

“你们可以举火把我的书焚毁，但它们的浓烟烈焰将化为下一代人的道德的灵光。”

P S Y C H O L O G Y
O F S E X

性心理学

[英国] 哈夫洛克·霭理士 / 著
贾宁 / 译



PSYCHOLOGY
OF SEX

世界性科学先驱
对人性的哲学、
社会学、人类学
和医学的探讨

 译林出版社

性心理学

〔英国〕哈夫洛克·霭理士著
贾宁一译



图书在版编目(CIP)数据

性心理学 / (英) 霍理士 (Ellis, H.) 著; 贾宁译.
—南京: 译林出版社, 2015.10
ISBN 978-7-5447-5704-1

I. ①性… II. ①霍… ②贾… III. ①性心理学 IV. ①R167

中国版本图书馆CIP数据核字 (2015) 第190572号

书 名 性心理学
作 者 [英国] 哈夫洛克·霍理士
译 者 贾 宁
责任编辑 王振华
特约编辑 赵 瑜
出版发行 凤凰出版传媒股份有限公司
译林出版社
出版社地址 南京市湖南路1号A楼, 邮编: 210009
电子信箱 yilin@yilin.com
出版社网址 <http://www.yilin.com>
印 刷 三河市天润建兴印务有限公司
开 本 787×1092毫米 1/16
印 张 22.5
字 数 270千字
版 次 2015年10月第1版 2015年10月第1次印刷
书 号 ISBN 978-7-5447-5704-1
定 价 35.00 元
译林版图书若有印装错误可向承印厂调换

译者前言

哈夫洛克·霭理士（1859—1939），公认的西方现代性学研究先驱。

与同时代的弗洛伊德一样，霭理士也是医学博士，不过，霭理士所涉猎并做出成绩的领域，远远超出医学范围。他在哲学、宗教、社会学、美学和文学批评领域，也多有开拓，其著述大胆触碰社会禁忌，视角犀利，行文优美，洋溢着浓郁的人文气息。与弗洛伊德的作品相比，霭理士更温暖，也更受各国读者欢迎。

中国现代学者、作家周作人对霭理士推崇备至，甚至称其为“我所最佩服的一个思想家”。何出此言呢？周作人解释说：“他的好处在于，能贯通艺术与科学两者而融和之，所以理解一切，没有偏倚之弊。”

霭理士的著作很多，其中最引人注目的莫过于《性心理学》，它充分体现了科学与艺术的完美融合。按照周作人的说法，“这种精密的研究或许还有别人能做，至于那样宽广的眼光，深厚的思想，实在是极不易得”。

《性心理学》有多个中文译本，我们这个版本参考了此前的译本，并力求在通俗化方面做得更好，希望读者读起来能够更轻松愉快。

原 序

我在研究性心理学时，曾先后出过七本《研究录》。读过的人常说，要是手边有一本篇幅不长、内容简练的书来做引论就完美了。他们觉得《研究录》太过厚重，像普通医生或青年学生这些人，日常工作已经够忙，如果再在它身上耗费大量时间，基本是不可能的。何况，在他们看来，性心理学在一定程度上只是一种旁门学术，并没有非读不可的价值。但是，“性”毕竟是人类精神生活与社会生活中的一个中心题目。现在，它的弥足珍贵之处已经取得了大众的认同，甚至有些人还过分看重这个话题。事实上，医学卫生工作者想要忽视这个问题也不可能，他不像他的前辈，能在无视这个问题的同时，还能继续工作。实际上，他只要适当注意这个问题，就不会被人批评说他注意的方向不对或伤风败俗。从现在的需求来看，普通的医学卫生工作者所了解的性的解剖学、生理学、病理学相关的知识，还远远不够。

我很赞同读者的这种观点。的确，医学卫生存在很大的缺陷，它很少传授这方面的知识——这是我一直以来的看法。50年前，在我学医那会儿，还完全没有和性心理相关的研究。那时，我的妇科老师还认为，正常或失常的性功能都是体格问题。唯一让我记忆犹新的是，他们曾提醒我们，不要相信生育节制这类言论——这多少还有些心理方面的含义。时至今日，我们还一直认为，在这方面，我们取得了重大突破。但当我

