



Sex & The Psyche

人类性幻想

【英】B·卡尔 著

耿文秀 等 译



华东师范大学出版社



人类性幻想

Love in the Mind Psychology

111 111 111 111

111 111 111

111 111 111



人类性幻想

Sex & The Psyche

【英】B·卡尔 著
耿文秀 等 译



华东师范大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

人类性幻想/(英)卡尔著;耿文秀译. —上海:华东师范大学出版社,2011.4

(明心书坊)

ISBN 978-7-5617-8547-8

I. ①人… II. ①卡…②耿… III. ①性心理学
IV. ①R167

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2011)第 070127 号

人类性幻想

著 者 (英)B·卡尔

译 者 耿文秀等

策划编辑 彭呈军

审读编辑 李惠明

责任校对 汤 定

封面设计 叶 璐

版式设计 卢晓红

出版发行 华东师范大学出版社

社 址 上海市中山北路 3663 号 邮编 200062

网 址 www.ecnupress.com.cn

电 话 021-60821666 行政传真 021-62572105

客服电话 021-62865537 门市(邮购)电话 021-62869887

地 址 上海市中山北路 3663 号华东师范大学校内先锋路口

网 店 <http://ecnup.taobao.com/>

· 印 刷 者 上海商务联西印刷有限公司

开 本 787×1092 16 开

印 张 23.5

字 数 391 千字

版 次 2011 年 8 月第 1 版

印 次 2011 年 8 月第 1 次

书 号 ISBN 978-7-5617-8547-8/B·626

定 价 39.80 元

出 版 人 朱杰人

(如发现本版图书有印订质量问题,请寄回本社客服中心调换或电话 021-62865537 联系)

作者简介

B·卡尔 (Brett Kahr)

英国著名临床心理学家、婚姻与性心理治疗专家，是位于英国伦敦的儿童心理健康中心研究员，牛津大学教授(Marshall Scholar)，曾经在美国耶鲁大学临床心理中心担任主任多年。

译者简介

耿文秀

华东师范大学心理与认知科学学院教授，上海市心理学会副理事长，研究领域包括临床心理学、性心理学、法律心理学，译有《情商》、《咨询败局》、《心理创伤与复原》等。

Who's Been Sleeping in Your Head: The Secret World of Sexual Fantasies

By Brett Kahr

Copyright © 2007, 2008 by Brett Kahr

This edition arranged with Conville & Walsh Limited

through Big Apple Tuttle-Mori Agency, Inc. , Labuan, Malaysia

Simplified Chinese translation copyright © 2011 by East China Normal University Press

All rights reserved.

上海市版权局著作权合同登记 图字:09-2009-378 号

人的心理,便是人的一切。

——Samual Pepys

我猜每个人都想知道别人的秘密,这样才能安于自己的秘密。

——Jonathan Ames,《醒醒吧,人们》

译者前言

本书开篇就坦率地直陈“这本书会涉及许多性幻想的描述。这些私密的幻想中有些可能会让您感到震惊；有些则会使您感到恶心；有些留给您的只是无趣和麻木；有些也许会获得您的怜悯，抑或让你产生鄙视和优越感；但仍有些会使您感到兴奋”。作为译者，我们的感受更强烈。原著中包含了超过 1000 个内容迥异的性幻想，有些确实极度令人震惊甚至厌恶、鄙夷。但这都来源于一项严格规范的科学研究。这恰恰证实了人类思维的极度丰富性，人类想象的极大差异性。马克思曾有一句名言，大意是，即使是罪犯的思想也比天堂的奇迹更伟大。也许，借用这句话用在人类的性幻想上最恰当不过。

人类是性生物，更是性社会人。性贯穿了人类生命的始终，性使我们的生命多姿多彩。性同时也负载着我们最多的本能欲望，被道德伦理、社会规范所约束而掩藏在无意识或潜意识中。在我们长为男人或女人的性社会化过程中，我们不断习得我们所在文化所规范的所谓男人或女人的性行为。我们用爱情升华性欲，我们用婚姻规范性行为，我们用道德约束我们的性意识性行为。人类社会最奇妙的就是“龙生九子不成龙”，个别差异在人类性意识、性生活上更是登峰造极。我们永远不可能在人类性活动上寻求统一或一致，更不用说隐藏在心灵深处的性意识、性幻想或性想象。

