

低欲望社会：是进步还是退化

1/ 美国《大西洋月刊》作者 Kate Julian 最近在《性萧条》一文中写道：“当下本该是性的黄金时代，美国人中认为单身人士的非婚性行为为无可厚非的比例却空前的高，新增艾滋病例又空前的低。大部分女性终于可以免费获得避孕措施，紧急避孕药无需处方就能拿到。如果你喜欢约炮，Grindr 和 Tinder 让你在一个小时内就能获得性生活。‘只有想不到的梗，没有拍不出的小黄片’之前只是网上的笑话，现在已经成为现实。走进本地的电影院，就能看到性虐素材的作品。不去电影院呢？黄金时段电视里也有性内容，其直白多于温情。我们的文化从来没有对性关系的多样性如此宽容。然而，美国人的性行为却变得越来越少，不但高中时候就有性行为的从 54%下降到了 40%，就连从来就没有性生活的人也比 20 年前多了足足 1.5 倍。”

2014 年，社会调查显示，美国的成年人从平均一年 62 次性生活降至 54 次。就个人而言，这个减少也许无足轻重，但在全国范围内这可是很大一笔没有被打出去的“炮”。

最新的社会调查告诉我们，美国人性生活频率还在进一步下降。生孩子的人变少了，结婚的人变少了，未婚同居的人也变少了，谈恋爱的人变少了，甚至约炮的数量也一年不如一年了。

Kate Julian 把这种现象称之为“美国的性萧条”。

2/ “性萧条”不是什么新鲜词汇，早在本世纪初，日本就已经进入到性萧条阶段，并且长期保持这种状态。只不过他们不像美国人那样直接，而是用“低欲望社会”形容自己。

2015 年，日本 18 到 34 岁的育龄女性，有 40%是处女，而 18 到 34 岁的男性，有 38%是处男，中间甚至不少人从没交过男 / 女朋友，并且认为自己以后也不会交男 / 女朋友。

《经济学人》最近的一篇题为《越来越不色情的日本性行业》的文章里描述了“オナクラ”店，男性花钱去那里自慰，而女性员工坐在旁边看。

文章解释说，因为许多年轻人认为性交很烦人，导致提升自慰体验的服务正在蓬勃发展。

只从性来说，真实已经要渐渐输给虚拟了，爱的美好细节片段可能渐渐都能买到了。比如在秋叶原随便走进一个大楼，都能找到卖“膝枕”的店，走进店里就可以躺在少女服务人员的大腿上和她聊天，她会安慰你生活中的种种不如意，但这并不算是真正的色情业务。因为你只能躺在她大腿上聊天，其他地方一律不能碰，进来的宅男也不会去碰——走的就是一个温馨治愈的路线。

也有专门针对女性的，比如贩卖“食草系帅哥的拥抱”的店，里面都是穿着干净、长相清秀的小哥，把女孩子抱在怀里，用语言引导女孩子大哭



一场，或者捶打他们胸口。

在把谈恋爱的种种美好细节全部分解成服务后，一个普通日本人完全可以通过逛这些店，只获得感情中美好的部分，而不用承担其带来的种种压力和失望，就算用完就走，也不会有任何负担。

“需要的时候你出现在我面前，不需要的时候别来烦我”，这可能是每一个渴望恋爱或者在恋爱中的人都有但不愿承认的心声。

你是不是觉得日本人很变态？

Kate Julian 提到，很长时间内，西方世界也觉得日本人变态，但渐渐地他们发现，这种现象不是什么变态，而是警示、预言。

最初是惨淡的就业前景导致了許多男人追求单身，但大环境随后已经开始适应甚至鼓励这些追求。长期居住在东京的美籍日裔作家 Roland Kelts 如此描述：“一代人慢慢发现与现实世界中的女性谈恋爱会有种种不如意甚至是意料之外的要求，远远不如线上虚拟性爱更有吸引力。”

尽管圣经不允许人自慰，但在过去的 20 年里，信徒众多的美国经常自慰的人还是成倍增长，与此相对的，让美国人可以不出去与人接触就能获得性快感的服务和产品也越来越多，越来越专业。从最低级的硅胶产品，到最新在研究的机器人，都有数百亿美元在里面，未来可能出现越来越好、越

