

中国人民大学

Renmin University  
of China



性社会学研究所

Institute for Research on  
Sexuality and Gender

<http://www.sexstudy.org>

[首页](#) | [学科建设](#) | [基础研究](#) | [应用研究](#) | [著作发布](#) | [图书检索](#) | [通俗文章](#) | [文献介绍](#) | [讨论地带](#) | [通讯文档](#)

您的位置: [首页](#) -> 性社会学的学科建设

## 中国传统性文化与房中术、阴阳双修

作者: 李零 来源: 1997年《性学讲义》 类别: 性社会学的学科建设 日期: 2007.04.02 今日/总浏览: 6/1617

### 第二章

#### 中国传统性文化与房中术、阴阳双修

##### 第一节: 中国传统性文化的脉络与主要特征

潘绥铭

##### 一、中国性道德的走向

第一阶段是从孔孟到宋代, 主要进行性方面的道德教化。它有4个主要特点:

1. “发乎情, 止乎礼”, 就是并不否认性的必然, 只是要求性存在于一定的“方圆”之内。
2. “克己复礼”, 就是主要强调自己的修身养性, 并不鼓吹“风化警察”。
3. “有教无类”, 就是并不因为某些人违反性道德就只镇压不教育。
4. “民不举, 官不究”, 就是并不由政府去直接纠察人们的性关系和性行为。

第二阶段是从宋代产生理学到“五四”之前, 儒、道、佛在性文化方面同流合污, 表现为性的精神禁欲主

义的发展和鼎盛，原来的4个特点几乎都被改造了。

1. “食色性也”被变成“万恶淫为首”。
2. “三省吾身”被变成“各人自扫门前雪，专管他人床上事”。
3. “诲人不倦”被变成“不打不成才”。
4. “清官难断家务事”被变成“朕治天下，以民心风俗为本”。
5. 又加上一条：“淫念甚于淫行”。所以“腹诽者，杀”的思想罪也被扩大应用到性道德方面来了。

总之，在这个阶段中，所谓性道德已经从正面灌输，转变成“防患于未然”，又发展为“因果报应”式的恐吓。我们现在经常说的“封建礼教”达到了极致。什么贞洁牌坊、捉奸杀奸、性生活里对“正经”的崇拜等等，都是确定和强化于这个时期之中。

第三阶段是从“五四”到1980年前后。由于西方的法制观念开始传入中国，又由于中国人顽固地信仰道德为本主义和“人分三六九等”，因此在这个阶段中，“法律至上”、“缺德即犯法”和“看人下菜碟”这3种本应你死我活的法理原则，在中国却奇异地、完美地集合在一起，共同织成了“无性文化”的恢恢天网。（参见《性文化：怎样走到今天》，载于《中国性现状》。）

第四阶段是1980年以来，尤其是1985年以来。这个阶段的突出表现就是，上上下下似乎在一夜之间全都信仰起“以法治性”来了，似乎一切性问题都可以由法律来解决。笔者把这叫做“性法律崇拜”。

## 二、传统性道德的主要特征

存在形式：

1. 以“唯生殖目的论”为纲领，特别反对“寻欢作乐”
2. 以“男尊女卑”为基础，实际上是“恐女症”
3. 以“精神禁欲主义”为旗帜，并不实行“肉体禁欲主义”
4. 以“夫妻恩爱”为调节工具，排斥“情爱”
5. 以“正经”为性行为准则，
6. 以“少儿无性”和“老年无性”为年龄界限
7. 以“不可言传”为戒律

主要特点：

1. 并没有一个上帝那样的“绝对精神主宰”，完全是为了世俗目标服务
2. 基本上没有文字规定，主要以“合情合理”与“有情可原”为准

3. 主要是群体现象，靠互相监督，缺乏自律
4. 强调人际关系和“纲常”，压制个体

效果：

1. “只许规规矩矩，不许乱说乱动”
2. 人口急剧增长
3. 社会高度稳定

### 三、明末清初的性革命

堪称世界之最的：

1. 文学中的性描写
2. 秘戏图与春宫画
3. 淫具
4. 淫药
5. 对于男女同性恋的表现
6. “淫女”的文学形象的巨变
7. 性技巧方面的梦幻
8. 肛交的“理论”

性革命的失败：满清王朝中期开始实行的“扫黄”（“禁毁之厄”）

### 四、五四以来的变化

新的共识：“性文明”

新的手段：“移风易俗”

新的结果：文革的“无性文化”

叛逆：张竞生、周作人等等

## 第二节：房中术与阴阳双修

李 零

### 一、阴阳概念与阴阳协调思想的来源

### 二、房中术的历史渊源

### 三、房中术述要

- 房中术的主旨：合阴阳、养性命、通神明
- 女性性生理构造与G点的探寻（十二节、九窍）
- 男性的四度勃起及其训练（四至）
- 固精（十动不泄）
- 避损与获益（七损八益、五劳七伤）
- 女性的性唤起与性高潮（五欲、五征）
- 治疗女性“性冷淡”（十至、十修）

### 四、道教阴阳双修的出现

- 阴阳双修与房中术的异同
- 男性的不应期休息与补益（蹻扳）
- 女上位治疗男性障碍（否泰凡圣）

### 五、房中术与正统文化的关系

- 房中术在中国思想文化史中的地位
- 儒家性观念的主要特点
- 佛教性观念的主要特点

- 房中术与印度性技巧（64内能）的比较

## 六、房中术的再发现与再度传播

- 《医心方》与叶德辉
- 马王堆汉墓的出土文献
- 当今的性神秘主义

### \*对房中术的评价

1. 房中术里很少提到现在意义上的爱情。
2. 房中术无论有效还是无效，都没有用现代科学来检验。
3. 房中术总体上是把性生活当成一种修炼手段，最终目标是要“得道成仙”。
4. 房中术的许多性技巧其实是把女性视为男人的性工具或者性用品。
5. 房中术对老年人性生活的种种戒律，与现代医学和心理学的实证结果是完全相反的。
6. 从逻辑上看，房中术的许多具体做法可以达到它所预期的效果，而且与现代性治疗方法有许多相似之处。不过，必须等到科学加以验证之后，再用不迟。

关闭窗口

文章版权归原作者所有，未经允许请勿转载，如有任何问题请联系我们。