另外，女主角小雨十七歲，牽涉到未成年性交。我們的法律規定十六歲到十八歲發生性行為，如果父母同意沒有提告，自己也是情願的，那就不起訴。當報紙扭曲報導時，我們要有理性來判斷哪個點是正常的？那些點是錯誤的？最重要的是，如果一切東西都訴諸泛道德主義那就比較麻煩。



簡上淇教授（右四）與高雄市性健康協會張隆基理事長（左四）及參與座談者合影。

營裡營外一記 第一次天體之旅

跨越國界的原始情懷

從十幾歲開始，我就注意到有關天體營的報導，然而，在保守的社會，一般人都是用負面的觀點去評論天體營，因此，我那顆對天體騷動的心只好深埋起來，直到過了數十載，在一個偶然的機緣之下，我走進了台灣的天體營。

赴天體營的途中，車子停在沿途的海邊。我第一次脫下衣裳，攀爬在岩石上。一月份屏東冬天的海風颯撒在我身上，有些許的冰涼。溫暖的太陽籠罩全身，我站的高高地，盡情沉浸在與暖陽和陽光的擁抱和海風的輕撫中，即溫暖又涼爽。海風調皮的挑逗著我，在它激情和溫柔的輕撫下，我盡情的與它相依。就像兩小無猜般，解除了神秘的衫紗。褪去彩妝的修飾，只有真實的我，那是大自然給與的恩賜我終於回到了原始的童真。

時間很快的消失，依依不捨地我告別了海風，我輕聲的說：「我享受與你的擁抱和輕吻，我還會回來與你共度這段情。」

瀟灑走一回：台灣天體之旅

天體與大自然的驚艷應是一體的，就像解下衣裳，恢復童真，與大自然擁抱，讓自己沉浸在大自然的擁吻中，沒有牽絆，只有讓情慾在大自然中解放。

當車子急駛向月例天體集合地點，我坐在車子上，腦筋一直在搖晃，想著下一站我該如何面對在眾多陌生男女面前寬衣解帶，裸體面對其他人.....我不敢繼續往下想。雖然剛剛已經歷解除華衫，但是我面對的是大自然遼闊的海。當車子進入芙蓉山莊，我走入已敞開的大門，映入眼簾的是一群全裸的天體同好，他們正興高采烈的高聲唱著KTV，他們與我打了一聲招呼，然後又回到忘我的歌唱中，我隨即放下心頭大石，原來我一直都在胡思亂想。

我裸體走下樓梯，步出戶外草坪，迎著涼風，坐在木製桌椅上，與其他人一邊啃著花生、吃著小蕃茄、喝著茶、一邊閒聊。有些人隨興的打玩著籃球，時而傳來的球聲和笑談聲，襯托著西下的夕陽餘暉，那是何等逍遙的美。我的心情也漸漸地放鬆和覺得自在。驀然回想，原來沒有人想看我，我也不會好奇的去看別人，天體原來是那樣的無拘無束。

我喜歡晚間吃飯時，大夥兒圍坐在飯桌上，邊分享美味佳肴，邊自我介紹，有一種自家人的

溫馨感覺。晚飯後，有介紹臺灣的天體影片，也有中醫醫療講座和示範，其中包括藥油的治療按摩。我覺得一趟天體之旅，可以讓我了解這麼多東西，也可以和這麼多親切的人在一起。這一趟天體之旅，我終於一償夙願，因為我已經可以真實的體會天體的感受，比我想像中的天體營還來得溫馨。

之前我想像中的天體營是無拘無束的活在自己的天地，來去都是一個人的瀟灑，也許那是在西方國家，可是在這裡卻可結交朋友。我真想可以常常參與這種活動，不禁興奮地期待著下一個不同的分享集會。

營裡：解放身體

天體活動在一些西方國家是合法的，如加拿大的溫哥華，美國的南加州黑灘和澳洲的黃金海岸皆響譽海外，地點都是在海邊。人們在繁忙的日常生活中，會計劃到天體營裡享受幾個小時自由自在的日光浴和吹海風，它是一種健康的休閒活動。臺灣的天體營與國外不同的地方是它還沒有合法化，雖然目前有五個團體在辦，也有超過一萬名網友觀看它的網頁，證明這是一個具有潛能的休閒活動。另一點是它沒有固定的地點，所以須包租民宿作為它的活動地點，而這種不停轉換隱秘且優美地點的活動，亦形成了臺灣天體營的特色，天體家族們也會因為地點的轉換而有新鮮感。

參與和了解天體活動，我有一種對身體的舒暢感。我發覺在天體活動中，我的身體被尊重，我不需要擔心身體被窺視，也不需要提防身體被侵害和被言語的貶傷，這些同好會令我有安全感和自在感。

營外：評斷身體

距離我回鄉的日子已經不遠了。我高高興興地帶著「秋陽之旅」、「台視熱線追蹤」和2007年的天體報導影片，還有我的第一次天體之旅燒製的光碟照回馬來西亞與友人共享，共三男五女參與了我的分享會和看了影片。我覺得很高興他們可以了解天體活動，但是在觀賞裸體的過程中，不停的有聲音流露，如評論影片人物的身材和質疑年齡等。至於有關我的裸體照，因不能放在電視上看，所以就移到電腦上觀看。一開始看到的是風景照，大夥兒埋怨風景照何必拍這麼多，他們是乎對我的裸體較感興趣。終於可以看到我的裸體照了，卻埋怨怎麼盡是拍背面。最後「擘！」一聲驚覺裸體正面照，大夥兒屏息圍觀，這下子就有人抱怨負責按壓電腦鍵盤的人按的太快，還沒看清楚，就換了一個不同的畫面。按壓鍵盤的人只好重新回復剛才的畫面，並且還把鏡頭焦點拉近。繼而「呼！」地一聲，圍觀者把屏息了許久的氣給吐了出來，這時評語再度出

現。「看你那微凸的肚子，該做瘦身了吧！」女人通常不會放過其他女人的任何缺陷；「要裸露就要顧好身材哦！」較中肯的話。除了出現貶義的評語之外，也會出現褒揚的讚詞，「你的身體還蠻好看的！」

這就是營裡和營外的不同。在天體營裡，沒人注意你身材如何，也不會有人感興趣看你，大家享受的是自由自在的活動和對身體的認同及尊重，可是營外卻是評聲如潮，語帶貶義。我這群朋友時常參與我辦的活動，哪怕是慈善義賣、主辦講座、教育展覽、愛護動物宣傳和旅遊、登山及觀鳥，他們都一一參與，我想我是否應該把他們也一一帶入天體營！？



「火車性愛趴」 的社會輿論分析

蘭偉翔¹

2012年3月，台灣發生了一起事件：一女十八男，包下台灣鐵路局的列車包廂，鎖上門在裡面集體做愛，還有兩名助理在旁邊遞毛巾、茶水與保險套。其中，主辦人收取男方每人800元的活動費用支付台鐵列車的包廂費、與茶水保險套等開銷。女方則是看到主辦人的活動資訊主動表明要參加。事後參與者則將列車包廂清理乾淨並消毒。之所以被發現，則是有人瀏覽了當初網路上一密閉社群關於活動的資訊後，向立法委員告知此事，整起事件才因而曝光。