们放眼世界，想要在某个国家寻找普遍性的成果时才发现，我们的进步是多么零散——这个国家那么一些，那个国家这么一点。大约 25 年前，法兰克尔就曾断言：“对大部分妇科专家来说，性就是一个陌生的东西。”范·德·弗尔德认为，这话放在当下也合适。当然，我们也承认，的确有少数例子取得了相当的成就。近几年，我也从医科学生那里得知，老师们根本就不传授性功能与心理和生理之间的联系，或这方面容易被刺激而引起错乱和病态的可能性，或这方面该有的卫生的相关知识。原因是，医科学校内部还有迷信残留。医科学校的学生能得到的，就好比百年前的学校教给小学生的东西。那时，教师对学生极其小心，谨慎到连植物学也不教，因为植物也有两性之分。

经过很久的犹豫，我终于决定创作这本小书，现在，可以说基本完成了。出这本书，不是为了替代那七本厚厚的作品，也不是为了给出一个总结性的东西。有一个错误的观点认为，我那七本书大部分都是在讨论性的病理。我敢说，是因为那七本书把眼光投向了性现象的一般状态之上，它们便和前人的作品有了区别。这本小书在这点上倒是和它们一样。以前，我接受过不少变态者的咨询，当然，在研究中，他们也是我的经验来源，但究其根源，还是得益于我对普通两性的观察，和对他们日常生活中所遇见的各种问题的认识。同时，我以前曾反复强调，没有明确的东西可以把常态和非常态区分开来。非常态的规则之一是：所有常态之人皆有其非常态之处，而差异之处各不相同；同理，非常态之人也和常态之人一样，有许多地方受原始冲动的指挥。

有人的说法很对，他说：“用数学的符号把实验方法所验证的结果表现出来，才是科学探索的目的。”可以说，这一天离我们还很遥远。我们所处的，不过是一个有用而必要的初级阶段，这便要求我们，把性心理学当作自然历史的必要链接。假如想要再往上攀升，那么就会像弗

洛伊德说过的那样：“艰难、晦涩的问题将接踵而至。”弗洛伊德的这句话当然没有错，这个结论是这位极富造诣的性心理学家终其一生研究得出的。（弗洛伊德语参考《精神分析学导论演讲集》第二集序言部分）

鉴于此，对于这本浅显而概括的小册子，我不想要多说什么抱歉之辞。它能轻易地在医学界的读者中传播，或许就得益于它的浅显易懂，而这本书恰恰也是为他们而作。但这并不意味着它只适合医学界，因为，两性之间永远存在差异，围绕性方面的问题也层出不穷。书中的部分事实想必大家也相当熟悉。我所能做的，本书所能达到的，是给那些有远大抱负的人，在深入研究和解决谜题时，提供一些小小的帮助和线索。由于本书的局限，在讨论问题本身时，只能当作入门指导。

性的问题可以延展得很深远。不久前，德国著名的妇科专家希尔虚曾提到，性科学——又被人称作性学——由于它的范围模糊而难以界定，又显得广袤无边，导致它和医科的大部分学问存在本质区别。它那种漫射的光芒不仅覆盖了医科所有领域，连一些邻近的或者基本不相干的领域，甚至整个人类的文化都受到了它的照耀。一方面，我们可以在光的路径中感受到很多传统思想和习惯的力量，另一方面，它也受道德和宗教的影响。我们可能还记得勃拉德福德的那句话：“从广义上讲，我们现在所讲的医学，实际上，就是一门‘人类的自然属性。’”性科学毫无疑问是医学大家族中的一员，它也顺理成章地与人类生活的方方面面扯上了关系。

通过前文的说法可以知道，一个人必须要有极为丰富的人生阅历和庞大的知识储备，才能从事性科学方面的研究。而想要有所成绩还需要两个必要条件：一、要接受相关的训练；二、拥有非比寻常的性情。这几年，很多人都会被吸引到性领域研究中来，但到最后，大部分都无果而终了。的确，想要在性科学这样的秘境中找到宝藏很困难，因此，在踏入大门

之前，我们不妨先检视下自身是否经受得住考验。在旁人看来，我在写这本小书之前，也许考虑和犹豫了很久，但对我来说不是，我是在写一本试图提供指南和引导的书，所以我绝不敢轻易尝试。