来越高级的产品和服务。

3/ 在中国，这种情况也没好到哪里去。

数据显示，长期单身独居的人口从 1995 年前的 6%，涨到了 2015 年的 15%，这几年依然在继续上涨。

越来越多的年轻人不生孩子，不结婚，不恋爱，也不发生性生活。

十年前，人人网上的情感博主写一个爱情故事，底下人都说“看哭了”。现在，哪个博主发个和爱情有关的文章，高赞评论中一定有一条：“母胎 solo(独奏)到现在，你说你 horse(想性爱)了呢？”

爱爱最大的缺点，就是它需要至少两个人一起完成，这在我们这个孤独的大时代显得有点格格不入。你看，现在流行的打游戏、看直播、刷抖音都是独自一人就能完成的操作。2019 年，很多人连约人吃饭都觉得麻烦，又何谈恋爱、结婚、生娃呢？

况且，现在的社会，实在太适合一个人生活了。

以前谈个恋爱，至少有个人在你洗衣服的时候帮忙做个饭，在你加班的时候回家就弄好一桌菜，现在外卖，洗衣服，全都能通过互联网足不出户完成，甚至点了个大叔上门来按摩，连盆他都自带；在公司点了个火锅上门来吃，连炉具他们都提供，吃的时候帮

你搭好，走的时候帮你恢复原样。

这当然有缺点，它不能代替真正的关系，但有些人就是不愿意走出去，就是不习惯跟人接触和交往。他们有人说：房价是最好的避孕药。工作忙，生存难，没时间也没空间去谈情说爱，去思考那些有的没的。

4/ 《华尔街之狼》中，已经是成功证券经理的马修麦康纳问新来的莱昂纳多：“你知道成功的秘诀是什么吗？”回答：“成功的秘诀就是一天撸两次，上午一次，下午一次。”

这不是空穴来风，而是有事实依据的，确实有非常多的华尔街人士通过手淫来缓解压力。《经济学人》做调查，发现睾酮水平会影响基金经历的业绩，睾酮水平低的反而业绩更好。

当然，这是半虚构的电影。

今年初被刷屏的《他们不谈恋爱时讲了一堆道理》中，作者采访了一名基金经理，这名基金经理的说法就直截了当了许多：“一个男人撸完之后，他的压力就不会那么大，这种减压方式在华尔街这样让人焦虑的地方非常重要。而且在这样的状态下，他们不会被欲望驱使，不会看到一个男人就试图和他比较一番，看到一个妹子就开始打量。天知道我们每天在求偶、解决寂寞和满足性欲上花了多少时间。”

身心放松，无欲无求，就像是悟道的佛陀，对什么都没有执念，凭空达到了“破执灭苦”的状态。

这种状态，只有贤者时间能做到，就算把自己阉了也没用——因为就算是太监，也是有性欲的。

弗洛伊德说，我们的种种行为都受到潜意识支配，而潜意识多半又和我们的性欲有关。如果说这种支配是上帝给我们戴上的一层镣铐，那贤者时间就是我们最接近自由的时刻，在这样的时候，很适合冷静地去思考许多高深的东西。

不可否认，爱爱最大的缺点，就是需要两个人。那么，当人们纷纷选择了放弃性生活，这到底是人类文明的进步，还是退化呢？

雷 斯 林

【枕边心事】

家里有位水鸟男

我老公婚后的社交活动锐减，对美食的兴趣远远大过一场精彩的球赛，相比工作上的成就，他更享受好丈夫和好爸爸的满足感。他还常常憧憬退休后子孙绕膝的天伦之乐，可他今年才 36 岁啊！

斑头雁、企鵝等水鸟都是雄性主内。现在，被称为“水鸟男人”的“奶爸”开始挑战传统的家庭观。男人是可以拿来爱的，更是可以拿来用的。何况他心甘情愿乐在其中，太太完全可以心安理得地接受“水鸟男人”有温度的琐碎的爱。

老公开发商业地产很成功，他忙得要命，我闲得发慌。可他不希望我太劳累，让我买奢侈品，吃私房菜，到海外看风景，当逍遥自在的全职太太。可我觉得缺乏他热情的拥抱、长久的亲吻，心灵孤单寂寞。