這個事件在當時的台灣鬧的沸沸揚揚。當初爆料的原意是在檢討行政單位的管理疏失，沒想到新聞不斷在報，名嘴也不斷在談論，還邀請主辦人上節目，社會輿論後來轉向「火車性愛趴」的焦點，鐵路局管理的盲點則被埋沒了。檢方大動作將主辦人上銬帶回調查有無涉及相關刑責。

一群人在一個密閉的空間從事大家都同意的性交行為而已，而且事後清理乾淨，也不會干擾到他人，並沒有甚麼特別，它唯一的問題在法律層面。蘋果日報動新聞相關報導的網頁上，許多網友發表對於這個事件的看法，這些看法比火車性愛趴本身有更多的討論空間。

經過幾天的觀察，網友論述主要分成兩派，一派認為這件事情沒甚麼大不了，檢警的大動作反而讓人反感，因為台灣司法其實有許多程度更嚴重案子的都被吃掉或者輕判，一個合意性交的案子卻辦的風風火火、轟轟烈烈，不免讓人有種「大題小作，小題卻大作」的感覺。相對地，認為這件事情很嚴重、敗壞道德的一群論述，則是筆者想要深究之處。

對「火車性愛」事件的批評聲浪，大致分類如下：「群交不合乎道德、女主角未成年，心智不夠成熟、這種行為會誤導青少年有樣學樣、很骯髒、容易得性病、性自主不是用在這邊、那18個男性該死、(問支持的人)如果女主角是你女兒，你接受嗎？」筆者根據這些「輿論」分析如下：

一、性行為的道德

關於道德。認為火車性愛趴事件不道德者，一是就「一女多男」認為其不道德、二是認為「群交」這件事不道德。筆者一直深信，道德之所以形成，一定有其背後的道理。當那個道理不再存在的時候，道德就應該隨之改變，不該只認為某個「行為」合乎道德與否。例如，說謊

1. 樹德科技大學 人類性學研究所碩士生。

是一件不合乎道德的事情。但是如果是善意的謊言，是否仍然不合乎道德？而說謊為何不合乎道德，我想原因在於謊言會傷害對方，而且會造成人與人的不信任，然而善意的謊言卻是為了保護對方。因此筆者認為一個「合理的道德」不是某種特定的行為，而是行為本身的意涵是否傷害了別人。

例如，同性戀在中世紀宗教為主的社會不合乎道德，甚至嚴重到是一種「罪」而必須處死。當然現在很多人還是將其視為不道德，某些回教國家還是要將同性戀定罪後處死。而同性戀為什麼不道德？因為該時代將性視為生育的工具。不能生育的性、為了愉快從事的性，都視為不道德的行為。

至於「一女多男」的不道德，部分馬克思女性主義學派的學者認為，人類之所以形成一男一女的配對，是由於男性掌握經濟大權之後，為了確保其後代子孫為其血脈，才禁止女性跟其他男性發生性行為。當這個禁止、壓抑的行為經過了時間的認證，被大多數人所接受與實踐，形成「理所當然的真實」之後，就會成為一種道德觀，也就是社會的價值觀。但是，仍然會有少數人不去遵守社會的價值觀，這群人的行為就在道德範圍之外，就像一個女性跟多於一個的男性發生性關係，或者一個女性「同時」和多個男性發生性關係。

回頭來看，女主角一開始並不認為她做的事情有錯，沒有覺得受傷。是親友、家長到社會的公論不斷的告訴她，她錯了、她受辱了、她該要受傷。結果「性」本身沒有傷害到她，反而是社會的道德觀傷害了她，卻把她受傷的原因歸咎到她的性。

二、性行為的年齡

關於女主角的年齡，不少網友認為，女主角未達法定成年的標準，心智尚未成熟，所以這些男性做了泯滅人性的事情。當然就性行為的合法年齡，台灣法律並未禁止一個十七歲的人有性行為。但從事性交易則是違反了兒童與少年福利法。筆者一路的求學過程中，國中學習物理、化學，17歲的數學課程接觸到統計跟基本的微積分。這些內容，不比理解自己想要的性更簡單。但是社會認為一個17歲的孩子能夠理解上述學科，卻不認為她能夠理解如何選擇自己想要的性。如果一個17歲的孩子還不能理解如何選擇自己想要的性，這邊只能說，不是她的不成熟，而是我們都沒有教。但我們沒有教，又如何期望一個30歲的大人自然就能夠理解？所以其實問題不在於今天是17歲還是30歲，而是我們是否真的教導了他們如何做判斷與選擇。

另一個論述是，這件事會誤導青少年的價值觀。是否我們都將青少年視為一群沒有自我思維，只會像被填的鴨子一般塞滿我們灌進去的資訊？不懂判斷，只會盲目執行而忽略其自主決定的能

力？如果青少年看到新聞報導同性戀，就可能去跟同性在一起嗎？如果是，那為什麼選擇這麼做的人不會看周圍一群異性戀而去跟異性在一起？而一個知道別人有口交行為的人，別說自己不會做，甚至可能光想到就覺得噁心。我們預設青少年在擁有的資訊裡，會採用我們不想看到的方案，認為那是誤導，而非自主判斷的結果。而當他們採用的方案是我們所想的，我們卻不去想他們可能因為資訊不足而盲目遵從，還在沾沾自喜我們的教育得當。

結果，「誤導青少年」是反對這件事情的原因？還是藉以隱藏背後我們對這件事的負面觀感的藉口？實際上這是個多好的機會？告訴孩子們，每個人都有權在不去傷害自己與別人的前提之下選擇自己想要的性，而不是盲目的走上社會想要或不想要他們走上的道路。這不也是教導他們對自己的性（甚至人生）負責的一環？才是性「自主」的真諦不是？

三、性行為的衛生

有人認為，在火車上從事性行為很骯髒，很噁心，而且群交容易得性病，是高風險的行徑。首先談到骯髒，蘋果日報2007年也曾報導，其實大家都在傳來傳去的鈔票甚至可能比馬桶更髒。不過通常我們很愛拿鈔票卻不太想用手摸馬桶，這是心理因素。火車上那張桌子在清理後，其實可能比另一個車廂的扶手更乾淨。再來則是，在旅館住宿或者開房間。其實我們永遠不會知道上一個房客或者前幾個房客可能玩過些甚麼。裡面的桌子也可能曾經充斥著排泄物，血液，體液，嘔吐物等等，不過我想當我們把杯子放在那張桌子上面的時候不會思考到這個可能。如此的旅館我們都敢使用，那這樣的車廂其實不會更讓人難以忍受。因此空間的衛生，是一種純粹的心理狀態而非客觀事實。

而至於多人從事性行為的衛生與安全，這群人在參與的過程中，的確都有使用保險套及衛生器材，但我們不曉得主辦者在事前是否針對應徵者及參與者，統一蒐集身體健康檢查資料，合理的群交聚會裡面，應該讓大家玩得安心、自在，不必負擔染病或懷孕的風險。

對於所有參與者的事前檢驗工作，應該還包含性病及愛滋病檢驗報告、最近有無高風險性行為（例如不帶套的性行為），觀察其生殖器有無異狀，甚至參與者是否為固定成員，參與者要遵守和女生成員的尊重約定，只要女生不答應則完全不能和她發生性行為，這些守則都是主辦者辦理聚會前應該考慮的要件。

很可惜的是，當局常誤認為「群交」會和「毒品」或「同志」、「愛滋」聯想在一起，大眾沒有機會和管道認識及談論「群交」行為，以及如何讓群交等性行為的風險降到最低，參與火車性愛派對的人們，以自己的經驗和知識去摸索，導致衛生和安全的疑慮增高。而最擔心的反而是沒

