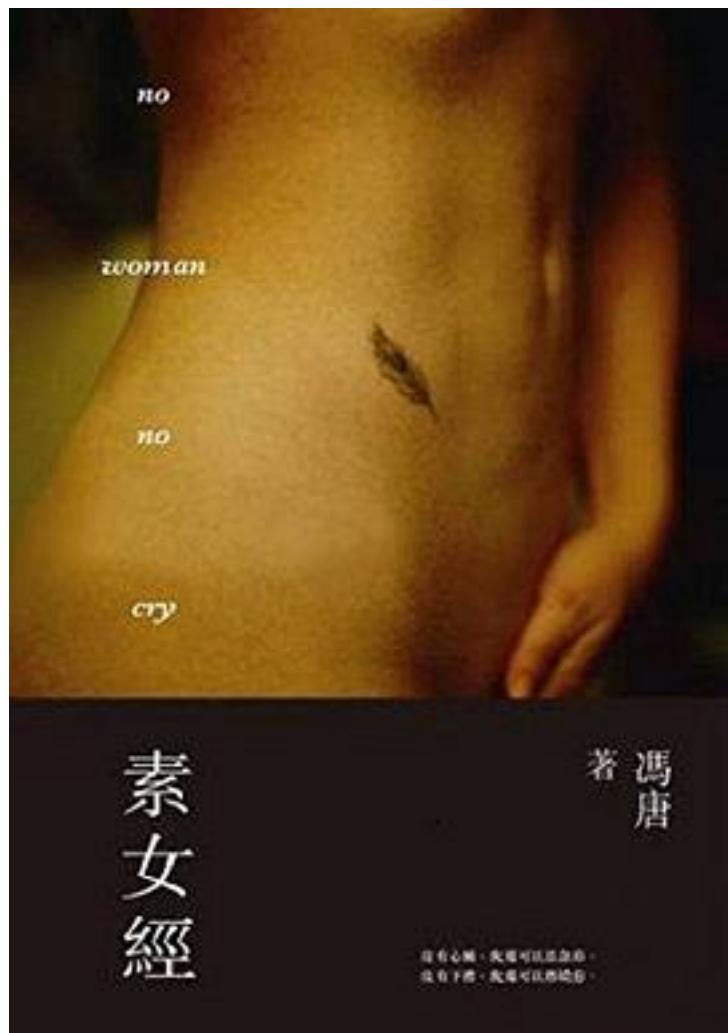


素女经



[素女经 下载链接1](#)

著者:无名氏

出版者:中央编译出版社

出版时间:2008-5

装帧:平装

isbn:9787802116269

《素女经》强调，性交和人的身体强弱是相互影响的，“凡人之所以衰微者，皆伤于阴

阳交接之道尔”。提出了初步的优生道理，强调“爱乐”是两性交合的目的，也是为要生育“贤良而长寿”的子女。首先提出“九殃”，即在九种情况下不宜性交，同时也提出了如何易于怀孕。

《素女经》在男女性交方面，提出了较系统的论述。首先提出了后世道家大力倡导的所谓“延年益寿”之法，即巩固精关，“莫数泄精”。又提出了性交应使男女双方同享快感，共同受益，必先有“爱乐”然后行，做到“相感而相应”，最忌讳的是“男欲接而女不乐，女欲接而男不欲，二心不和，精气不感”。因此，提倡“男欲求女，女欲求男，情意合同，俱有悦心”。在男权社会中，这实在是一个了不起的思想，在某种程度上承认了女性的性权利。该书有些方面还涉及性心理，强调男子在性交时就有自信心，“当视敌如瓦石，自视若金玉”。

作者介绍:

目录:

[素女经 下载链接1](#)

标签

素女经

性学

房中术

养生

中国传统文化

经典

性

两性

评论

说来惭愧，初中就看了至今未实践

黄帝像个捧哏的：那么夫妇的XX为什么有XXX的好处……您给说说

“素女曰：阴阳不交，则生痛淤之疾，故幽、闲（指幽人、闲人）、怨（怨女）、旷（旷夫）多病而不寿”。——我一直认为中医最擅长两科：一个儿科，一个妇科。

我觉得是男人都该读一下，为了舒适和健康以及幸福生活，王道其实就是斯洛伐克！

大一的时候带领全寝室人看 = = 我果然是大淑女

古代对女性的要求不低啊……

有道有术，相得益彰。古人的方法是否值得尝试呢？千年的沉积，知识的丰富，经验的淳朴，对健康和养生有不可取代的作用。许多图是第一次见，穴位比教科书上的清晰，解释也更详细，更深入。建议初中高中生物课本更新吧，还不如老祖宗们的智慧和经验生动而富有哲理。

文学性和历史意义，4星；淫秽程度，3星；科学性和实用性，2星；编译者的水平，3星

八段锦五禽戏神马的，古人最牛逼了！

据说这书已经失传了，后来在日本找到这部书，当然算禁书麽？原来那个时候已经这么有深入研究了！

素女論曰：“五月十六日，天地牝牡日，不可行房。犯之，不出三年必死。何以知之？但取新布一尺，此夕懸東牆上，明日視之，必有血色，切忌之。”各位炮友小心

非常详细。

大一时在中医药网上读过，和刘向《权谋书》一起：傻逼岁月的两本痴迷读物。

不靠谱

一招一式皆有美名。

有点扯！

某些理念很超前，涨姿势。

有理有理

我承认我确实蛋疼了

有些是不科学的，但是老祖宗的智慧挺让人惊诧的

[素女经 下载链接1](#)

书评

[素女经 下载链接1](#)