

干性高潮的机制

基础认知

性高潮与射精的关系

根据经验，我们很容易的认为男性只有射精才能获得性高潮。



如上图所示，在体验方面，男性普遍认为对阴茎的刺激作为快感不断积累，刺激导致高潮，在达到高潮时射精。然而，遗精的存在和预发性高潮的存在有力地证明了这是错误的事实。

性高潮的机制

男性的性高潮机制如下图所示。



当阴茎受到刺激时，这种感觉会通过迷走神经传递到大脑并被识别为快感。大脑会释放一种被认为是多巴胺的愉悦物质，并在其受体处积聚。当超过一定限度时，就成为性高潮，产生强烈的肌肉收缩和快感，这种刺激通过脊髓反射促使生殖器射精。并且在射精的同时，催乳素被释放，从而进入所谓的“贤者模式”（不应期）。这导致男性只有一次射精和性高潮。

也就是说，重点不是因为射精而达到性高潮，而是性高潮导致的射精和射精释放的催乳素的作用基本上意味着男性只能有一次性高潮。

多次性高潮的可能性

如果不射精也能达到高潮，那么催乳素的分泌就会受到抑制，像女性一样通过持续刺激性感带，可以实现多次高潮。



众所周知，第二次和第三次的高潮感觉比第一次要强，所以多次性高潮让男人的高潮快感提升好几倍。

由于射精不是性高潮的原因而是结果， 您可以看到不射精也不是不可能达到性高潮。

如何阻止射精

那么如何才能阻止射精呢？为了阐明它，我们需要更仔细地研究射精、快感刺激和性高潮之间的关系。见下图。



首先，当阴茎开始刺激时，大脑感受到快感，机体反应开始充血（勃起），同时睾丸上升。

如果照原样继续刺激，在睾丸前腔积聚的精液会向前列腺移动，同时，括约肌强烈收缩，精液的压力会增加。

最终，大脑发出性高潮，括约肌松弛，精液被前列腺的内压推出而射精。

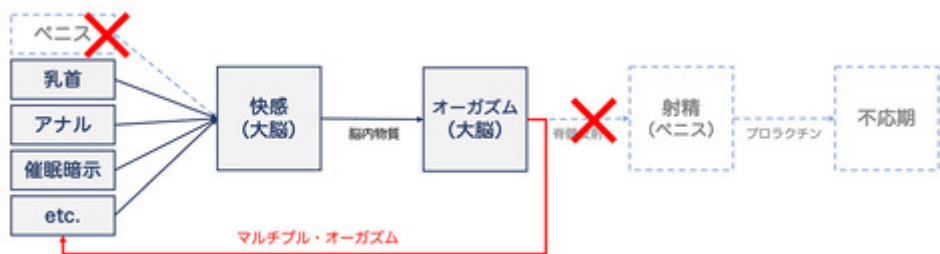
如您所见，导致射精的过程是一种不同于快感的生殖器刺激。所以如果您不想射精，则不必刺激您的阴茎（和周围的生殖器）。

快感的根源是大脑

不幸的是，射精=高潮的关系很难打破，因为男性早在10岁左右就经历了射精的性高潮。另外，对于男性来说，乳头和肛门的快感比阴茎弱（女性也一样），乍一看似乎很难达到性高潮。

意识到射精不会产生性高潮，所有快感都由大脑感受到，那么您就可以走进 不射精=干性高潮 的高潮之路。

在这方面，直接接近大脑（意识）的催眠声音是达到干性高潮的捷径。



性高潮的来源

性唤起

至少在高等生物中，性唤起是在性交（生殖行为/交配）之前给予伴侣的。它被来自伙伴的视觉信息（数字和行为）、声音、气味和信息素所吸引。由于人类也是一种哺乳动物，我们无法摆脱诅咒。

然而，灵长类动物，包括大脑显着发达的人类，具有暗示性唤起的符号（照片、绘画、录制的声音和图像，甚至是间接的文本信息，即使在没有伴侣的情况下。（即使是暗示的东西），甚至只是想象它们，也会引起性唤起。而且，由于人类大脑的进化和人类文明的发展，诱发性唤起的对象已经多样化到极限。当它太小众时，它通常被称为“变态”，但它也仅与特定文化有关。