有參與其中的大眾，用自己的「迷思」在看待群交行為。所謂染病的風險，只是把對性的負面觀，用一個富麗堂皇名正言順的理由包裝起來。

四、性行為的風險

我們不會說一個人不能戴口罩上搭乘大眾運輸工具出遊以免感染SARS，我們不會制止一個人在浸泡著數百人生殖器的游泳池裡面戲水因為可能會有結膜炎。但是我們不斷的告誡一個人只能單一性伴侶甚至別性交因為可能感染性病。性病不是產生於性行為，而是性行為只是性病傳染的其中一個途徑。就像飛沫可以傳染SARS、感冒等疾病一樣。說直白一點，染病的風險，群交派對上我可以選擇要跟誰有體液交換，決定誰可以碰我的身體，甚至控制這個空間裡的人是否安全。但是捷運上，司機不會幫我檢查誰是不是SARS或禽流感的感染者，我也不知道誰會剛好在我面前打個噴嚏我就「中標」。似乎群交派對的可控性還比搭捷運高，風險性也低一些。

再來談到風險本身。有甚麼事情是沒有風險的？出門走路都可能出車禍，使用遊樂場的遊樂設施可能機器壞掉，甚至在家都有可能因地震被建築物壓死。所以我們不做任何哪怕有一點點風險的娛樂？而股票更是高風險的投資工具，但是其中呼風喚雨賺取暴利的人我們卻封為股神，給予高評價，或者成為某些人心中遵循與學習的對象。如果對其他的事情我們可以用做好安全措施的方式來面對，那在性活動上為何要用另一種觀點面對？這是否意味著我們對「性」這個概念的歧視？

以上就這兩點來看，其實認為雜交是高風險不可取的人，只能說，歸根究底還是對群交的負面觀點所造成。

五、性行為的態度

有網友認為，那18個男性太可惡了，並譴責了18個男性的「惡行」。然而，這樣的說法也有其不妥之處。雙方合意性交，女方沒有收錢，所以發生性關係並非為了錢，而是為了這個活動的過程。一樣是合法的性交年齡，一樣是為了性而性，受到指責的卻是男性。這代表了甚麼？同樣一件事情，將1女18男換成1男18女，又有幾個人會去指責18位女性然後認為這個男性很可憐。亦或是會想成「那個男性爽翻了」？從影視、媒體傳遞的資訊，在在傳達出一個訊息，就是「男性的性行為次數似乎同等於所獲得的戰利品數量」。例如電影「單身男女」中，古天樂所說的「十個男人九個壞」。例如某位公眾人物所談「我犯了全天下男人都會犯的錯」。又例如某連續劇的劇情「男人有錢就會使壞」，所以要掌握老公的經濟大權。男人似乎被視為性的追獵者。與此相對，受追獵的，自然就是女人的性。

所說的「十個男人九個壞」。例如某位公眾人物所談「我犯了全天下男人都會犯的錯」。又例如某連續劇的劇情「男人有錢就會使壞」，所以要掌握老公的經濟大權。男人似乎被視為性的追獵者。與此相對，受追獵的，自然就是女人的性。

發生性行為的雙方，基本上都可以從中獲得生理上，甚至心理上的愉悅與滿足。但是為何這些男性必須受到指責？這與將男性視為性追獵者的概念有很大的關聯。「這些男性成功獵取了這位17歲女孩的性，無視這位女孩才17歲未成年，故禽獸不如」。如果，我們認同女孩是她自己性的主人，認同這位女孩同時「獵取」了這18個男人的「性」，我們還會如此譴責這些男性？這件事情，一位沒有出售自己的性，以此當服務換取報酬的女孩，以她自己的意志主動參與到這樣的性活動當中，卻被視為受害者，其實是社會公論對這位女孩的歧視。

最後則是關於網友用女主角父母的反應，來反問支持此行為只是性自主的展現的人，如果發生這樣事情的是支持者女兒的話，支持者會有甚麼反應。這試圖加入一種「己所不欲，勿施於人」的假設性命題，假定支持者不願意這樣的行為發生在自己女兒身上，告知支持者不要「別人的孩子死不完」。當然，一部分的支持者噤聲了。但如果支持者認為可以接受，則接受的人接下來可能就是面臨「道德」的譴責。

其中的問題在於，女主角父母的傷心是事實，但是否由於女主角父母會傷心，我們就要以此為理由束縛女主角對性的自主權？換成另外一個假設，如果今天問題不是性對象的人數，而是性取向呢？亦或是根本不是性問題，而是政治議題或者宗教議題呢？比如今天家長支持A黨派而子女支持B黨派，等子女把票投給B黨派，父母應該要做的是尊重他們選擇自己支持的政黨的行為，還是因為子女的觀點與父母不同所以傷心地痛哭失聲？

如果父母因此傷心，旁人該譴責的是子女的不孝還是開導父母使其選擇尊重？筆者認為，我們所受的民主教育，應該都是告知我們要尊重他人選擇其支持政黨的權力。而在火車性愛趴一事，則是一邊譴責子女的不孝讓父母傷心，一邊譴責支持認為此事件屬於子女的性自主的人。所以父母的反應不是原因，而是反對者使用的擋箭牌，反對者對此事件的不認同才是真正的原因。反之，如果女主角父母接受了，很可能看到的是，「怎麼會有這種父母？難怪生了女兒會做這種事。」

當政府在宣導性別平等概念，試圖將性別教育納入國中小教育範疇。當我們逐漸開始重視性少數族群的權益，一樣有人拿「如果你小孩是同性戀，你接受嗎？」如此的言論來質疑支持者，甚至其中激烈者，會說出「希望你子女就是這樣的人」之類的話語。表面上扛著道德的大旗可以名

正言順的抨擊不符合此規範者，實際上不用道德的論述，他們沒傷害彼此或者他人，使用道德譴責卻會將他們深深劃傷。我們，是否有資格做這樣的事情？

者，甚至其中激烈者，會說出「希望你子女就是這樣的人」之類的話語。表面上扛著道德的大旗可以名正言順的抨擊不符合此規範者，實際上不用道德的論述，他們沒傷害彼此或者他人，使用道德譴責卻會將他們深深劃傷。我們，是否有資格做這樣的事情？

六、總結

台灣一直強調自主，強調多元、尊重與包容，這也是讓我們以身為一個台灣人自豪與驕傲的根本。但是直到現在，卻仍有不少歧視與偏見存在。有的「性」，哪怕不傷害他人，也叫做不道德。有的「性」，那怕雙方都從中獲得想要的滿足，一樣視其中一方是被另一方「賺到」。有群人，一樣不認為一個17歲的個體，能夠理解如何選擇自己想要的性。只能說，尊重不是口頭說「我們要尊重別人，不要歧視跟我們不同選擇的人」，而是能打從心底認可另一個人做出與我們不相同，卻不傷害別人的選擇，這才是尊重。



