



新生同志问题指南

原作者：烟玉暖阳 kiokio

修订人：Owen 烟玉暖阳 丸子 琉璃 Anna

排版：abcxyz 青雀 Dale 文文 Ray

统筹：雨林

鸣谢：皮皮卡乐



情感篇

同志之间有真爱吗？答案是肯定的，真爱的存在与否与性别无关，也与性向无关。无论是同情侣、跨性别异性伴侣亦或是其他形式的多元伴侣关系，我们都可以找到真爱存在的鲜活例子。在恋爱的问题上，性少数群体与普通群体相比，总是共性多于特性。同志伴侣中有在一起很多年甚至几十年的，也有没几天就分的，恋爱时间的长短也并非判断爱情幸福与否的唯一标准，甚至可能都不能算一个标准，同志伴侣“不长情”更不能作为否定真爱存在的论据。很多人缺乏恋爱经历和必要的学习，同时现代人更追求情感关系的质量而不再“将就”，个人追求经济独立更容易实现不再依赖经济共同体式的情感关系，出于这些方面的原因，情感关系维系的时间更短是一个普遍现象，并非某个族群的特点。对于一段无法给你带来正能量也无法再维系下去的感情，也许早点结束对双方都是解脱。

关于如何交友，在前文中已经提到，此处不再赘述。恋爱出于本能，但也是一项需要学习的技能，需要我们去学习、演练、总结经验。也许你在恋爱之前会对理想的对象有着种种设定：长发，短发，御姐，软妹，总攻，鲜肉，等等。然而，爱情并非是一场精确匹配的游戏，真正的择偶是复杂的，是无法被一些特定标准完全量化的。但有一些原则是通用的，了解这些可以避免你走一些弯路。



❖ **首先你与对象开始恋爱之前起码要见个面，对外貌、言行等一些最容易考察的环节进行了解。** 我们不是强调颜控，但网络的伪饰可能让你对对方有过高的期望。承认生理上的吸引（包括外貌、声音、气质、举止等）没有什么可耻的，爱情确实就始于荷尔蒙，如果你最初就对对方“不来电”，那么之后也很难培养出感觉。答应一个你不喜欢的人，将来会造成比一开始就拒绝ta还要大的伤害。

❖ **选择一个与自己价值观契合、沟通顺畅的人。** 如果生理上的吸引决定了你们开始交往，那么这一条决定了你们能不能在一起。冲突的价值观只会导致冲突的关系，而失败的沟通只会让矛盾升级。如果你跟对方连聊得来都算不上，那么也不要指望以后发生矛盾的时候你们能顺利解决。

❖ **在一些根本问题上达成共识。比如将来是否出柜，异地要怎么解决，对未来生活的规划，等等。** 这些问题可能很难解决，但是必须面对，而且越早考虑清楚越好。一些同性伴侣在一起生活很多年之后，突然出现一方要步入同直婚姻并结束感情关系的情况并不少见。而规划未来生活意味着你们彼此已经把对方开始当作生命的一部分，爱情并不都是风花雪月，也有柴米油盐。

❖ **尊重对方，平等是维系关系的基础。** 古人对伴侣关系的赞美有两个成语：相敬如宾，举案齐眉。一些伴侣可能会将相互贬损当作一种玩笑，在相处久了之后也会变得随便而不尊重对方。这些都可能会导致关系的裂痕，最后积重难返。始终保持对对方的尊重，给予对方平等的话语权，是爱情保鲜的秘诀。哪怕同性伴侣之间有角色划分，也并不意味着谁的地位更高，或者谁要依附于谁。

❖ **处理好经济问题。**经济基础决定上层建筑，对爱情来说也是如此。不论将来你们要去旅游、要去国外结婚，还是只是在路边摊吃个烧烤，都会涉及到钱的问题。AA制、轮流制、按收入比例来、设立共同的消费基金等等，都是不错的方案。尽管我们不会强调门当户对，但是经济上的不平等也会带来关系上的不平等。要爱情，也必须要有面包。

❖ **在一起并不是结束，而是爱情的真正的开始。**一个人对另一个人的了解是不断深入的，同时我们自身的情况也在变化之中，爱情是一种动态的平衡。不要被“爱情总会变成亲情”这句话误导，时不时地制造一点小浪漫能让爱情更有魅力。始终关注对方的感受，发现问题及时沟通解决。

爱情的命题过于庞大，每个人对它的定义都不尽相同，在此无法详述。需要说明的是，如果遇到了就好好珍惜，如果没有遇到就过好自己，在这个群体中最可怕的往往不是单身这件事，而是看到别人恋爱了而自己没有恋爱而产生的自卑和焦虑心理。你要记住，不会有太多人喜欢因为自卑或者焦虑而变得患得患失的你。



• 酷儿论坛2016新年微电影



Q: 双性恋者一定会同时有男朋友和女朋友吗?