然而，我唯一能说的是，你在性活动（无论是性交还是自慰）之前总是有性唤起，只要人类是动物，这是不可抗拒的。

性幻想和自慰

生理反应

性唤起导致性激素分泌增加，生殖器官充血。也就是说，男性会出现阴茎勃起（可能还有乳头），而女性会出现阴唇充血和阴蒂和乳头勃起。通过生殖器摩擦，兴奋变成快感，这自然会导致动物发生性交行为。

但是，在自慰的情况下，没有伴侣，所以只能用手或东西摩擦来获得快感。而对于男性来说，正如我上次提到的，阴茎的摩擦会促进射精，所以它不可能是干性高潮。

通向快乐的路线

在这个图中间的“性感区刺激”部分，由于摩擦阴茎，高潮的反射促进了射精。



与摩擦勃起的阴茎相比，其他性感区的刺激性要小得多。乳头、肛门和前列腺。想一想，如果男人身上的器官比勃起的阴茎更有感觉，在性交时没有人会刺激阴茎，生育后代的机会肯定会减少。相反，地球上人类已经增加到70亿人的事实证明了阴茎的刺激快感是如此强大（它只是性快感，不同于高潮快感。请特别注意）

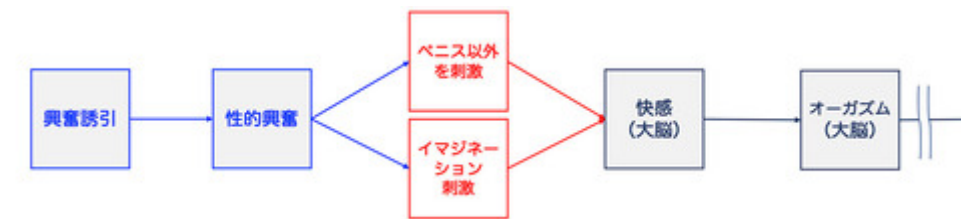
实践

即使是脊髓损伤和下半身瘫痪的人也能体验到性高潮。这证明了生殖器感觉的丧失并不能消除“性欲”和“性唤起”，在生殖器没有物理摩擦的情况下也能达到性高潮。

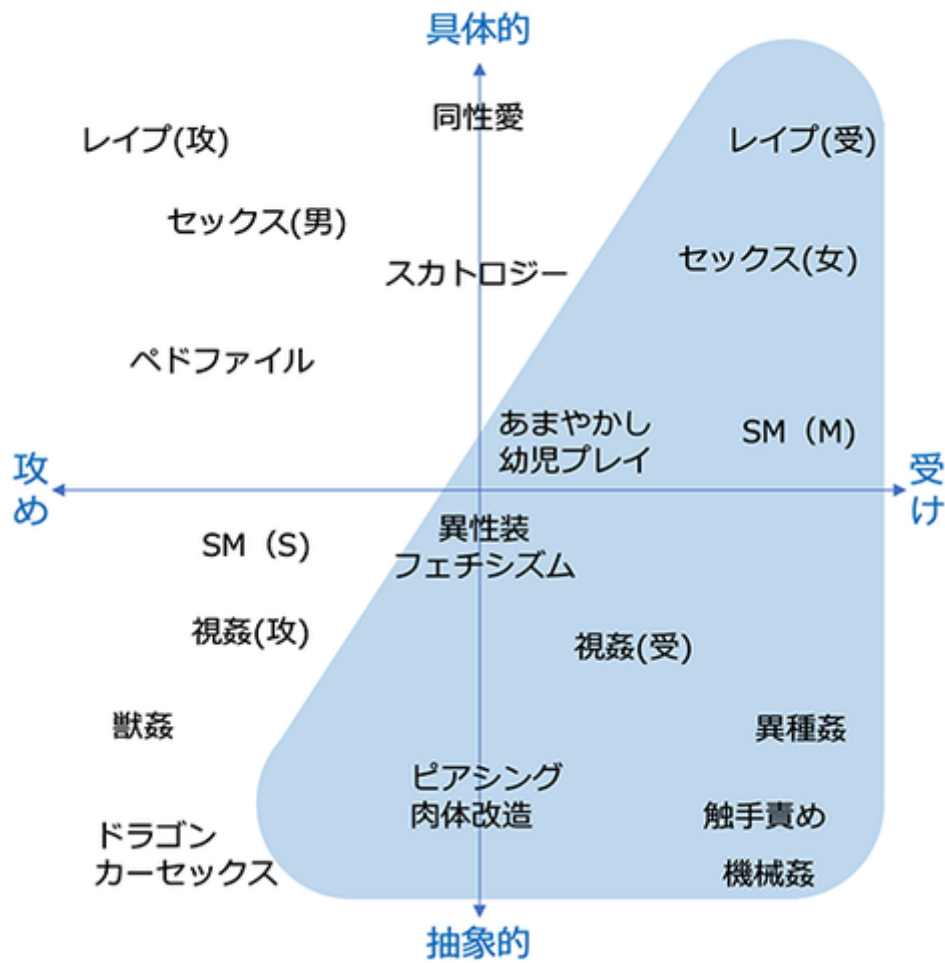
但是不要误会我的意思，干性高潮没有两种途径，而是平行的。例如，以 Aneros 为代表的对前列腺的刺激具有较低的想象率，而催眠则具有较低的性感区刺激率。乳头和肛门的刺激介于两者之间吗？