性是享受、不是買賣

訪問 / 葛林
受訪 / 情人傑

葛：你過去對感情的觀點是什麼？

情：結婚以前，我會有一見鍾情的感覺，注重外表，我和我的老婆相差12歲，我們結婚時她才19歲。後來在我們的婚姻關係結束後，現在更在意的是一個女人，有讓我接近她的內在美的感覺。愛是一種感情，我以前給太多承諾了，但我做不到，那是虛情假意。我的愛是用「做」的，比方說帶你出去玩啊，性行為變成不是目的，也不一定需要，但跟我在一起一定要快樂，如果在我身上得不到快樂，表示我不夠那個格。離開婚姻之後，我漸漸地去釐清我到底想要什麼關係，於是認識了一些朋友，接觸了伴侶聯誼和多P派對的圈子。

葛：一般男女參加「多P派對」的心態是什麼？

情：第一次參加是30人的派對，男生一人繳台幣5000元，男生大約18個，女生約6個。我當時是好奇「多P」到底怎麼運作的？後來試著去瞭解其他男生的心態：如果今天花5000元費用，跟五個女孩子算是OK，但是如果跟六個女孩子就算賺到，但是要排隊。女生的心態，也許是賺錢，跟雇主抽取費用；也許是享受不同男生的呵護，或享受不同男人的生殖器官與性能力。

葛：當時你第一次參加，那是什麼感覺？

情：第一次只是嘗試瞭解那是什麼感覺，在這個場合要發生性行為也有很多人看你，到底行不行、夠不夠，這種比較之下壓力蠻大的，那時候我在想我到底該怎麼辦？後來我乾脆自己把自己解脫掉，就是享受那種過程。我也看到有些男生為了省錢，帶著自己的女朋友和別人玩，也玩別人的女生。我參加過別人的派對次數也數得出來，這樣的感覺下來是利益關係和買賣，我不太喜歡。

葛：後來有嘗試過自己舉辦嗎？為什麼？

情：性的行為被刺激化，沒有感覺，後來我自己想試試看，辦一場以「樂趣」為主的多P聯誼活動，找單男、單女，也有夫妻和伴侶，我不要有「買賣」的感覺，因為男生會有一種花錢就是來享受的感覺，這種心態會讓參加的女孩子覺得受委屈，因為男生花錢來，女生就要配合他們。

葛：你舉辦的多P聯誼特色在哪裡？

情：我的概念是以「交朋友」的方式來做，不喜歡用花錢去買性行為的感覺。自己辦理，除了場地費、使用的東西都是公支公開，女生不喜歡可以說NO，如果是收錢的話女生就無法說NO，因此在我的派對裡，女孩子可以有權說不要，我那一場辦得還不錯，戴面具或比賽的方式，還蠻好玩的。

但後來我被攻擊，因為我是以樂趣為主，對那些以此為經營的人來說，因為這些人不多，我這樣辦下去會搶到其他人，對那些有在花錢、有在賺錢的人會覺得我在破壞市場行情，我也不是靠這個生活，大不了我不辦了。

女孩子有些是喜歡「玩」的感覺，我帶女孩子出去，我都會告訴對方不用在乎我，你只要看你喜不喜歡那個男生，今天我帶你出來，不是當你是一種物品，不是我跟別人交換的東西。我都會跟我的女伴講清楚，如果你不喜歡我們就不要，甚至我不碰別人的女伴都沒差，就是你單純和我的女伴玩。

葛：就您的觀察，參與聯誼派對的夫妻或伴侶，需要做什麼心理準備嗎？

情：今天會出來聯誼的伴侶或夫妻，有些可能已經對床第之間的事情感到習慣了，所以會想要出來尋求性生活的新鮮感。但這樣的行為，一定要有心態面的建設，到底你們之間為什麼來聯誼？可能是想要試試看別的感覺，但一定要溝通好，男生一定要以女生為重，這是最基本的尊重，而不是把對方當成交換的物品，讓我免費去玩別的女生，很多人喜歡去享受別人「人妻」的感覺，但「人妻」是無價的，她已經是別人的老婆了，你也追不到，如果她已經成為別人的老婆，你連碰的機會都很難，但有些老公會利用這種心態去享受別人老婆，這個心態也許需要建設和理解。今天可以去享受性的過程、性的樂趣。

葛：你會對這種性生活方式（參加交換聯誼派對）感到著迷嗎？

情：我的觀念後來有慢慢改變，最後變成不喜歡用聯誼或交換夫妻的感覺，我反而比較喜歡兩男一女的3P，因為一個男生和一個女生在做，要付出的精力和力氣還蠻大的，如果女孩子在巔峰的時刻男生就不能休息，如果有另一個男生在旁準備，輪流一下，累得時候可以換人，女孩子就可以繼續往巔峰，到達她想要的高潮境界。

其實我的聯誼經歷不多，大概都在五次以內，不過我每次的行動和活動我都用心去做、用心去體驗，我到底在玩什麼，我需要什麼，女孩子需要什麼，我都會去瞭解。所以在3P的過

程當中，兩個男孩子去瞭解女孩要的感覺，幫助她達到她想要的境界，女孩子會很開心。

葛：後來才發現不喜歡四人行（夫妻交換）？是因為有彼此較勁的壓力嗎？

情：我不喜歡換伴聯誼的部分是我很累，因為我要搞定兩個女生，我除了服務對方的女伴外，我不曉得對方的功力怎麼樣，如果讓我的女伴也達不到高潮，我又要去做補充加強，後來我就不太喜歡。我不像別人的老婆去去就算了，我會進行兩次行為，一次跟對方女伴、一次跟自己的女伴。

我也有過一次和兩個女生的感覺，但那一次我真的虛脫了，那一次雖然蠻刺激的，但是以後我就不再碰了，第一次覺得自己在享齊人之福，但是後來女孩子刺激你，發現你真的不行了，又會嘲笑你。男生不像女生，你要屹立不搖站在那邊才可以，那天我有被榨乾的感覺。所以叫我跟女孩子3P我會有點怕，怕被女生說「沒檔頭」，從晚上八點多到凌晨五點多，完全沒有休息，只有間歇性的休息，她們兩個輪流休息，但我是被玩的那個。這和體力有關係，我也感受到短暫的樂趣。

葛：你對「性」或「做愛」有什麼特別的看法或體驗？

情：做愛，男生不是蠻幹硬幹的，我喜歡調情、玩情趣，光是洗澡我可以幫對方洗一個多小時，我可以把情趣當樂趣，以享受的感覺在做我要做的行動。過程中我都是以女孩子的需求為主，我不喜歡「出來」（射精）的感覺，我只喜歡過程，但一出來就結束了，但不出來女孩子還會生氣，表示她沒有成就感。

我把性分得很清楚，性慾和情趣，如果是跟女孩子做愛一定要投入，從頭到尾，我享受的是過程，如果我只是想要「出來」，即便旁邊坐了一個裸女，我還是不會找她，因為我只是想要出來的感覺，因此我女伴常生氣，為什麼她在旁邊我還要自己打手槍？但是我認為，如果我只是把你當作充氣娃娃，不到三分鐘就解決了，你對我只是一個發洩的東西。所以我如果想要發洩，我就會自己來，到底要不要「做」我會分清楚，如果是要找女伴，我一定會全心投入。

男生射精也是對自己心情壓力的一個解放，對於你的性愛過程，不一定有達到你要的感覺。我從傳統觀念到現在，我自己的性愛觀念也做了很多的轉變。我現在也有孩子在身邊，無法跟任何和我在一起的女伴做承諾，這個部分我沒有辦法分擔其他的力氣。