A: 双性恋只是一种性向，只是表明ta能感受到来自男女两种性别的吸引，并不意味着双性恋就是“脚踏两只船”或者只有男女朋友都谈过才叫双性恋。一些人出于探索自身或者“伪装”的目的，也可能既交往过男朋友也交往过女朋友。即使你发现身边有双性恋同时有男女朋友也不必去进行评判，单性恋同时有两个伴侣的情况也存在，我们不应该出于性向的偏见就对双性恋者有更多的苛责，也许人家只是处于抉择的困惑中呢？

Q: 跨性别者会找男朋友还是女朋友?

A: 跨性别指向的是性别认同，这与性向是两个范畴。跨性别者可以是异性恋、同性恋、双性恋、泛性恋。一个人可以是男性的身体，而以

女性的自我认同去喜欢另一个女性，重要的是爱情而非身份本身。

Q: HIV感染者可以找到伴侣吗？

A: 当然。“阴阳恋”（一个是HIV阳性，另一个是阴性）在同性伴侣、异性伴侣中都存在。正确地看待自己，与对方坦诚相待，自信而不是自卑或者自负，爱情也不会被病毒所阻隔。

Q: 同性恋者或双性恋者喜欢上同性直人怎么办？

A: 尽管我们承认性向的流动性（这种流动是自发的，而非受外在干预的），但是否真的能“掰弯”（或“掰直”）一个人则有待商榷。如果你有足够的勇气并且确保对方知道了你的性向之后不会给你带来伤害，那么你可以直接向对方表白，明确地告诉对方，可能你以为的“直”只是一个假象呢。如果你不敢告诉又或者不能确定对方的性向，那么最好还是停止这样的感情，虽然说“弯人”占人口总数的比例很小，但是乘上人口基数，可供选择的余地也是不小的。

Q: 同性伴侣一定要或一定不能进行角色划分吗？

A: 同性伴侣中常常会看到“攻、受、T、P”之类的角色划分，另外有些人主张同性伴侣就应该没有角色划分，这样才是“正统的”，在这里我们必须摒弃这种关于“正统”的观念，恋爱中是否进行划分、如何定性自己的角色，这些都是个人的自由，至于宣称所有同志都是0.5或者H（指两种角色皆可）则是有些强人所难。不管是否进行划分，平等都是伴侣关系的基础。



如果说在恋爱方面，同性伴侣与异性伴侣是大同小异的话，那么在性爱方面，两者则是大相径庭——这是生理特点所决定的。在这里我们会在技术方面进行简要指导，更细节的东西恐怕就要求诸名师了。

精子便宜卵子贵，雌性要花更多的时间生育后代，而雄性则是通过尽可能多的交配来传递自己的基因。无论是出于生理原因，还是男女不平等的社会现实，男性的性活跃程度往往高于女性。因此，男同社群中平均性伴数多于其他社群也是显而易见的。最常见的男同性行为方式是肛交（异性恋及其他群体中也存在），这也产生了男同中最常见的角色划分：攻和受，或者1和0。直肠并不像阴道那样柔韧，很容易在肛交中发生破损，因此感染艾滋病等其他疾病的风险也较高，所以除了要戴安全套以及性交动作不要过于剧烈之外，足够的润滑和事先的准备也是必要的。虽然直肠不是天生的性爱器官，然而肛门附近神经丰富，同时肛交时会刺激到男性独有的前列腺器官引起前列腺快感（因人而异），因此被插入方也能体验到乐趣。

而女同，虽然身为女性，性活跃不及男性（有很大一部分原因是社会文化对女性性欲的压迫），但也不代表女女之间就不需要性行为。最常见的女女性行为方式是指交，即用手指抚弄女性生殖器（外阴及阴道内部）。从人类胚胎发育来看，女性的阴蒂和男性的阴茎是由类似的部

位发育而成，而女性的斯基恩氏腺（位于女性尿道附近，受刺激会发生“潮吹”，但不是所有女性都敏感）与男性的前列腺也是同源的，都是人体的性感带。尽管阴道会更柔韧，但依然是较为脆弱的部位，很容易因受到感染而引发疾病。目前市面上已经有专供女性指交使用的指交套，大小更适合手指，有需要的女同可以上网购买或者向当地的拉拉组织询问。

插入式性行为绝非人类性行为的唯一方式，也并非只有触碰到生殖器才会获得快感。同性性行为还有很多种非插入的方式，如互相摩擦生殖器，男性间称为“斗剑”、“磨豆腐”，女性间称为“交慰”、“磨镜”。此外，还有股间交（即阴茎插入两腿之间）、相互手淫、相互口交（又称“69”）等等，使用器具（如假阴茎、按摩棒、跳蛋、飞机杯等）也可以获得不一样的乐趣。这些都是较“大众”的性行为方式，较“小众”的性行为方式还包括BDSM（绑缚与性调教、支配与臣服、施虐与受虐）、多人性交（又称“多P”）、角色扮演（如扮演警匪、师生、医患等）、电话做爱等。其实这些都不仅仅存在于同性之间，其他群体中也有，属于人类性行为的多元形态。性是人类获得快感的一种方式，想要拥有更愉悦的性，器官、身材等并不是决定因素，你需要学习和探索，好的性不是一个简单的活塞运动，而是前戏、环境、辅助物（如润滑剂）、心态等多方面的配合。我们应该正视自己的性欲，而不是为之羞耻。