在人类意识这个黑箱中有着太多有时连我们自己也没有意识到的奇思怪想，时不时或挣脱了伦理道德的制约而天马行空。但不论这些想象、幻梦是多么地不可思议乃至黑暗，甚至违背现实社会的规范准则，只要没有在现实社会中实施，我们的法律就不会去干预。法律把人类的意识领域留给人类自身去自我探索、自我修正、自我发展，这正是社会的民主进步。

不否认,本书呈现的一些性幻想与我们的正面价值观相距甚远,我们并不赞赏乃至摒弃。但本书中的这些幻想者都做到了把自己头脑中的这些意象仍限定于、控制于自己的大脑之中,甚至并不曾与他人分享,只是因为这一研究项目而第一次暴露于此。冷静地划开现实与幻想,绝不到现实中去尝试那些社会不认可、不道德、可能伤害他人或伤害自己的性行为,这就是一个人是否健康的基本判定。正如作者所强调的,“这里每一个幻想的主人都有着基本健康的生活,没有一个生活在监狱中或是精神病院,所有幻想的主人都自由地生活在这个社会中”。

本书实际上是一个研究报告,给相关专业的研究人员提供了一个西方社会的性幻想大样本。当然,普通读者也可通过本书了解到西方社会普通男女头脑中那些千奇百怪的念头和想法,对人类思维的丰富性增加感性知识。有比较才能有鉴别。作为译者,我们希望给学术界、给读者提供增加鉴别能力的他山之石。毋庸讳言,本书的译本有删节。作为译者,我们费尽心机翻译出来的成文被删去并不令人愉快。但我们理解凡涉及性都很敏感,格外的谨慎也就有了必要。

翻译本书对我们是一个挑战,无论其语言还是内容。我们是黑眼睛黄皮肤的中国人,本书的很多怪想我们也难以接受,并不愉悦。但这不能妨碍我们学会尊重他人的思想自由。而且,通过比较,我们可以辨识哪些是更健康的幻想,可增加我们性生活的快乐;哪些确实滑向了危险的边缘,哪怕仅仅是存在于头脑中,也可能让我们内疚自罪,从而影响我们的自信自尊,因而应当清醒地自我修正、自我调适以保障我们自身的身心健康。

本书的翻译,是我的研究生团队的集体贡献。他们是董镛、康元艺、张婵、孙立夏、黄丽凤、姜雅菁、朱忆辛,他们付出了大量艰辛的劳动,其中康元艺还负责统稿等繁琐却又极重要的工作。在此之前,他们已在我的带领下参加了其他心理学专著的翻译,现已出版。这些年轻人做人做事的努力认真,尽心尽力的负责态度,无论是作为导师还是本书的总审校,我为他们深感自豪和骄傲。这在喧嚣浮躁的今天,确实是难得的稀缺资源。当然,我自身也绝不敢偷懒,毕竟我还在乎自己做人的原则。本书从头至尾的每一个字我都认真地读过一遍两遍、若干遍。对照原文,我力争守住最后防线,也希望文字更准确更通畅。无奈才疏学浅,错舛难免,恳请读者们不吝赐教,以帮助我们提升翻译质量。

谢谢所有帮助本书顺利出版的朋友。

耿文秀

2011年5月于寂远斋

关于注意事项及保密原则

人若不能容忍他人的激情,也无法掌控自己的。

——Beniamin Franklin,《穷理查年鉴》

这本书会涉及许多性幻想的描述。这些私密的幻想中有些可能会让您感到震惊;有些则会使您感到恶心;有些留给您的只是无趣和麻木;有些也许会获得您的怜悯、抑或鄙视和优越感;但仍有些会使您感到兴奋。

