

談情說性

性關係是每一對正常夫婦的日常，是婚姻生活其中一個很基本的要素，但在華人教會中很少被討論，因為中國人很怕尷尬。我小的時候，曾問媽媽說，我是從哪裡來的，媽媽說：「你是從石頭中爆出來的。」我朋友的媽媽跟他說：「你是大鳥叨來的。」到我年紀漸長的時候，再問媽媽同樣的問題，她知道已不能再騙我了，便跟我說，性交是人的本能，不用教的，長大了自然會明白。

不錯，性的確是人的本能。男人將自己的生殖器官放進女人的生殖器官裡，整個過程，是本能的反應。但這樣的知識，足以建立幸福和諧的夫婦性生活嗎？

要有和諧的性生活，先要明白男女有別。男和女對性的反應和滿足是很不一樣的，單靠本能是不能達致和諧滿足的。男人如果將可以使自己滿足的套用到女人的身上，女人只會反感；同樣的，女人將可以使自己滿足的套用到男人身上，男人只會感到不是味兒。

夫婦和諧滿足的性生活，不能單靠本能，而是一種藝術。藝術是需要自己不斷學習、揣摩和體會的。只有按對方的需要來滿足對方，才能在性生活上達致和諧。

談到性生活，請容許我坦率開放一點，不要怕尷尬。

性在夫婦關係中的重要性

在所有人倫關係中，夫婦關係是最親密的。聖經說：「人要離開父母，與妻子聯合，二人成為一體。」同房的原文是「認識」，是透過在性關係的經歷去認識，性著重的是關係，是委身，而不只是行為，否則就會變成了獸性的發洩。性交是全人的結合，包括了靈、魂、體的結合。

其他的關係都是從夫婦關係衍生出來的，因而有父母子女、兄弟姊妹、朋友師長等等各類的人際關係。肉體的結合，在神的設計中，是夫婦所獨有的。其他的關係，只有靈與魂的交流層面，不會有性的交流。

性是神賜給男女的禮物，是聖潔的，是高尚的。神設立性關係，是要讓夫婦具體地表達兩個人之間的親暱和愛意，情感藉著具體的行動表達出來。

同樣，性是神賜給夫婦一個最有力和最獨特的表達愛意和親暱的方式。若夫婦之間在性生活

上不協調，得不到滿足，是夫婦關係中一個很大的遺憾。

兩性大不同

有人說，男人跟女人，就像是水牛跟蝴蝶，兩種很不一樣的性情。愛就是放下自己去迎合對方，服事對方的需要。

女生： 我們要透過愛和親密來享受性。

男生： 我們要透過性來經歷愛和親密。

女生： 除非我感覺到丈夫愛惜我，知道我在丈夫心目中很重要，彼此之間有溝通，否則不能享受性交。

男生： 我不用先感受到愛和親暱才跟太太同房。大部份男人都是感到有性衝動時，渴望立時得到滿足。要我左等右等，是需要很大的克制的。

女生： 丈夫公幹回來，立即很想親熱。但是我先想了解一下他公幹的情況怎麼樣了？有甚麼有趣的事情可以分享的？我也想告訴他今天家裡發生了甚麼事情，大家溝通一下，談談心事。事前的心靈溝通，感情上得到滿足，然後做愛，才來得甜蜜。

男生： 太太的反應令我感到被拒絕；如果我勉強她，她也會覺得我不尊重她，不愛惜她。其實男人也需要愛和親密，而性交就一個重要的途徑，幫助我們打開感性的一面，從中去經歷愛。

男生： 神造男女性器官突出與收藏，就可看到男女的不同。生理上男性器官較易感到興奮，而興奮時就想得到解決，而快感是來自高潮的那一刻。我們的滿足是來自性壓力得到了釋放，高潮那一刻的經歷和感受是最深刻的。可以說，男生是傾向目標導向的，就是要儘快達到高潮。在性壓力之下，男生比較難等待，只想快一點得到滿足。