在任何情况下，性感区刺激（阴茎除外）和想象力的协同作用在大脑中产生多巴胺，最终导致性高潮。

性癖 幻想



ドライオーガズムに適した性癖（イメージーション）



这个图是一个例子，蓝框包围的区域适合干性高潮

转换到女性思维

如果你认为男性的性行为是常规的性交(插入阴茎射精)，那么就很难摆脱手淫也是性爱的替代行为的想法。

这是因为“不刺激阴茎”是导致干燥最重要的因素，但有了这样的想象，你就无法摆脱对阴茎的刺激（或刺激妄想）。

要想体验干性高潮，就要把这种男性大男子主义丢掉一次。体会女性的一面，站在被侵犯的一边比较好，如果这对你来说很难，肯定要通过做更多抽象的性活动和恋物癖形象，想象自己被动接近。这是因为阴茎没有干预的空间，并且通过被刺激阴茎以外的东西的错觉，您可以远离阴茎的性高潮。

用性幻想促进性唤起

一旦你明白了这一点，就只有练习了。首先，如上一节所述，用想象力最大限度地激发您的性唤起。是不是错觉也没关系，但是用视频、照片、插图、声音等“配菜”也不错。然而，“被动”很重要。例如，如果你能被一个被绑着的女人兴奋，不要想象自己被绑着，而是想象被绑着的女人感觉有多舒服。并且非常兴奋地沉浸在其中并忘记其他一切。

刺激性感带

如果可以刺激性感带到那个程度，请按摩性感带。当然，刺激阴茎是被禁止的。如果可能，请避免将阴茎与裤子或床上用品摩擦。如果这样做，您可能会在高潮时射精。但是，是否勃起并不重要。这是一种生理现象，所以你可能会憋不住（习惯了就不会勃起，但一开始会勃起，所以不要太在意）。

刺激的地方可以是乳头、侧腹、颈背、肛门、前列腺（如果你有设备），或者你可以用肛门假阳具向上推。您也可以使用转子或振动器。做你最兴奋的事情。但是，不要忘记快感和被动的感觉。

刺激方法

前列腺

前列腺是否为性感带尚未明确。以前有一种观点认为这是对肛门刺激的误解，但由于即使使用仅在直肠内旋转或振动的装置也会引起快感，因此在前列腺周围按摩似乎可以得到快感。（可能是由于刺激周围的肌肉、尿道或精囊，而不是前列腺本身）。如果你能在这个区域感受到快感，很可能你会有干性高潮，因为它离阴茎很近，但不会刺激阴茎本身，也不会诱发射精。

问题是肛门和直肠插入异物，不可避免地促进排泄，所以不能专心享受快感。因此，插入后需要休息几分钟到十几分钟随着习惯它会变短），直到异物感或排泄的感觉消失。同时，您还应该避免引起阴茎勃起的性兴奋。