这些幻想来源于普通英国(英联邦)成年人内心的隐秘:男人、女人,从 18 岁到 90 多岁,从每个地区随机挑选,他们来自于各个社会群体,不同的宗教背景,每一种您能想象到的职业——从律师到卡车司机,从面包师到白领女性,从农夫到工人,从医生到乳品商,从普通职员到牧师,从每天加班的到失业的。尽管这其中只有非常小的一部分被调查者会寻求精神健康门诊的服务,但没有一人是无行为能力的精神疾病患者;因此,这些幻想并不是精神病人的无稽之谈,不应被我们忽视。这里每一个幻想的主人都有着基本健康的生活,没有一个生活在监狱中或是精神病院,所有幻想的主人都自由地生活在这个社会中。

本书是这些幻想第一次暴露的场所。英国人脑中这些原始的创造在我的大型研究之前都被安全地保管于他们自己的脑海中。事实上,迄今为止,大约 95% 的参与者从未向地球上任何人——包括他们的爱侣和知己透露过这些幻想。

参与调查的大部分被试用书面形式提交他们的幻想,另外一些则直接向一个迷你录音机进行讲述。呈现出来的幻想风格的差异很大一部分是由采集方式的不同造成

的。所有这些幻想都是以其本来面目呈现给读者；不过在某些以书面形式上交的幻想中，我帮助纠正了一些拼写错误；为了使语句更加流畅，我也时不时加入一些逗号或分号。除此之外，我尽一切努力使呈现出的文字维持原意。

我对幻想内容只做过一种显著的修改：为了保证机密性，我改变了原文出现的名字以及地点。这些书中出现的坦率而直白的性幻想都已经过呈交人的书面允许才发表出来。成千上万受访者中的每一个都签署了由专业律师准备的同意书，表明他们同意我不泄漏任何可以轻易辨识出他们身份信息的前提下发表他们的幻想内容。例如，我肯定不能这样写：“这一想象来自 Jane Maria Bloggs，她是一位 51 岁的会计，两个孩子的母亲，住在考文垂郡的沃里克镇，长街区哪条路几号。”事实上，在大多案例中，我从未获悉过作者的真实姓名，尤其是那些利用计算机问卷做自我报告以保证匿名的参与者。至于那些我面对面进行访问的成人，其中很多确实在第一次见面时告诉了我他们的真实姓名，因此我当然在书中变更了他们的身份。因为现在，性幻想——尤其是那些手淫的幻想，仍然是当今文化论述中的禁忌主题，所以我理应为那些将自己最隐私的想法贡献给心理学研究项目的人保护隐私。其中的一些参与者也可能使用了假名来介绍自己。

作为一个注册治疗师，我已有多年的全职临床实践，有一大批来访者将他们最隐私的故事交付于我。进行心理治疗的患者或是来访者要求在寻求治疗帮助时获得完全的隐私保护，也应当得到这样的保护，这样他们才能袒露心声，而不必惧怕报复或曝光于公众。在某些情况下，来访者可能会分享一些极度令人困扰的信息，这些信息可能会威胁到他们自己或是其他人的生活，在这种情况下，隐私保密性将扩展到维护所有牵涉到的群体。例如，假若一个病人向我透漏了他谋杀女王的周密计划，那么我的职业准则就要求我向当局汇报这一事件。幸运的是，在我 20 多年的临床生涯中，我还没有遇到过这样我需要打破隐私保密的事件。鉴于认识到隐私保密的重要性，尤其是在这个有闭路电视录影带和谷歌的时代，我戒绝使用任何我的病患或来访者所透漏的性幻想细节，因为我是以一个正式的心理治疗师的身份接见他们的。

咨询室是我获知有关性幻想的方式和机制的必不可少的实验室，但鉴于临床保密协议（精神分析阶段使病人放心暴露隐私的基石）的约束，我的病人的性幻想必须保持隐秘。因此，除了简介中不可辨识的简单描述外，所有的故事都并非出自我的临床工作，而是研究工作。在研究中，所有的被试都已递交知情同意，附有研究者不会透露他们姓名或地址的条款，允许我为出版他们的幻想而进行深入的心理诊断学研究会诊。

