

魏善海 著

性生活的控制

于熙儉 譯

青年協會書局出版

種二十四第書叢年青

性 生 活 的 控 制

江苏工业学院图书馆
藏书章

所

版

種二十四第書叢年青

制 控 的 活 生 性

有

權

民國二十五年十二月初版

原著者 魏善海

譯述者 于熙儉

發行者 青年協會書局
上海博物院路一三一號

每冊實價大洋五角（寄費另加）

YOUTH LIBRARY NO. 42

THE MASTERY OF SEX

By

Leslie D. Weatherhead

THE ASSOCIATION PRESS OF CHINA

Price: \$0.50

Postage Extra

December, 1936

格氏序言

我替這樣一本好書寫序言，實在是覺得榮幸之至。這本為一般普通讀者而寫的關於性的書，實在是我從來所讀到的一本最好最完備的書。我個人對於性方面幫助別人也有一些經驗；現在我讀了這本書，覺得它正可供給一般人最急切的一個需要。

在這小小的一本書的範圍之內，差不多關於一切男女實際的性問題，都很美滿的論到。男的女的，結婚的和未結婚的，年輕的和中年的，都可以在這裏找着他們所需要的指導。魏善海先生寫出這本書，確實證明他是一個有才學的心理學家。不僅如此，他對於一般的人生和人生的價值，有深切的見解。此外，他對於所討論的一切問題，能有一種真實的基督徒的態度。

維多利亞時代的那種禁閉主義，已快快的沒落了，這也是我們應該感謝上帝的。不過這種沒落，要有純潔的性知識和根據於事實的道德標準起而代之，才真有益於人羣。關於這兩點，魏善海先生的這本書都有很大的貢獻。我相信他促進了人類使性能豐富人生，並消滅了從前圍困我們的種種懼怕，虛偽的羞愧，和隱密的不安等。

魏善海先生寫這書時的那種誠懇態度，在英國書中是很難得的。他對於這問題的任何方面，並沒有

什麼懼怕，而同時能適可而止，不傷於雅，所以這本書自始至終是很純潔的。
我以至誠，願此書能廣傳於世！

胡伯特格雷 (Herbert Gray)

李氏序言

格理斯醫師 (Dr. Marion Greaves) 告訴我魏善海先生會寫這本書的時候，我覺得很高興，後來魏善海先生寫好後囑我寫序言，我便滿口允許了，不過直到我收到稿本的時候，我心中還是抱着許多的疑懼。

寫一本這類的書，困難是非常之大的。爲一般的讀者，這本書不可太專門，而同時必須充分以科學的態度答覆他們種種的問題。作者的態度不僅是一種勸免便算了事，而必須是一種強有力的提示以打破讀者那種保守的禁閉主義和錯誤的觀念。

坦白的言詞是不可少的，而同時必須以穩健誠懇的態度，以免心理不健全的讀者看了反而造成有害的結果。關於這類的書，很少能逃脫這種危險的。

魏善海先生寫這本書（加以格理斯醫師的協助），似乎已能打破上述的一切困難。他這本書，比他我所見的同類的書，確是寫的高明多了，好多了。

凡是努力想幫助人解決人生問題的，以及那些指導別人的心理衛生學家，一定都會感覺得像這樣的一本書，實在是現時急需的。

有許多厲害的或小小的神經上的崩潰，一方面是由於『性』的本質及其在人生中的地位茫然無知，一方面是由於那些善意而腐老的道德家所造成的懼怕和自罪的心理。過去數百年來男女的生活因此被破壞而枯竭的，更不知有多少。過去教會所講的道理，對於這種結果要負一部分的責任，而同時醫界對此未能設法糾正，也是不能辭其咎的。這種無知和懼怕的心理，不僅是限於一般普通街上的人而已。這個問題是界於倫理學、醫學、社會學、宗教學之間，所以寫這本書的人是一個教會的牧師而有一個醫師的協助，實在是再好沒有了。

近年來醫學和社會學之對付問題，多努力於預防方法上，這確實是很可令我們注意而欣慰的。這種新的趨勢，最顯著的莫如近二十年來對於精神衛生方面的工作。這種工作對於人類的益處也恐怕比其他任何方面的都要大些，因為個人、社會，以及國際間的安全和進步，都是有賴於人類心理和情緒上的平衡。

還不到一百年之前，凡患有精神病者都成為社會的被遺棄者，至多祇設法使其存活着罷了。至今一般人的觀念，還以為肉體上的疾病與神經上的疾病，是迥然不相同的。

凡是以批評的眼光查看自己的內心的，總會發覺自己心靈的發展，難免不有些缺欠的地方，而總不能達到十分完美的地步。所以如果我們說在現今文明的世界所有的疾病，有三分之一以上可以追溯到心理方面的，實在並非過甚之詞。而且我們應當更進一步認清楚：我們親友中有許多失常態的行為（如

果我們看得清楚的話，也可把自己包括在內，頑皮和難於處置的小孩子，以及他們後來之不入正軌和犯罪的行爲，都應當認爲是一種疾病，正如肉體的疾病一樣，應加以詳細的查驗和診治。我們要曉得人類學識的增長，並未使人生簡單些，雖則增加了人生的效率和快樂。

如果現代爲父母的以及教育家能負起此種責任，以健全的理解和勇敢心來指導小孩，使他們有適當的自由發展，則其對於社會和心靈上的影響，實在是無限量的。若果如此，則我們可以不必有一種特殊的所謂性教育，因爲此種教育已經是包括在日常兒童的養育和家庭生活中了。