除此之外，还有各种各样的事情应该做，例如直肠灌洗的必要性和提前充分肛门按摩的必要性。这是失败的原因之一，因为需要开发一个性感带，所以很难一次就实现。

将导尿管或性玩具插入尿道，直接靠近前列腺，即可解决上述问题。但是，感染和受伤的风险比插入肛门的风险要高，不建议所有人使用。

刺激前列腺（周围）是目前最容易达到干性高潮的方法之一，因为它靠近阴茎，所以很容易感受到强烈的快感，也很容易掌握性高潮的感觉。

肛门周围

像前列腺一样，它靠近阴茎，所以很容易达到干性高潮。由于神经末梢集中在肛门括约肌，并与会阴和阴茎周围的肌肉相连，刺激肛门（尤其是重复牵拉的动作）就足以带来性快感。此外，您不需要像前列腺刺激那样的“闯入”，但您确实需要良好的肛门按摩。想象力也与被“侵犯”的被动元素契合，这也是一个很大的优势。

但是，肛门这个基本上是排泄器官的长时间过度劳累是一个相当大的负担，如果你不习惯它，你可能会在达到性高潮（Aneros）之前感到肛门疼痛或不适。如果使用得当，这个负荷将被最小化，因为肛门牵拉是最小的）。肛门扩张通常需要几天时间。因此，有必要通过同时刺激会阴部（但从不刺激阴茎），并同时使用转子和振动器等性玩具来逐渐发展性感觉。

乳头/皮肤感觉

乳头也是男性性感带，全身的皮肤感觉和女性一样可以是充分的性感带。然而，这些刺激只有在别人给予的情况下才有效，而靠自己并没有那么强烈。这是为了防止自己触摸的行为被控制感知的小脑提前感知而引起防御反应（被他人触摸时，防御反应起作用，感觉强烈），对我来说是相当愉快的。它不能关闭。这就是为什么世界上有许多色情按摩店的原因，而且似乎有相当多的案例可以很容易地通过让别人来达到干性高潮。

所以，如果自己动手，需要提前使用刺激乳头的情趣用品，或者让乳头敏感（圆针=斯波班等）。无论如何，个体差异很大，所以如果你想干这个，我建议你去一家性用品店，在那里你可以找别人（专业的）或其他方法。

催眠音声

催眠自慰的最大优点是与其他方式相比，对想象力的形成极为有利，同时催眠暗示可以增强性感觉。

如果你有一个符合你习惯的催眠声音，你会很高兴。这就是接近干性高潮所需要的一切。如果你有一个不符合你习惯的口碑很好的作品，你的想象力就不会很好地形成，性高潮就会消失。

催眠的声音也经常包含增强感官的建议。感觉增强是经典催眠技术中的第二种（据说按运动控制<感觉控制<情绪控制<记忆控制的顺序）难度较大，是一种比较简单的催眠技术。通过使用它来增加性感区的敏感度并让它自己接触，或者通过结合其他东西（其他东西、触手、玩具等）接触到的建议，你可以用一种你不会的快感来干燥通常得到。它可以导致性高潮。

然而，催眠的暗示性因人而异，虽然存在一些分歧，但普遍认为约有20%的人没有进入催眠变压器或只能将其诱导为浅层变压器。另外，催眠的声音还是有很大的质变，即使催眠的声音是唱出来的，其实也不是暗示，手法幼稚，一开始就不催眠，造成用户的困惑。 .

到目前为止，我已经介绍了如何达到典型的干性高潮。请查看表格以获取简要摘要。

	性感刺激	イマジネーション	欠点
前立腺刺激	9	1	快感への集中が困難
肛門周辺	7	3	準備が煩雑、要開発
乳首・皮膚	5	5	快感が弱く開発必須
催眠オナニー	2	8	被暗示性の低い人は不可

用任何方法，都需要通过不断重复来开发性感区，如果你能达到一次干性高潮，你就能掌握它的窍门，你就可以用另一种方法来做到这一点。

总结

- 高潮和射精是不同的东西。性高潮是一种大脑活动。射精是性高潮的反射。
- 男女性高潮没有区别，干性高潮和射精性高潮
- 任何性高潮都需要性兴奋
- 用适合干潮的想象力刺激阴茎以外的东西
- 拓展一些其他的刺激方法，前列腺，肛门，乳头，催眠

参考资料

- [ドライオーガズムの仕組み](#)

更多内容请关注 TG https://t.me/try_dryo 干潮研究所