女生： 我們的滿足來自整個過程。過程愈順暢，前奏愈滿意，便愈享受。在過程當中，我們要感受到丈夫的溫柔體體、被愛、被珍惜，丈夫愈做得好，我們的反應便會愈大。

男生： 太太愈有反應，我就愈感受到被愛、被肯定，對太太就愈樂意溫柔體貼。

從女性角度看，丈夫應知應做的事

1. 美妙的性愛從日常生活開始

大多數的婦女都需要對婚姻感到美滿，覺得丈夫愛惜自己，才會在性方面感受到滿足。一個結了婚十年的太太對婚姻輔導員投訴說：「我先生日間上班精神壓力很大，他的個性也不愛說話，下班回來，只是看電視看報紙，很少跟我談話。到了睡覺的時候，他就上床要求有性愛。如果我的反應不大，他就不高興。我真不知道我先生是否愛我的。」

丈夫下了床以後怎樣對太太，直接影響太太在床上的表現。美滿的性生活由起床開始。平時對太太沒有溫柔體貼，要求太太在床上熱情奔放，是很艱難的。

這於一方面對許多丈夫來說是不容易理解的。在性滿足方面，男性強調的是高潮那一刻，女性則強調整個過程，包括生活的過程。女生往往把生命中所有的事作一整體來看，男生則通常將每一件事分得很清楚，可以暫時拋開煩惱，進行性活動。但女生不同，美妙的性愛是從濃情密意延續而來的。因此丈夫不要只在床上對太太親熱，在日常生活中也要做一些動作，讓她感到被愛被珍懂，她就會在性方面顯得熱情如火。

2. 交談有催情作用

女性重視溝通。在睡覺或休息時，能與丈夫暢快交談，太太會好受用。這樣，稍後行房時，如果丈夫情話綿綿，太太更會陶醉其中。

有一婚姻專家訪問過一些有婚外情的婦女，發現她們當中有 75%，出軌的原因主要不是為了性，而是第三方跟自己能有好親密的溝通。這專家說：「有一位女士的情夫是性無能的。她選擇和他一起，只因他會說一些她丈夫從來不會說的甜言蜜語。」

對許多女人來說，從談話中感受中有人關心自己，比起性交更能得到滿足。特別對於一個忙於家務、需要照顧孩弓的婦女而言，又或是一個既要照顧家庭又要外出工作的職業女性來說，一次碎膝談心會使她們在性方面更有反應。

3. 男性要懂得前奏的藝術

許多男性都知道前奏的重要，但卻忽略去做。男性兩三分鐘就可以到達高潮，過程很簡單，而女性卻可能需要十倍的時間，在這期間，需要男性去撫摸她、親她，才能漸漸引導她去到高潮。所以，丈夫們，要知道前奏的重要性。

前奏時，男生要留意，女性在性興奮之前，會享受丈夫撫摸自己的全身，而不是集中在

刺激性器官。男生不要過於心急，開始的時候不需要直接撫摸敏感的部位，而是用輕柔的手慢慢地撫摸全身，讓太太感到親密，才漸漸移向敏感的部位。如此反覆幾次，就會讓她感到興奮。這時性交，就會很美妙！一旦男生過於心急，直入敏感部位，用力過猛，只會讓女生感到痛楚。

4. 不必每次令太太有高潮才算成功

研究顯示，大概 60% 婦女能夠在兩一次性交中有一次高潮的經歷。但許多婦女都感到有種壓力，以為非達到高潮不可。許多丈夫也以為要讓太太達到高潮，才算是好伴侶。不過高潮時刻雖然美妙，卻不是必需的。

性愛過份著重高潮，就好比去旅行時將全副心思放在目的地上，而忽略了沿途美麗的風光，這是多麼的可惜。其實對於女性來說，那種肌膚之親的親密感，已經使她們很滿足，未必一定需要高潮。

女性好比月亮，圓缺有時，婦女的性慾高低也有週期的。當女性身體在狀態時，想有高潮；但有時太太卻只想跟丈夫親熱擁抱，已經很滿足，不太在乎有沒有高潮。因此雙方都不要將這壓力加在自己的身上。