葛：你覺得最特別、難忘的做愛經驗是什麼？

情：我曾經和漂亮、可愛的美女試過，我也和一百公斤的女孩做過，因為我想知道那是什麼感覺，一百公斤的女孩肺活量更大，叫得更大聲，而且也很敏感。一團肉在那邊完全看不到入口，要很賣力的撥開再撥開，所以只能維持一個姿勢，不能亂動，我也沒辦法亂動。我不會不給女人面子，如果第一次見面我不喜歡，我也不會開溜，或者就嘗試一次，不喜歡的話，下一次若對方要聯絡時，我就不會接，我也不會主動聯絡了。

葛：對你來說，交往過這麼多不同的女人，也嘗試和不同女人一起做愛，萬一女孩子愛上你了怎麼辦？

情：我畢竟有我的想法和作法，我現在對於情感的方式，我喜歡「談情」，我會和女孩子說清楚，但我不會用承諾（只愛你一個人）來框住女孩子，我希望讓女孩子享受到「情人」的感覺，但不會有夫妻、男女朋友的責任。如果目前你覺得我對你很好，我們就可以繼續在一起，我只是屬於你的情人，不是你的男朋友，但你可以去找你的老公、你的男朋友，我不會約束你。

葛：你怎麼處理和你交往的不同女孩子的心眼？女孩子會彼此勾心鬥角嗎？

情：對我來講，一律平等，沒有分老大、老二、老三，今天我分得清楚的話一定會讓她們吵架，因為你給誰老大，老二就會想說「為什麼我是老二？」因此我不會給她們名分。對我而言，我結束第一段婚姻之後，我就不會再約束女人了，我們是互相尊重，彼此是對等的立場。你也不能約束我，你需要的我會給你，我不能給你的，我也不會給你任何承諾。

很多男人到底為了什麼目的給女伴承諾？競爭、時間、名分的問題很快就會浮現。因此我會盡量用「做」的，我不會用說的，萬一說出來我做不到，我就是自打嘴巴。

我常說：「人在、心就在」，「不見你，三心二意、一見到你就一心一意」，我不會同床異夢，但我也喜歡女人跟我在一起時，還想著她的老公、她的男朋友。

葛：你的性能力可以同時讓五個女生都很滿意？女孩子之間真的能彼此沒有吃醋嗎？這些女孩之間彼此認識嗎？

情：我會主動讓她們認識，我不會固定誰是我的女朋友，我也沒那麼厲害，用性能力來征服女人。女孩子吃醋的感覺也是會跟我說，但我理性的立場會告訴我自己，我跟某某人出去，不一定是發生性行為，只是聊天吃飯。如果你不只想要吃飯、聊天，你自己要告訴我，或用暗示的方式。

葛：如果你用心對待，做愛的方式又很有情趣、浪漫，女孩子自然就會投入感情。你這麼用心對待對方，女生會以為你是真愛？

情：在我的立場，必須溝通彼此的想法，若彼此的期待不符合，我會趕快退出。我的心態就是維持在給彼此空間，我不會認為你「應該」和我怎麼樣。以立場而言，我們沒有誰是「屬於」對方的。如果女孩子不喜歡這個方式，她要尋求「真愛」，我會請她去找符合條件的人選，目前我的心在我的小孩身上，暫時我不會想給任何女人婚姻或責任的期待與想像。

文化觀察



全球擁抱陰陽人
前進

2012
香港 Hong Kong
性文化節

丘愛芝

國際陰陽人組織中文版(OII-Chinese)創辦人、
樹德科技大學人類性學研究所博士班候選人

陰陽人的「可見性」

上一期和大家談到陰陽人性健康，然而對多數的大眾來說，不僅沒看見過陰陽人，連陰陽人是否真實存在，又到底代表甚麼意思都還是一頭霧水的時候，如何讓一般大眾去關注到陰陽人的性健康問題呢？然而陰陽人性健康的關鍵卻與大眾息息相關，社會大眾對於陰陽人的態度與看法經常造成陰陽人的心理壓力，也造就了支持目前醫療對於陰陽兒進行早期性別矯正手術的作法。

對於陰陽人沒有真實認識的大眾，透過醫療技術將可憐的性別不明兒矯正成男性或女性的做法，聽起來是多麼正當與英明之舉啊，不太容易讓人感到有問題。如果生活中根本沒有看見或認識過陰陽人的生命經驗，大家都會同意這樣的做法是一種幫助，怎麼也想不到這樣的做法對陰陽人來說造成的痛苦可能大於幫助。弔詭的是，陰陽人之所以不見，也大多是由於社會對陰陽人的汙名與誤解，才導致了這樣的無知與傷害的循環，所以，陰陽人的被看見與被理解是多麼的重要啊！

台灣色身 香港釋放：擁抱國際陰陽人

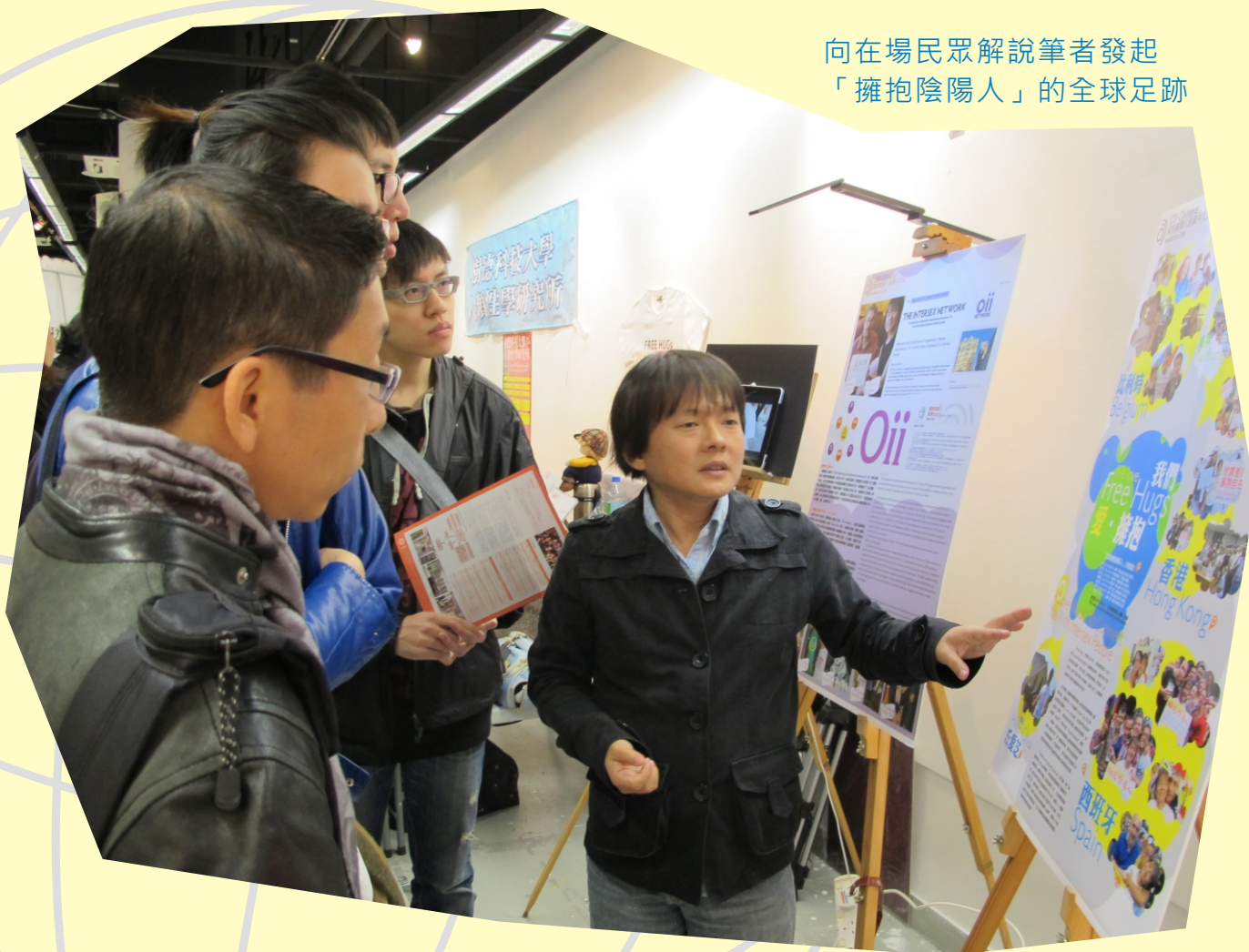
「香港性文化節」是香港性教育會自 2006 年開始，根據國內中國、廣州，等性學會的多年成功經驗而每年舉辦的全民公開性教育活動，主旨在喚起香港市民對性教育及性文化的關注，從而充實、促進本地及鄰近地區的性健康教育發展，讓市民認識到性的各範疇及不同性觀念，求同存異，互相體諒，和諧共處。我是在性學所博士班香港吳敏倫教授的課堂上了解到這個有意義的活動，因而啟發了我前往共襄盛舉的動機。