引言

不计后果的情欲，叫人色胆包天，
把一切付诸流水，将那理性击退。

——William Shakespeare,《维纳斯与阿都尼》

我已经在心理治疗师的岗位上工作了超过 20 载。换句话说，我也是英国千千万万将自己日间生活全部投入到广泛的心理健康领域的专业人员之一，致力于为那些正在受苦、挣扎于心理困扰的人们提供帮助。我完成了漫长的专业训练以及包含临床理论、研究方法的大学学习及见习；又在精神病医院和社区心理健康中心工作了很多年；之后又在督导之下从事了多年心理治疗的工作，同时进行过深入的自我精神分析；以上这一切都帮助我为现在的职业做好准备。

我在伦敦有一间咨询室，隐于一个小巷的庭院中，置有长沙发和几把舒服的椅子，麻雀虽小但五脏俱全。我会很早到达办公室，每天清晨 6 点 45 分，我就会在到达的第一时间打开窗户让清新的晨风涌入，吹鼓我的窗帘。从 7 点开始，各个年龄段、各种体型、各种肤色的男男女女就会开始进出这里，通过事先预约来见我，与我讨论他们最隐私的内心忧虑。通常，当人们在这间房间中表露他们不堪重负的愧疚秘密或是直面最纠结而痛心的决定时，泪水会从他们眼中流下。某些人患有严重的心理疾病，而另一些人在公开的生活中可能非常正常，维持着正常的家庭生活和工作，然而私下里却可能可卡因成瘾或是会招妓。某些人一直藏匿着这些痛苦的秘密，他们的丈夫、妻子或是非婚配偶都不知道这些事情，还有些人则藏匿着连他们自己都不知道的秘密。

不变的是,这些现存的问题总是以某种方式涉及到性。某周的一天早上7点,我可能要见 Smith 夫人,她承认自己与丈夫在近30年都没有过任何性接触。这可能很令人震惊。但在我的职业生涯中,这种长期婚姻生活或配偶关系中的性缺失却并不少见。Smith 夫人的所有女性友人都相信她有着完美的婚姻,但事实上,她满怀对 Smith 先生众多不忠行为的憎恨;现在孩子们终于都离家独立了,Smith 夫人想要离婚。她每晚都会在梦魇中惊醒。她还是个少女时就嫁给了 Smith 先生,从父母家中搬出来与丈夫住在一起,因而在一生中从未一人独居过。与淫乱的丈夫离婚的想法使她的内心充满恐惧,而非解脱感。Smith 夫人从放在我书架底层靠近她座位的纸筒中抽出纸巾,恳求我告诉她应该怎么做。我的心则阵阵刺痛,因为我知道我不能也不会给她提供直接的建议。我们都知道需要经过一段时间的治疗来探索她的两难处境以找到正确的解决办法。她虽然记恨丈夫、想要离开,但她同时也对丈夫怀有严重的依赖,感觉没有他,自己便不能生活。

7点50分,Smith 夫人离开了,事实上我见每一位来访者的时间都是准确的50分钟。这一惯例是在上世纪20年代的维也纳定下的。那时一名治疗师专门从美国赶到奥地利,来学习精神分析创始人西格蒙德·弗洛伊德新的心理创伤减轻技术,弗洛伊德为了能够接纳这名治疗师,而将原本是60分钟的会晤时间减为50分钟。这一“50分钟惯例”在20世纪的全世界都很好地保持下来。而且我必须承认50分钟似乎是恰当的一段会晤时长,一段足够允许我们探查和确认病人的故事,但又不至于让咨询师或患者超负荷而精疲力竭的时长。

从7点50分到7点59分之间的9分钟,是我在下一个来访者到来之前休息的空隙。在这一时间,我会整理我的思绪,检查电话信息,喝一小口水或是一小片苹果。由于一大早就开始咨询,我无法找到恰当的早餐时间,但长期遵循这一惯例,我的身体似乎也适应了这种时序变化。其实尽管我通常都觉得自己的食物还不错,但那种想要在工作之前来一份完整的英式早餐的念头总是让我非常反胃。心理治疗师很早就开始工作是为了让来访者能够在赶赴工作前结束当日的治疗。早上7点钟和8点钟是很受大家欢迎的时间,尽管有些人可能会犹疑,但我却觉得6点45分的时候坐在办公室的椅子上是非常自然的事情,等着铃声响起,回顾了备忘录并打开了中央暖气,或是在极其罕见的酷暑打开电风扇。