对于跨性别者而言，因为科技的发展，在进行成功的性别重置手术之后，性福方面也是有保障的。男跨女的手术并不是简单地去势，还包括了外阴及阴道的重建和乳房的塑造。龟头的一部分会用来重建阴蒂，而相连的肉茎（内有神经和血管）则会负责提供新建的阴蒂所需的神经和血液。由于利用龟头创建的阴蒂具有良好的血管和敏感度并保留了神经，这为阴蒂高潮准备了硬件。同时由于前列腺并没有被摘除，肛交也能获得高潮。对于女跨男来说会麻烦一些，在阴茎再造手术中还需要植入睾丸和阴茎假体，手术之后的勃起便依赖于植入的假体。以阴蒂塑造的龟头和以阴唇皮瓣、阴道壁皮瓣塑造的阴茎也能保留大部分的神经，确保了很好的敏感度，其平均压力和振动阈值也与正常龟头的无异。当然，这里所描述的性别重置手术方案并非唯一的，实际上在具体的操作者会根据需求方进行个性化安排。正如前文所说，并非所有跨性别者都会选择手术，在非手术情况下也是可以有很多方式获得性满足的。

你可能已经发现了，在前面的讲述中，我们并没有把感情作为性愉悦的必备条件。性、爱是否能分离，一直是个争议不断的问题，我们认为，如何看待性与爱的关系是个人的选择，人对自己的身体有支配权，对于他人如何选择我们没有资格去批评和鄙夷。但是不论我们再怎么强调性权利的自由、以及男性性活跃的本能，都不意味着你可以随意放纵而不考虑后果，作为一个成年人，你要对你的行为负责。在性少数群体以及其他群体中都存在性开放式关系，即恋爱的双方不对对方进行性约束或者管制，但这是在双方都知晓且同意的情况下。在自己的爱人不知道不同意的情况下，与第三者发生性关系对自己的爱人是一种伤害，并可能导致感情破裂。胁迫、诱骗他人与自己发生性关系，则将要负法律责任。而准备与他人发生一夜情（又称419，即英文for one night的谐音）的人，也请考虑相关的风险：可能会被他人诈骗（利用同志群体的隐秘性，针对同志的诈骗日渐变多）；可能会感染艾滋病以及其他疾病；如果你自己心里还没有对性爱分离有一个豁达的态度，一夜情也会给你带来心理负担。我国针对同性性行为并没有法律管制，在拥有性自由的同时，也希望能慎重思考如何使用这样的自由。



Q: 在性生活中使用 Rush 好吗?

A: 我们不建议使用这种不安全的辅助剂。Rush主要成分是一系列烷基亚硝酸盐，可以使全身平滑肌放松。由于血管也被平滑肌包裹，使用这个药物也会令血管扩张，达到一系列的“助性”效果。但是长期使用亚硝酸盐，会给中枢神经带来伤害，也会导致心脏问题以及青光眼，最严重的，可能出现猝死。

Q: 男性都能获得前列腺高潮吗？女性都能获得G点/斯基恩氏腺的高潮吗？

A: 男性的前列腺和女性的斯基恩氏腺在解剖学上是同源的，但敏感程度因人而异，并非所有人在刺激后都会产生一样的快感或者高潮。前列腺离肛门口并不远，对照解剖图用手指就可以轻易地触碰到，所以在男男肛交中插入方的阴茎尺寸对于其是否能刺激到被插入方的前列腺并不是决定性的。相对而言，男性的射精高潮和女性的阴蒂高潮会更容易获得，我们大可以舍难求易。

Q: 到哪里学习性技巧方面的知识？

A: 国外有不少这方面的纪录片，不管是男女、男男、女女，如果你的搜索技能足够好的话可以找到。另外维基百科上一些性生理和解剖方面的知识也可以帮助你提高性技巧。一些专业的社团也会开辟性工作坊来正正经经地谈怎么把爱做好。你和你的性伴也可以深入去探索，在做爱之后互相交流而不是倒头就睡或者提裤就走。至于一些网络论坛上的帖子，可能需要进行甄别，千万不要为了爽就把自己或别人给玩坏了。



由于指南的篇幅较长，阅读体验可能不太好。今年的推送，我们将尝试分期发送。并在后面几期中附上其他篇的链接。希望大家继续关注。下期预告：



前期回顾





生活篇



SINCE 2002

酷兒论坛

<https://motss.info>

致力于杭州高校性少数群体

多元 健康 平等