今年已經舉辦到第五屆，今年的主題為「色放·釋放：社會、親密關係、性空間」，釋放社會對性、性別、性傾向、年齡、國族、文化制度的差異，以帶來對社會、親密關係與性空間的重新理解。由於全球華人社會都是我推展認是陰陽人議題的目標，且香港也已經有陰陽人朋友與關注陰陽人朋友與我聯絡，香港的媒體東周刊更是在我剛現身時就不計代價的專程來台訪問我，採訪之認真細緻讓我印象深刻，也幫助我在香港和北美華人社群推展陰陽人議題上有很大的幫助，因此我想這是一個回饋的好機會，也是一個能夠和香港大眾們面對面交流的好機會，讓這些正面的關心與大眾的好奇有機會透過我來連結，讓陰陽人的真實存在能真正被社會大眾看見，用我的色身來釋放社會對於陰陽人的無解與綑綁，讓陰陽人早日有如空氣一般的自然存在於我們身邊。

這次的文化節香港性教育會、香港家庭計劃指導會主辦，於香港兆基創意書院進行，在沒有太多商業色彩、且展場位於非交通幹道，再加上活動那二天天氣狀況突然非常蕭颯的情況下，還是

社、香港性教育、研究及治療專業協會、香港愛滋病基金會、人體藝術協會、文化交遊、新婦女協進會、青島、香港東華三院芷若園，其中香港小童群益會Elements同志義工組、演出戲劇《月事·說》的性別劇團HerStory、香港浸會大學視藝薈、文化交遊及占卜姻緣的黃大仙李伯暨喜福，皆為今年首次參與香港性文化節的團體。

向在場民眾解說筆者發起
「擁抱陰陽人」的全球足跡



此次的香港行目的就是想要陰陽人族群開發不同的發聲與參與社會的管道，讓大眾有機會也有興趣來進一步了解我們這一群異樣美麗的人類，最重要的是把我所發起「全球擁抱陰陽人運動」正式公開地傳遞到香港，希望藉此連結更多朋友來幫助香港的陰陽人及其親友。所以我在活動前三個月便開始聯絡籌備的工作，很幸運地在向友善的香港朋友們提出這個計畫時，立刻就得到肯定與支持。其中在尖沙咀執業的中醫師（也是社工師）細細老師更是大力的協助我，不僅出錢出力，還在那二天全程的陪伴我一起向大家介紹陰陽人議題。並且她也受到我的感召而在文化節前夕成立了「藩籬以外 - 認識和關愛雙性人」的臉書(FACEBOOK)社團，並公開表示願意撥出更多時間來服務香港的雙性人朋友及其親友，讓雙性人朋友在香港有了第一個可以求助與傾談的聚點，對於我來說，這真是一個巨大而意外的收穫啊！



現場民眾熱絡參與互動，
開放傾聽陰陽人的議題

敘說生命 共享溫暖

在我赴港之前，應主辦單位之邀而自製了一段談話錄影作為活動記者會之用，這段影片也引起了當地媒體的注意，不僅在我出發之前已經在東方電視播出，也讓我一下飛機就有香港「明報」的記者等著我；過去曾來台採訪過我的東周刊記者也再度來訪問我。原本在許多人口中保守與冷漠的香港人，此刻對於我這個來自邊緣族群的人來說卻是感到如此的溫暖與熱情。這分感受一直持續在我的這次行程中，其實我原本並沒有預期活動現場會有多麼熱烈，所以婉拒了一些朋友擔任義工的好意，只是邀請他們一起來參觀，順便擁抱一下。

沒想到我的攤位還沒完全布置好，就有應接不暇的「客戶」了！我幾乎沒有一分鐘停下來不說話，也沒有坐冷板凳的機會。許多朋友都非常耐心聽我說並提出了各式各樣的問題，也表他們本身的看法與意見，原本有朋友在我出發前有點擔心大眾可能有負面反應，一直給我打氣加油，事實上現場完全沒有一點點的負面話語與行為，所有的人都給我鼓勵與支持，從最年輕的自覺來參加的十三歲女孩到七十歲以上的老爺爺都對我給予肯定與厚愛，許多人願意簽名表達支持，更多人和我擁抱合照，我想在那一刻，我們都感受到彼此無分別的溫暖，讓我久久難以忘懷！

這次來現場參觀的觀眾，令我意外的是年長的長輩不少，因為天氣是如此濕冷難行，如果換做是我可能一點都不想出門，但是這些長輩們卻絡繹不絕的出現了。對於年輕一輩的人來說，陰陽人可能多數沒聽過、以為是虛構的或甚至誤以為是看得見鬼的人；但是對於老一輩的人來說，那就比較有共識了，過去總是以為陰陽人必定是受前世報應的結果，故多數為社會大眾所誤解與歧視。但是這些長輩們卻願意在寒風刺骨的雨天出門來到我的攤位前看看我、耐心的聽我說故事，在我訴說與解釋的期間，也沒有人帶著不尊重的眼光，紛紛鼓勵我好好活！其實就算只是滿足一份好奇心也好，長輩們的出現還是讓我很感謝與感動的。

為了讓大眾了解目前世界陰陽人族群的狀況，出發之前我花了好幾個禮拜設計此次展覽主題與內容，並因應香港的國際性以中英文雙語的彩色海報呈現。介紹的主題內容包括國際陰陽人組織、全球擁抱陰陽人運動以及世界首度陰陽人論壇的宣言。此外並以IPAD當場連線Youtube播出我在「壹天一蘋果」的節目專訪，讓參觀者自由觀看點閱。動靜態相輔相成的呈現十分吸引參觀的來賓。我與細細老師更共同在現場為大家講故事與解答各種疑惑，而最重要的是許多朋友聽了我的故事之後都主動來邀請與我擁抱合照，並且幾乎沒有人拒絕我的擁抱邀請。另外這次除了商業媒體來採訪之外，也有幾所學校的校園媒體來訪問，現場真是熱鬧非凡，還好有細細老師及幾位自動來幫忙的香港朋友的協助，否則真是應接不暇，雖然忙得不可開交，但心裡卻是十分開心的，因為沒想到有這麼多人願意主動來關注陰陽人，讓我對未來感到十分樂觀。