8点钟,蜂鸣声再次响起来。声音细弱、不懂社交技巧的 Jones 先生走了进来。不同于通常坐在我对面皮椅上的 Smith 夫人,Jones 先生一周会来几次,每次都会选择躺

在沙发上,正如一百多年前弗洛伊德的病人所做的那样。他觉得如果自己躺下来、不要与我面对面的话,可以更坦率、更聚精会神地与我谈话。我会坐在沙发后面一个红色皮革的扶手椅中认真地听。与刚刚庆祝完结婚 35 周年纪念的 Smith 夫人不同, Jones 先生从未结过婚,甚至从未有过一个女朋友(也没有男朋友)。他戏称自己是伦敦唯一的 50 岁处男,从未体验过性、接吻或是爱抚。他的性生活只由每日的手淫组成。他经常向我解释他觉得手淫比与配偶进行性活动更好。但有时,当更脆弱更敏感的时候,他会说:“当然,我只是个处男,我并不知道现实是怎样的,对吧?”他也会无一例外地在手淫的时候进行幻想。但即使我小心翼翼地探究他手淫的幻想内容,他却什么都不会告诉我。因而我有时会猜测他的幻想是不是一旦付诸实践就会把他自己送入监狱。其实, Jones 先生已经把自己关进监狱去了,那是精神的囹圄,孤独、折磨而充满羞耻的监狱。他与我相处时无法开诚布公、无法放松、无法言行得体。这也正反映了他广泛的人际关系不良,所有的同事都躲着他。他也从未接到过任何邀请,诸如共进午餐、参加派对、或同去酒吧之类,从来都没有。

尽管我已经更改了“Smith 夫人”或“Jones 先生”的名字,但我并未对他们的故事进行任何捏造。事实上,如果 Smith 夫人或 Jones 先生知道这么多年来我已见过很多和他们同样困扰于亲密关系或性生活的来访者,可能会相当惊讶吧。人们通常会开玩笑说精神科医生有讨论“性”的强迫症,这可能是真的。即使真的证实了我们比牙科医师或交通协管员更多地谈论或想到与性有关的问题,也请不要责怪我们。因为基于日常在私人诊所或健康服务诊所的所见所闻,我们确实更多地获悉有关性的问题,尤其是那些一团糟的性关系。

尽管我与 Jones 先生的会面在 8 点 50 分就应结束,但他通常会用两到三分钟披上外套,痛苦地向我证实这么多年来他有多么沮丧和不堪重荷,多到即使穿上外套这么一个简单的动作也要花费更多的时间和努力。8 点 53 分时, Jones 先生拖着脚步离开咨询室,我趁此时再一次核查我的电话留言。8 点 59 分时,我终于吃完了一个苹果,刚好可以开始我 9 点钟的预约。工作就这样延续,直到最后一个下午 6 点 35 分的预约,也就是说,在 7 点半之前我都无法离开办公室。当然,在这忙碌的一天中我还是有休息时间的,我也会为我的私人见习安排一些其他活动,比如教学或讲座或是在附近的精神健康中心工作。但是我大部分时间都待在自己的咨询室中,听故事。

我尽量不用常规的方式来听故事,而是用“第三只耳朵”来听。这是由弗洛伊德最有创造力的门徒——维也纳心理分析师 Theodor Reik 引入的术语。他说所有人都可

以用两只耳朵来听,但是心理治疗师却要用第三只,因为他们不仅要关注病人说了什么,还要关注他们没说什么,无时无刻不在试图破解来访者模棱两可的语言背后隐藏着什么,给那些可能来访者自己都看不清的事物加以阐释。