有一点我还要额外说明：对很多读者来说，这本小书就等于一本性心理学的入门指南，想必他们在读本书之前，都想了解一下我对精神分析学的态度，所以，我就在此先做说明，最初用精神分析学说来解释性心理学时，普遍性的争论便开始了，而且这种争论将永无止境。我不是精神分析学派的忠实信徒，但我对精神分析学说一直怀有同情心。当大家拿起书，翻到合适的位置，就会发现，我的这种态度已经很明朗了。在1898年的英文版《研究录》的第一章中，我把弗洛伊德最早的研究体会首次介绍给了英国公众，并提到一些自己对精神分析学的浅论。对于此后弗洛伊德陆续发表的作品，我一直保持一种友善的态度，当然，我也经常会提出一些个人的批评。对于弗洛伊德的《精神分析学导论演讲集》，我很愿意向我全部的读者做推荐，因为它代表着精神分析论方面的权威，同时，有些读者精力和时间有限，他们想通过一部书掌握精神分析论著方面的一手资料，那么这本书，绝对是首选。有些人完全否定精神分析学，即便如此，对于这本书中，那些用天才的智慧和丰富的人生经验整合出来的成果，他们也很难漠视。倘若读者说这部书还是太厚，只想读一些短小精悍的东西，那么我建议他去读琼斯那本篇幅不长的《精神分析论文集》，或者就看看《现代知识纲要》——作者弗吕格尔教授——中，关于精神分析学说的那部分，这两部作品都有非凡的见解。希里、布朗纳和鲍尔斯这三个人合著的《精神分析学说的结构和意义》也值得一读，对于论点，这本书把握得恰到好处，而且极尽其详。对于精神分析疗法的研究，已经出现了很多流派，论证书籍之多不可估量，如果读者们希望有一个统筹性的了解，尼科尔的《精神病理学》很

有阅读价值。在书中，作者对精神分析疗法的各大家的观点，作了简明的概括。很显然，在精神分析领域，弗洛伊德是公认的宗师，但对于那些在这条路上另辟蹊径的人，我们也不能片面地否认和诋毁。人类的心理极其复杂和多面，同时也很难摸透，各派学者从不同的切入点出发并深入探索，最终也会有自己独家的发现。当然，在没有认真分析前，我们不能认同某些观点，但对于各学派所有合理的观念，我们也应该接受。

最后，我还要再做说明：这本书所讨论的性心理学不是指两性的个别心理学，而是指性冲动或性功能心理学，如果读者想了解两性的个别心理学，可以参考我以前写的那本《男与女》，我在其中做了详尽的论述。

哈夫洛克·霭理士

目 录

第一章 绪 论

第二章 性的生物学

- 7 / 第一节 性的物质基础
- 13 / 第二节 性冲动的性质
- 25 / 第三节 发欲带是什么
- 26 / 第四节 生物学上的求爱
- 32 / 第五节 有选择的求偶和性选择的原因
- 35 / 第六节 性选择和触觉
- 43 / 第七节 性选择和嗅觉
- 50 / 第八节 性选择和听觉
- 55 / 第九节 性选择和视觉

第三章 青年期的性冲动

- 71 / 第一节 性冲动的初期表现
- 96 / 第二节 自发恋
- 97 / 第三节 性爱的白日梦
- 100 / 第四节 性爱的睡梦

第五节 手淫 / 108

第六节 影恋 / 120

第七节 性的教育 / 122

第四章 性的歧变和性爱的象征

第一节 性的歧变 / 133

第二节 儿童时代的性歧变 / 139

第三节 小便恋和大便恋 / 148

第四节 恋物癖 / 152

第五节 兽毛皮革恋和动物恋 / 161

第六节 盗窃恋 / 168

第七节 裸恋 / 171

第八节 虐恋（施虐恋与受虐恋） / 184

第九节 性的衰老 / 196

第十节 社会对性歧变的态度 / 198

第五章 同性恋

第一节 性的逆转 / 205

第二节 性逆转的诊断 / 219

第三节 性的变装现象 / 226

第四节 治疗问题 / 229

第六章 婚姻

第一节 引论（绝欲的问题） / 239

第二节 婚姻的可取性 / 247

254 /	第三节	婚姻美满的问题
260 /	第四节	一夫一妻制的标准
265 /	第五节	生育的控制
275 /	第六节	不生育的问题
278 /	第七节	阳痿与阴冷（性能不足与性过敏）
287 /	第八节	贞节
291 /	第九节	绝经

第七章 恋爱的艺术

297 /	第一节	性冲动和恋爱的关系
303 /	第二节	恋爱为什么是一种艺术

第八章 结 论

326 /	第一节	性冲动的动力性质
335 /	第二节	升华

第一章 绪 论

现在，普通人对常态性心理学、变态性心理学和性卫生学很注意，也很感兴趣。但在 20 世纪之前，这种注意和兴趣好似天方夜谭。今天，青年男性通读关于性的作品或文献，说起这方面的知识滔滔不绝；而青年女性也不再逃避这个问题，通常她们也在非常深入地探讨这个课题，她们的祖母如果知道了这件事，一定会认为这样有辱神明。几年前，普通人还认为，一个从事性科学研究的人，精神上至少有些不健康，以致在根本上品格很恶劣。但现在，性心理学者和性卫生工作者却很受欢迎，其中最受欢迎的是那些极力提倡私人道德修养与维护公众道德原则的人。