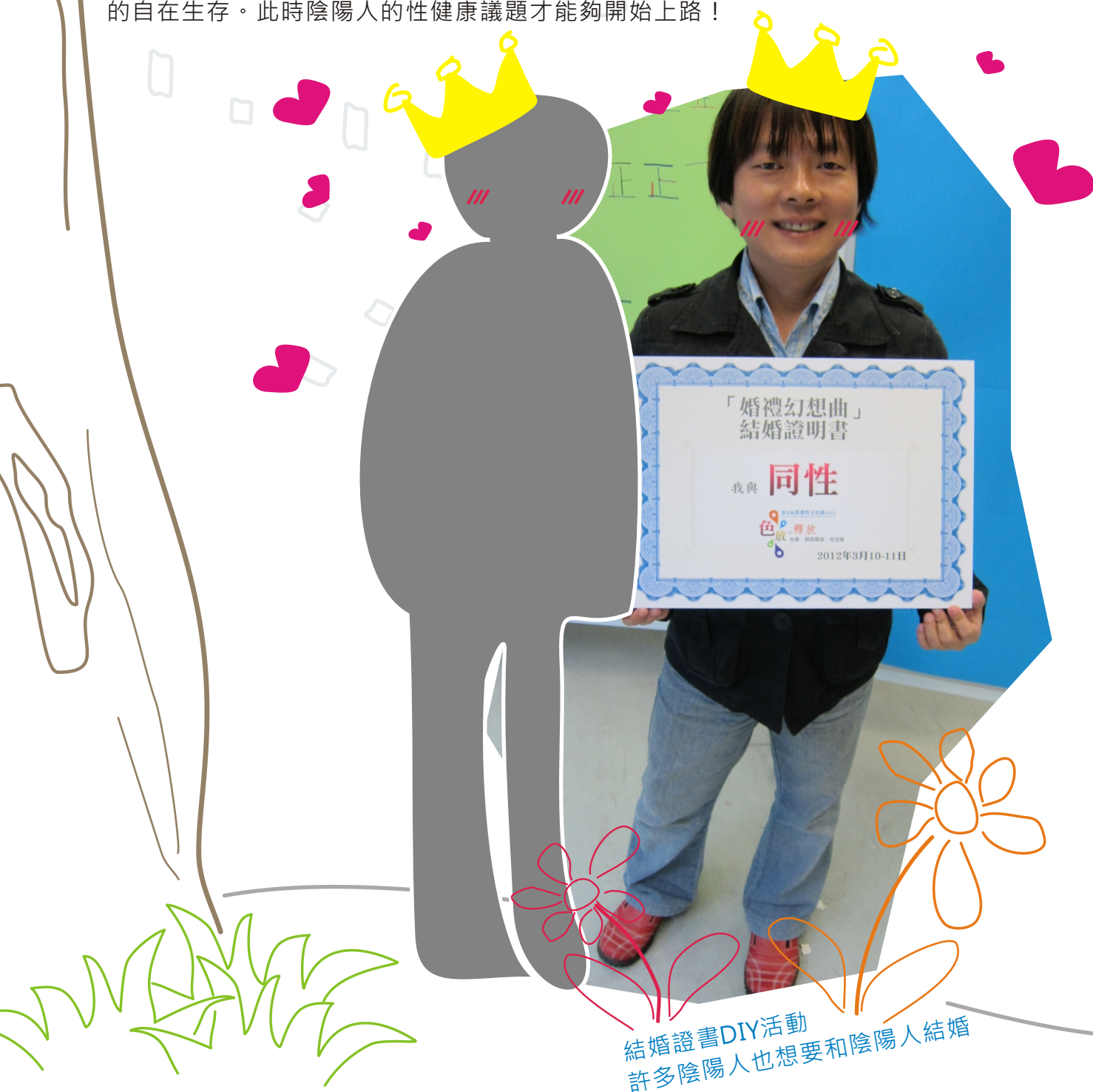
婚姻制？伴侶制？ 關注多元家庭模式

個人認為這次的香港性文化節最有趣的活動是開幕劇《婚禮幻想曲》以及搭配結婚證書DIY活動。該劇由吳敏倫教授與擔任性文化節法律顧問的謝連忠律師合力創作，由青少年愛滋教育協會Teen AIDS的「觸動舞台」劇團演出。劇中提出傳統婚姻制度以外的其他不同婚制的可能性，如變性人的婚姻、雙性戀者的群婚、人與機器的婚禮、人與小魚兒的婚禮、人與自己的婚禮等，可惜劇中沒有提到陰陽人的婚姻。

其實陰陽人也和其他人一樣，渴望有伴侶有家庭，但是對於許多外表與官方性別反差的陰陽人朋友，只有官方身分是男和女才能合法結婚的法律，讓婚禮真的只能是幻想曲。陰陽人的性別難定先不談，與官方性別反差的外表使得陰陽人與伴侶的關係很容易好似變成同性戀，讓許多陰陽人在追求幸福之前不得不產生進行手術以改變官方性別才能結婚的想法。然而我們真正想要的是能夠保障伴侶關係的婚姻，並不是變性。結婚前要先變性，這實在是很我們開玩笑！且變性絕對

不是只挨一刀就解決的問題，可能還有需要終身服藥的問題，如果只為結婚而進行變性手術並非其本意，往後的問題就更複雜了。因此，自主與多元概念的婚姻制度對於陰陽人來說也是很重要的，個人十分認同。

此次前進香港，主辦單位雖然未能補助，我卻還是決定要把握，咬牙自費前往。有些朋友從細細老師的FB留言知道了，在臨上飛機的那一刻透過細細老師的帳戶捐款轉交給我，讓我當場眼淚就要掉下來！我知道走這一遭沒有白費，這一切讓我相信，只要透過正向的認識與傳遞，大眾總有一天會了解陰陽人、接納陰陽人，不再以誤解與汙名來看待與網綁陰陽人的自在生存。此時陰陽人的性健康議題才能夠開始上路！