让我们来看看 Fitch 先生的案例吧:Fitch 先生总是会把每周一次治疗疗程的前 15 分钟用来抱怨“混蛋 Gunderson”,这个 Gunderson 是 Fitch 先生的一位非常成功的同行,刚刚得到了薪金的大幅提升和巨额圣诞红包,就连 Fitch 先生的上司——凶恶的财政部门头头都和蔼可亲地轻拍他的后背。Fitch 无法抑制地、反复而强迫地因“混蛋 Gunderson”而暴怒,以至于不能意识到自己的嫉妒和挫败感其实与 Gunderson 毫无关系。无辜的 Gunderson 先生成了 Fitch 发泄自己内心怒火的媒介而已。通过攻击 Gunderson,Fitch 先生可以保护自己意识层面的自尊以及内心脆弱的一面,从而不用去面对事实:即自己并未获得理想的成就或是满足渴望。通过用“第三只耳朵”去听,我尝试帮助 Fitch 先生聆听自己的内心。他将太多的时间和精力都用于恣意发泄怒气,因而无法倾听自己内心的声音。因此,在某种程度上,我成了他灵魂的一面镜子。此外,通过不断地小心谨慎的交谈,我们试图一点点挖掘无辜的 Gunderson 是怎样成为了 Fitch 哥哥的化身。Fitch 的哥哥 Howard 也是个“混蛋”,求学期间成绩优秀、追上了隔壁那个漂亮女孩,现在又成了迷人的电视导演。最终,随着我们的心理治疗进程一点点展开,Fitch 先生开始认识到,Gunderson 其实是个“正派的家伙”,而且通过认识到 Gunderson 的创造能力,Fitch 还学会了怎样把这位宿敌的某些才能内化为自己的,而不是将他视作魔鬼的化身。让我们都很高兴的是,Fitch 逐渐开始展示创造才能,并因为在新项目上的聪明独创,最终在分红的时候也获得了老板那轻轻的“一拍”。

在我职业生涯的大部分时间里,我主要做个体咨询,就好像对 Smith 夫人、Jones 先生和 Fitch 先生一样,进行一对一的咨询。不过不久前,我开始着手学习 5 年的“婚姻治疗”研究生课程。这一行动肇始于我对一些脑部受损并且需要年长父母照顾的年轻人所开展的工作。有时我会与这些年长的父母会面,他们中超过 80% 的人婚姻关系极为紧张。照顾残疾孩子的重负常常会带来伤害,在怎样帮助他们摆脱婚姻困难以及提升看管能力上我觉得无能为力。这也让我愈发明白,即使是那些没有照顾残障孩子压力的父母也经历着困难的婚姻,而我想要去帮助他们,首先要提升自己的能力。

尽管当时我还是一个全日制的心理治疗师,只提供个体咨询的服务,但我还是想方设法完成了研究生的训练要求,并最终成为了合格的婚姻治疗师。这是精神健康工作的一个很特别的分支,整个大不列颠只有大约 30 人完成了这样透彻也让人透支的

培训。尽管我得到了“婚姻治疗”的执照,但是这一领域任何一个新进的研究生还需要拿到一个“配偶治疗”的执照。在当今社会,越来越多的年轻人同居在一起却从未交换过婚戒,因而我的同行觉得“婚姻治疗”这个概念似乎有些过时了,而“配偶治疗”这一概念能够更好地反映现实状况。我们还发觉自己正在为越来越多的同性恋人做咨询,他们当中有些人将自己与同伴的关系定义为婚姻关系,但也有些将其归为忠实的配偶关系。所以,尽管我持有“配偶治疗”的官方职业认可,我更喜欢用传统的“婚姻治疗师”来称呼自己,在这样似乎过时的时代背景下对配偶们做咨询。

为配偶们做咨询让我比以往更多地关注配偶生活中与性相关的问题。一位来访者可能会把整个 50 分钟都花在抱怨她那有被害妄想的老板身上;或是某位父亲会滔滔不绝地讲述他青春期孩子们的邪恶行为。但是,配偶们来见我其实是因为他们无法再在同一个屋檐下生活,无法同床共枕,或是无法忍受关系中存在的性问题。我已在咨询中见过了很多很多配偶,但要我回忆出一对前来进行婚姻治疗却过着健康性生活的配偶却非常困难。我们可能并没有重视到,性可能是夫妻(或恋人)关系是否坚实的最敏感的晴雨表。当不忠、漫不经心或是其他刻薄尖酸在配偶关系中作祟时,性生活就会受到影响。很多配偶在绝望中会转向使用性感内衣、香薰蜡烛、进口浴油等用品,指望以其重燃卧室激情。但是正如所有配偶治疗师都知道的,真正的性兴奋只会在配偶双方都有机会谈论多年来所累积的不悦或委屈时才会回来,而这一复原过程通常只会在有精神健康职业人员指导时才会出现。正如多年前我的一位来访者所说的那样:“破坏一段婚姻只需要两个人,但要想修补好却需要三个人。”