当然，社会态度出现这种转变和医学的进步有关。撇开最近几年，它发挥的作用的确不大。大概在一百年前，这种转变开始在德国和奥地利出现，后来是其他国家。可以确定，发起人是那时的几个独立作战的医师，由于习俗观念的影响，他们遭受了同行的鄙视和冷落。性心理与性卫生在医科训练中显得籍籍无名，而性生理学也遭遇了相似的境遇。直到 20 年前，马歇尔那本书的问世，医学界才拥有了第一本科学而完备的性生理学书籍。

在普通大学的生物课本中，性的解剖和性的心理的相关知识根本没有，就好像动物的生活与性的功能完全没有联系，于是，医科教本把性

心理完全忽视了。但这会导致医生在给病人治病时，所应掌握的专业知识通常还没病人多。有时，他们不仅在知识上显得可笑，甚至还会弄出人命。最后，由于迂腐的本性，自己也是大惑不解，但为了掩饰自己无知，他们便向宗教信条求救。但很显然，他们不知道在很早之前，有一位基督教教父就说过：如果上帝不为他的创造物感到羞耻，那我们也应该收好自己的羞耻心，并讲实话。这些名义上信奉教会的医生，却连这样的话都不记得，实在让人费解。

知识的缺乏和单方面的忌讳还引起一个严重的后果，即认为性的精神变态者受到了邪气的蛊惑，于是把他们的变态称为“性堕落”，不辨是非地把这种人称为“性堕落者”。对于堕落和堕落之人，人们非常排斥。也难怪那些性变态者在求医的路上总是心灰意冷。医生们要么认为这些人已经坏到骨子里，无药可救，什么都不说；要么告诉当事人，这病没有治疗的必要。这样，失望的人越来越多，那些性变态者便不再求助医院。到最后，连那些极富经验的医生通常也会强调，他们基本没遇到过什么性变态者，所谓的性心理变态特别少见。

这种满是偏见的态度也有它的可取之处。当一个心存疑惑的医生满口认定，这世界上只有正常的东西时，他这种视而不见的态度多少有些感化的意味，这可以打消病人心中的顾虑，并让病人走上正确的道路。但我们也必须知道，在这点上，精神健康和身体健康是同一个道理。医生在全力让变态者恢复正常之前，对此应该有明确的了解。我们在给病患制定康复目标的同时，也应该知道病人正处在一种什么状态。在应对身体变态时，我们就应该这样做，更不用说在面对更加复杂而模糊的精神变态时。进一步说，这其中有部分的精神变态的程度并不深，甚至可以看作是正常的，而正常范围到底有多大，这是因人而异的。要了解病人正常的程度，我们不仅要观察他的后天行为，更要对他先天的性心理

作一番推测，否则，表面上看，治疗好像取得了成果，病人走上了正道，但事实上，病人却偏离了自己该有的路而走了其他人的路。

我们对性变态了解还太少，因此，在应付时显得随随便便、方法单一，有时使用的方法不对还会捅出不少乱子来。比如，我们喜欢对这种人说，结婚就是根治性变态的良药。这主意有时是对的，可要是在事先，我们不了解变态者的具体情况，就算这的确是个好主意，那也是我们随口说出来的不负责任的话。难道我们能十分肯定地说它一定会产生效果？要是弄出大问题又该怎么办？这是对那些还在信口雌黄的人的一点警告。性是一种全身性的现象，我们甚至可以说：瞧，那个人浑身上下都散发着性的信号。而我们在性方面表现的素质也与我们全部的素质有着紧密的联系。富含哲理的老话说：“这个人怎么样，看看他在性方面的表现就会知道。”当一个人在替别人的性生活想办法时，通常是在白费时间，因为他自己也根本不了解。很多时候，他本人也不清楚性的意思，也许是因为他正处于青春期的某个比较尴尬的阶段，但他得学会忍耐，那么，正常而稳定的状态不久便会到来；也许他在某个反应过激的情况下，错把一个无关紧要的冲动当成了主要冲动。我们要明白，人的冲动是由各种正常冲动和非正常冲动组成的，单就性来说，正常人除了能控制非正常的冲动，并无先天过人之处。但从总体上看，性的素质会影响人的所有方面，一旦成熟便伴随人的终身，而且在很大程度上，还取决于先天遗传。