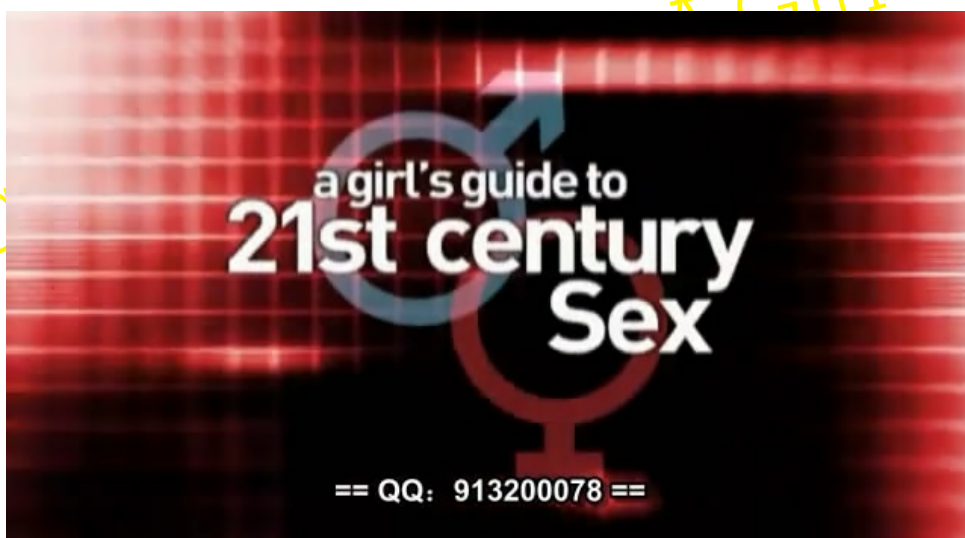
結婚證書DIY活動
許多陰陽人也想要和陰陽人結婚



影
音
世
界

《21世紀性愛指南》之性姿勢篇

A Girl's Guide to 21st Century Sex



導演: Max Barber

主演: Erin Sharkey

類型: 紀錄片

製片國家/地區: 英國

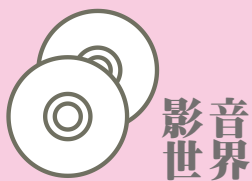
語言: 英語

《21世紀性愛指南》(A Girl's Guide to 21st Century Sex)為2006年上映的電視紀錄片，在英國第五頻道(Channel 5)播出，由Catherine Hood擔任製作。每一集電視紀錄片為45分鐘，紀錄片涵括了各種性知識、性姿勢、性技巧、性文化、性傳染病等議題。

關注的族群也非常多元，如陰陽人、體重過重者、殘疾者、陰莖短小者。不同的性生活模式如譚崔式性愛、群交式、男同志的公廁性愛、網綁式性愛。

這部電視紀錄片針對男性和女性的性交姿勢採取原貌呈現，由兩名色情演員Elizabeth Lawrence及Stefan Hard實際演出特寫，以及在陰莖上及陰道內置放拍攝鏡頭，因此在不同體位的生理剖面圖，由專家解說刺激內生殖器官的敏感點，由演員實際演出直到射精。這部紀錄片的性姿勢篇分別包括：

1. 傳道士式：男上女下
2. 背後入式(DOGGY)：男後女前，適宜陰莖短小者
3. L形(SIDE SLIDE)：男正面，女側面，傳道士式的變形
4. 面對背的女上位(reverse cowgirl)：女上男下，女性背對男性
5. 側身男面對女背(The spoons)：女前男後，女性背對男性
6. X式：男性和女性的雙腳呈現交叉狀
7. 狗趴式(Doggy的變型)：男上女下，女性趴著背對男性
8. 蓮花式(lotus)：女上男下，男性坐著，女性面對面坐在男性身上



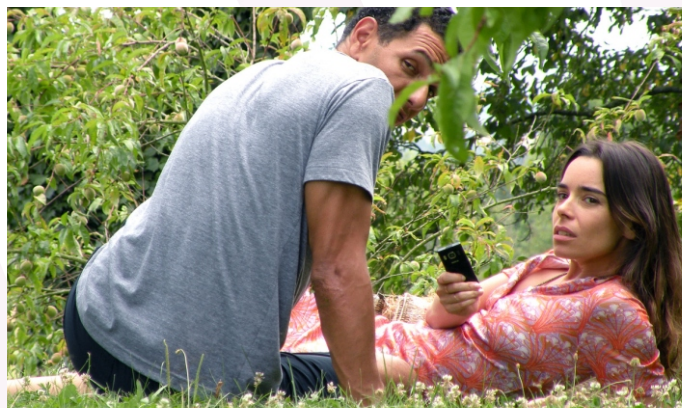
影世音界

《你快樂所以我快樂》

Happy Few



文森&瑞秋



泰莉&法蘭克

導演: 安東尼·寇迪耶 (Antony Cordier)

主演: 洛契迪森姆(Roschdy Zem)、艾羅蒂布雪(Elodie Bouchez)

類型: 劇情片

製片國家/地區: 法國

語言: 法語

影片主題: 交換伴侶

《你快樂所以我快樂》描寫兩對夫妻文森、泰莉與法蘭克、瑞秋，她們偶然在聚會裡的情慾曖昧流動，引起雙方「默許」彼此交換伴侶的生活。一開始，兩對夫妻並沒有規定遊戲規則是什麼，但是隨著交換過去的情人，無論在性生活、親密感的逐漸升溫，他們開始感到困惑，到底能不能同時愛兩個人？在交換過去的生活裡，四個人同時從對方的伴侶學到了不同於自己伴侶的習慣和生活品味，在在挑戰了原本的夫妻生活，如：味道、做愛的地點、做愛的方式，她們開始有了「比較」，當夫妻帶著「情人間的試驗」回到家中時，卻往往弄巧成拙，不適合自己的元配。

這部電影描述的不只是「開放關係」的理想國度，而是當婚姻關係可以嘗試「開放」，開放的原則和界線會不會因為彼此的感情投入而變得模糊？影片當中，四個人為了實現泰莉的性幻想，因此搬來了一堆麵粉，在麵粉堆裡，夫妻彼此做愛，然後她們走到湖裡清洗身體，泰莉坐在湖邊



看著她愛的三個人：自己的先生、自己的情人、以及情人的老婆，泰莉是四人之中最為野性、真誠的角色，同時也扮演了四個人之間的黏著劑，當她們最後走向談判攤牌的道路時，兩位女性同時想要停止這段複雜的關係，兩位男性卻不希望如此美好的關係就此結束。

「開放關係」與「交換伴侶」在婚姻關係裡是禁忌話題，在公開場合更是敏感，夫妻之間很難對彼此開誠布公，但是在電影的最後，四個人對質彼此的感情，當泰莉伸出手希望文森能陪著她退出，文森緊緊抓著桌子。他們最後仍然回歸彼此原本的生活，但是這一段「曾經擁有的開放關係」讓他們的生活變得難以忘懷，他們也永遠記得，四個人共同分享彼此生活、分享肉體、分享情慾的那一段日子。



CHINESE SEXUAL HEALTH RESEARCH

華人性健康研究

徵稿訊
CONTRIBUTIONS WANTED

《華人性健康研究》(Chinese Sexual Health Research) 關注大眾的性生活、性健康，主張不分年齡、性別、性傾向、性癖好，都應擁有獲取性資訊的權利和管道。

本刊定位於性學議題通俗化、性學知識實用化，每期內容包含醫藥、保健、心理、社會、文化專欄；以及性別與身體、LGBT、性技巧、性玩具教學、實用書評及影評。

《華人性健康研究》隸屬於「世界華人性學家協會」(World Association of Chinese Sexologists) 電子雜誌，半年刊，每年6月及12月發刊，掛載於世界華人性學家協會網站 (<http://www.wacshome.net/>)。

徵稿主題：

- (一) 性趣新知：關於性健康的醫學保健、心理、社會、文化的議題，來稿請以科普文章形式撰寫，字數為三千字以內。
- (二) 研究評述：對於性健康相關的研究文獻之綜合評述，來稿請根據APA格式撰寫，字數為一萬字以內。

來稿請註明投稿專欄及姓名(筆名)，本刊物為非營利出版品，不另致稿酬。稿件版權歸屬作者所有，敬請尊重智慧財產權。

主編：林宛瑾
E-mail: shuddertothink99@gmail.com