作为一个有多年经验的咨询师,配偶们告诉我的任何事情基本都不会让我感到吃惊或震撼,因为我发现当婚姻或是亲密关系开始瓦解时,配偶们所做的事情总是沿着我所预期的方向进行。让我们来看看以下这些真实的配偶,一个普通配偶治疗师的案例记录本中的典型个案。鉴于保密性,我对他们的姓氏做了修改。

◆ “Aronson 夫妇”自从他们第一个孩子出生之后就没有性生活了,因为 Aronson 夫人花了很多时间喂养小 Alison,她无法忍受丈夫触碰她日益疼痛的乳头。Aronson 先生则告诉我他甚至嫉妒自己的女儿,尽管他知道他还有很多更亲密的成人的方式接触妻子的身体。Aronson 夫人和女儿的亲密无意中刺激了 Aronson 先生幼时被排挤的感觉,就像当年他的小妹妹出生后他不再受到父母的关注那样。

◆ “Bentley 夫妇”停止了性生活,因为 Bentley 先生与 Bentley 夫人的妹妹 Berenice 发生了婚外情。东窗事发,Bentley 夫人威胁要离婚。在治疗过程中,有一个事实愈加明显:Bentley 先生之所以和他的小姨子发生性关系,是为了报复 Bentley 夫人如今的自我陶醉而不再像从前热恋期那样爱他、关注他了。

◆ “Cameron 夫妇”不再热衷于性活动,因为 Cameron 夫人近期总被孩童时遭受父亲性虐待的记忆所困扰。即使她现在已经是一个成年女性了,却还是无法忍受 Cameron 先生的裸体,尤其是阴茎的裸露,她觉得父亲和自己的丈夫有着同样可怕的生殖器。

◆ “Dean 先生”和“Drummond 先生”是一对同性配偶,他们停止了性生活是因为 Drummond 先生近日迷上了一部同性恋色情电影《超级巨星》,他花了大量的时间对着录像带手淫而不再让 Dean 先生碰他。Drummond 先生沉迷于充斥着施虐和受虐情节的同性恋色情影片,却又害怕 Dean 先生发现这一秘密时会感到震惊。然而 Dean 先生最近还是发现了 Drummond 先生藏匿的录像带,这毫无疑问引发了剧烈争吵以及这一次配偶治疗。

以上 4 个场景只是性关系被生活中的变更、变迁或是创伤所影响的一小部分缩影,此外,性幻想通常也会对婚姻或是配偶关系产生不良影响。

当我们对朋友或是家人抱怨自己的生活时,通常都是针对信用卡账单或是那些不称职的同行或是工会;但当我们与心理治疗师会面时往往抱怨的却是那些更私密的痛苦。我把日常工作的时间都用来倾听成年男女或是青春后期少年讲述那些困扰他们可同时又令他们几乎说不出口的尴尬故事。这些人正如您我一样,向我讲述他们难以启齿的秘密:无法勃起、对口交感到恶心、除了一天至少 5 次性交之外什么都不想做、对插入阴道感到恐惧,或是对体毛的痛恨,抑或是其他任何关于性的关注和焦虑,这些困扰将他们健康的身心拖向绝望的地狱。

我的来访者并不是只会谈论他们在性器官互动中面临的困难(如:“我一晚上都在爱抚她的阴蒂,可是她仍然没有反应”,或是“他射了我一脸,我只想马上把那些东西都洗掉”),也有些更勇敢的来访者还会告诉我他们最私密的性恐惧或是隐藏最深的性幻想,这些脚本会以自发且非自觉的方式闪过我们的脑海。

对于性的恐惧是很本质的。我永远都不会忘记“Stein 小姐”的故事,她是个非常有魅力的女人,29 岁,穿着如妮可·基德曼(著名女影星,2003 年获奥斯卡最佳女演员