这时候，我们就得格外小心地把先天与后天区分开来。一是因为，我们现在理解的后天，相较以前，在时间上会提前很多；二是因为，“先天”一词本身比较虚幻，难道有谁能通过一生的研究，真正搞明白它到底是什么吗？但先天和后天，或遗传与习惯，在整体上是不能分离的，就好比一粒种子，因为遇见了合适的土壤，得以生长发芽。这和很多情况的

道理相同，种子的壮大，应归功于两者的通力合作，这份成果既不单独属于种子，也不单独属于土壤。根据孟德斯鸠的遗传法则，相同父母的两个后代，在各方面会有非常大的区别，就是说，不会产生相同的种子。不久前，伦敦儿童改教所的监督说，在一对兄弟身上释放同样的压力和刺激后，哥哥的表现可能跑去偷东西，而弟弟却会感觉到羞怯。由于遗传与环境相互影响的道理过于复杂，因此，有些根本不专注遗传领域的人，对此简单地一言以蔽之。

这种考虑，不管对我们，还是对医生，都有帮助，因为这会让我们在给性心理变态的人想办法时，更加慎重，同时，也降低了我们的言论对病人造成的影响。通过治疗来影响性冲动本来就比较困难——刺激饮食冲动都比这简单。其中还有一个原因，通常我们可以引导和控制性冲动，但有些人没有远见，不愿承认太多，导致在实行时，显得没头没脑。宗教、道德和社会习惯对性冲动的限制，要远强于它对饮食冲动的限制，在这方面两者基本没有可比性，每当性冲动想要前进时，不是被宗教阻碍，就是被道德限制。现在还有一部分医生认为，不用理会这种妨碍。按照他们的说法：“道德习俗和我们医生没有关系。”每当他们给病人提一些建议和指导时，只要对病人有益，他们才不管是否违背了道德或者习俗。但通常，病人却被这种没远见的态度和行为搞得寸步难行，这时，就会出现矛盾和冲突，有时甚至会给病人带来新的、更难以解决的病症。我们要知道，相比饮食冲动，性冲动有一个很大的不同点，就是一定要有另一个人的帮助，性冲动才能被满足，而另一个人一出现，这个问题就会延展到社会和道德领域。不管什么事，我们都不能损人利己，或给人出些损人利己的主意。在为病人考虑时，如果我们用辩证的态度看待“利”字，伤害别人并不代表对自己有利，因为良知与道德的谴责，对自身极其不利。一个见多识广的医生，绝不会忽略对这方面的

考量，但另一方面，虽然他已经决定，在对病人作出劝告时，不能流于俗套，但对于一部分优良的风俗习惯，他还是得尊重。这些融合在社会生活中的考虑，也是相当必要的，它们代表我们大部分的传统生活。大部分医生因为这些考虑，便不敢随随便便地根据生物科学的知识，来开性心理方面的处方。有时，他也会因此束手无策，因为一个病人坐在他面前，而他的能力无法应对病人身上的毛病时，他便无计可施。但他也应该明白，倘若一个人因为工作过度，或营养不良生病了，那么他该如何控制造成工作过度或营养不良的原因。他无法一开始就控制疾病的出现，但还是得想办法治疗，这是一样的道理。

这时，我们也应该明白，在尊重病人道德环境的同时，不能错误地把道德环境看作不能，也不会被改变的事实。由于道德的标准在不断变化，今天看似还勉强合乎道德的东西，在五十年后就会成为只能暗箱操作、无法面世，而且极违背道德的东西。现在，有很多适应了新环境的著名医生，为了给后人留下更多启示，他们公开撰写和性相关的书籍，而几年前，就是躲在屋子里，他们也不敢多讲一句。所以，在道德思维的转换上，还应有医学界的一份功劳——这也是它应做的，原本医学的宗旨就是为社会创造福利，给民族健康带来保障。但病人的具体处境，才是医生应该注意的。

经过上面的讨论，我们对性心理变态的患者的态度，没必要再那么悲观，更不应该把它看作医学范畴之外的事，原本，悲观和坐视不管便是一个错误的态度。事实上，我们的心态应该正好相反，正因为性心理的病变是心理和精神上的，在治疗时，可以用一些间接的办法。但这种办法，如果用在比如因为工作过度或营养不良等造成体质或体质病变的问题上，就不合适，就算医生用最直接的办法应对，也毫无成效。通常，这种不依赖药物的间接办法，可以起到很好的效果。当一位医生和性变