5 行房後繼續示愛，對女方的滿足感關係重大

男與女不同。男生高潮過後，性慾壓力得以紓緩，熱情便即時退卻。女生的過程較長，性興奮慢慢建立，亦要慢慢退卻，在高潮之後，仍然有性興奮，慢慢才會平伏下來。因此女生在高潮之後仍需繼續示愛，對她表示親密。

丈夫可以繼續撫摸太太，由敏感的地方，一直撫摸至不敏感的地方。在這過程中，跟她說一些甜密的私語，太太便會感到好幸福。

丈夫若果無法避免睡著，至少應該摟著太太入睡，不要轉身自己一個人入睡。

6. 女性多禁忌

為了保護女生在性方面不要過於隨便，我們的上一代不知不覺灌輸了一種觀念，就是性是一件污穢的事，不能啟齒。這形成了不少女生對性不敢享受，也不敢討論，視性交為

一種夫婦間的責任而已。

丈夫要體諒女生在性方面有所顧忌，例如只可以晚上行房，在這過程中也要關燈等。對於這些顧忌，不可勉強，但也可透過溝通來達致共識。

其實性是神所創造的，神也樂意見到夫婦享受性關係。我們可以打破禁忌，大胆創新，作各樣的嘗試。只要不違反聖經原則的和不傷害身體的，甚麼性愛的方性和姿勢都是可以的。

從男性角度看，妻子應知應做的事

1. 不要以行房作為威脅

不要以行房作為一種手段，迫使丈夫遷就自己，尤其是在意見不合和爭執之時。丈夫不聽從自己的意見，對自己不夠體貼的時候，便拒絕與丈夫歡好，或且在性方面的反應冷冷淡淡，讓丈夫感到不開心不暢快。又或是給丈夫一個訊息，要丈夫妥協，才會跟他發生關係。

女生這方面的心理可以很微妙，不一定是故意的，卻容易不自覺地表現了出來。性不是一種交易的手段，也不是操縱對方的工具；這只會將性貶值，破壞了性的契合。

2. 裝扮自己以吸引丈夫

女生透過觸覺來達到性興奮，男生卻是藉著視覺來引起性興奮。因此，當親熱時，丈夫見到太太的表情很享受、很陶醉，便會感到很滿足、很自豪。太太也可以選擇一些性感的內衣褲，來挑起丈夫的性慾。所以，行房的時候有一點點的光線，對男生來說是比較容易投入的。

太太也要注意自己平時的儀容，不要讓自己成為一個蓬頭垢面的煮飯婆。

3. 盡量配合丈夫的要求

女生需要愛才能經歷性的美妙，男生卻要藉著性來經歷愛，這樣才可以打開自己的心扉。若太太能夠在性方面主動配合自己，有好的反應，丈夫會感受到被愛 – 這是建立男性自

尊的一個很有力的途徑。

太太要拒絕丈夫在性方面的要求，要給予合理的解釋，因為對男生來說，拒絕行房就是愛的拒絕，是一種傷害。

若一個男生經常無理地被太太拒絕行房，他可能會有兩種反應：一是它羞成怒，用暴力去發洩，二是對太太失去了興趣，容易發生婚外情。這樣，就是將關係放在試探之中。

林前 7:4-5 說：「妻子沒有權主張自己的身子，乃在丈夫，丈夫也沒有權主張自己的身子，乃在妻子。夫妻不可彼此虧負。」聖經說，只有一個情況可以分房，就是「除非兩方情願和了專心禱告」，事後還是要同房。

妻子如果心情不好，亦無權拒絕丈夫，除非得到對方的諒解。妻子要給丈夫一種安全感，就是每當丈夫提出性要求的時候，都不會被拒絕，丈夫便會愈發愛妻子。丈夫愈愛妻子，妻子在性方面便愈有反應，丈夫便愈發感到被愛，自然對妻子也愈發溫柔體貼。這樣就會有美滿的性關係。