幸福更重要的是爱和心灵的满足，是能保持生命能量的澎湃。无所事事、没有色彩的富裕生活，比为生活而奔波的人更容易失去志向。愿你不因为沉闷而毁掉幸福。

我和他是初恋，后来因为各种原因分开。6 年后又一次见面，我们决定在一起。可是我们同居后，问题不断，以致想结婚却没勇气，想分开却又心有不舍。

一段稳定的情感关系，光有爱是不够的，还要有维持这段关系的良好能力和习惯。你们需要学习如何相爱，了解对方的需求，找到有效沟通的方式，以宽容更新你们的爱。

父亲心梗猝死，母亲老年痴呆躺在床上，生活的不易让我产生了轻度抑郁。我的先生一直陪伴我左右，他希望和我亲热，我却没有心思，还质问他：性有那么重要吗？他说：我只是希望你快乐起来。

拥有懂得体贴你的丈夫，你是幸运的。为什么不接受他的爱呢？当人脆弱不堪时，性生活能缓解压力、安抚心灵，让人感到温暖和充实。

他爱我，非常爱，只是在爱爱这件事情上，不可捉摸的厉害。工具五花八门，形式稀奇古怪。他说夫妻爱爱之欢的时间只有这么长，与其在婚姻中荒废快感，不如让他的激情来焕发我的新生。

不懂得怜香惜玉的男人，还谈什么爱情，鬼才相信。当然，你不在乎手铐弄肿纤细的手腕，不在乎可食型情趣内衣让你恶心到吐，那我们旁人也就不无话可说。

我太太几乎从结婚至今每次爱爱都没感受过高潮。我该怎么做才能达到夫妻同步高潮？

女性获得高潮需要男人给予充分的时间，女人平均要在爱爱开始 30 分钟左右才能获得高潮。所以，赞美她的身体，告诉她整个夜晚都是温存时间，不要着急，放轻松，慢慢享受。在前戏过程中通过爱抚、亲吻等刺激让女性先获得高潮。

十大性感瞬间让欲望如春潮涌动

日复一日，我们的婚姻正在被时光消磨。

回味一下，床上她哪些性感瞬间最让你觉得心跳加速？那些令人血脉贲张的片断，绝对有助于夫妻之间增进床第感情。

那一肩长发的温柔 她坐在床头，微微低下面孔，将挽在头上的发髻打开，一头长发如瀑布般滑落下来。这种魅感到骨髓里的性感，成为男人一生都在追寻的记忆。

薄醉时娇憨的容颜 酒精对于很多女性来说都有淡淡的催情剂作用。当她饮下一杯红酒，脸上出现了娇艳的色彩，眼神开始更加灵动，浅笑也变得充满了挑逗。在粉红脸颊下的雪白肩颈，总能引起男性的无限遐想。

贤妻良母的标准形象 清新的卧室内，穿一袭规规矩矩纯棉睡衣的美少妇，正在为你整理明天要穿的衣裤，这温馨的诱惑谁能抵挡？

浴后容光焕发的胴体 爱人出浴，身上还挂看透明的水珠，湿了的头发还贴在粉颈上，一袭浴袍裹不住春光乍泄……这样的镜头怎么能不让你浮想联翩？

偶尔热辣的装束 从奔放的聚会上回来，当她在卧室里正要换上那件低胸收身的黑色晚装时，此时她仿佛是上帝赐予你的珍宝。

工作时专注的形象 看见可爱的妻子在床上一本正经地敲打着笔记本电脑，一副工作时才有的专注神情，这对男士来说格外诱惑。

清纯的少女风 男士看见妻子素净的脸庞、纤细的手指，或偶尔瞥见她秀美的裸足、洁白幼嫩的肌肤时，哪有不动心的呢？

床上的天使 当丈夫和她一起躺在床上时，平时的保守或严谨一扫而光，你面对的是一个赤裸的纯美天使，她的温度足以燃烧一切，那一瞬间没有谁不会感觉时间、世界都已经静止。

偶尔的小小挑逗 当你在床上正专心致志地沉浸在一项工作中时，她忽然跪在床上吻一下你的面孔，想到这小小挑逗背后的无限可能，谁能不觉得喜悦？

温软磁性的声音 男士都难以抗拒她专属于你的嗓音，一听见，怎能不令人消魂？

顾文华