這種目標實際上實在是很可以辦得到，也是很值得努力的，所以我們應當訓練自己來達到這種目標。如果我們要訓練小孩，則大人的性教育是不可少的。我之所以歡迎這本書出版，不僅是因它能促進快樂的婚姻和精神安甯的個人，也是因其能挑撥性的本能，並顯出性本能的重要，偉大和聖潔。如此，它準備着一條好的路途，使我們的小孩能安然在上面走過，而達到一種光榮的目標。

這本書並不能使人人都認爲完全滿意的。寫一本使人人完全都滿意的書，是事實上所辦不到的，但凡是讀完這本書的人，總可以到得不少的益處，對於人生的冒險能比較應付得適宜些。

李司 (J. R. Rees)

作者序言

我在孟徹斯德（Manchester）當牧師的時候，某次有幾個人向我提出這個問題：『教會對於性問題就沒有什麼話可說麼？』要設法把性控制起來，差不多是我們每個人在某個時期所必須應付的一個問題。有些人對於性問題差不多是一種終身的奮鬥，時時要小心謹慎，而時常總是失敗了。某種小說，電影，戲劇，以及四周人所講的惡濁故事，都是「性」把我們包圍了。然而以幫助人對付人生為目標的教會，却對此保守沉默。「性」確實是我們極大的一種試探，無論我們結婚與否，在這方面總是發生我們最大的道德問題。然而你們教會對於我們却毫無幫助。』我覺得這確是我應當馬上負起責任來應付的一個問題。

我多年來對於心理方面所做的工作，使我覺得婦女和女孩們也像男子一樣，也是有着同樣的問題。如果我說，因着某種困難或人生問題而來求助於我，其根源是起於性的，（以廣義而言），每百人之中總有八十個，那我實在是算少了。有時這種問題祇需要一種合乎實際的精神上的引導便可以了，有時則需要心理學上的技巧。有時的困難必須有一個心理治療的醫生來處理，又有時某病人必須送往一個有同情有了解的男醫生或女醫生為純粹身體上的治療或指導。

我所想指明出來的，就是現代一般男女除了爲生理方面的作用之外，還有許多過剩的性的能力；如何來處置這種過剩的能力，便是一個很嚴重的問題。對於這種能力的誤用，可以造成神經的崩潰，急躁的脾氣，和畸形的的好奇心和習慣。此外，也可以演成墮落和自厭的行爲，自己永遠不能逃脫出來，終於在道德上墮落了。

如果我們有辦法使『性』對於青年不成爲一種穩秘的東西，則無論什麼都是值得幹的。我怕這是很難完全辦得到的。往昔的那種禁閉主義實在是太根深蒂固了。現代我們有許多想要掃除的，都可追源於往昔，可追源於早期基督教時代。陳舊的世界已經是到末日了，我們要開始一個新的時代。肉體是屬於塵世的，是罪惡的，而『性』和罪惡差不多已成爲同一樣東西。所以在基督教起始的時候，『性』正是在束縛的桎梏中。但我相信將來這一代青年的解放，一定是能成功的。祇要我們能把『性』使他們看爲一種清潔的，快樂的，輝煌的東西，正如夏日的晨曦一樣，那便好了！如果他們對於『性』看法，正如看別的一般普通東西一樣，那也好了！我相信祇要我們能棄除那些談到『性』時愚偽的言詞，愚偽的沉默，愚偽的不自在等等，在宗教方面不要以爲『性』是怎樣的罪大惡極，在認清事實時不太熱情也不太粗魯，則我們可以達到這個目的了。宗教和心理學，信仰和科學，都應聯合起來，應用於性學上，使『性』不像從前那樣認爲是一種不清潔的東西，而是遵照上帝的意旨完成其使命。

恐怕有人要問：『何以一定要把宗教拉到裏面來呢？』我覺得宗教並不是故意拉進來的。如果我們

認為心理學是行爲的科學，則宗教是規範行爲最力的一種東西。屢次照我的經驗，分析性的不調和之原因所在，雖則是有其價值的，但是要真正勝過困難，還是要有賴於宗教的那種新的熱情，新的忠實，和新的原動力，才能達到目的。無論你把一個問題談論得怎樣清楚，但你有什麼方法能夠剷除那種根深蒂固的習慣和心理呢？對於一個心的分析和檢查，有時是可以治好心理的疾病的。但照我的經驗，如能有一種宗教的合作，一種精神的治療，則實在有極大的助力的。的確，有些精神的疾病，祇有用宗教的處理，才能達到完全的恢復。海得非爾醫師(Dr. J. A. Hadfield)說：『我以心理治療家的資格，覺得基督教對於大多數有精神上疾病的人，實在是一種極有價值極有能力的工具，以產生心境的調協和平安，而恢復病人的健全。有時我對於這種有神經上毛病的人用安慰和信靠的暗示，未得效果，然後我把這種暗示聯到上帝的能力，就是任何基督教信仰和希望的根源，便成功了。病人便轉弱爲強了。』有些人是需要一種新的精神生命以振作之。

又有些人要問：『何以要把心理學拉進來呢？』我的答覆是：有許多熱心的宗教家所寫的關於性知識的書，熱心到錯的方面了；每每這些書是不合實際而內容不確切的。譬如某人犯手淫的毛病，他便這樣勸告：『你要多讀聖經，常常禱告。』如果這種祈禱是接受上帝的恩惠，赦免，能力，而不是聯想到過去的罪惡，那或許可有幫助的。但在別人尚未在別方面減輕擔負之先，這種勸告是沒有大效果的。合乎科學的指導，並非就是不合乎宗教的。起了火的時候，把水傾注在火上比祈禱上帝還要合乎宗教些。但是在另一方

面，我覺得純粹祇有科學的討論，是不夠的。科學是真實的，準確的，但是對付像『性』這樣可怕的一個問題，是不能有真正幫助的。科學可以使人明瞭自己些，但不能使人的心靈感謝上帝那種偉大的能力把他拯救出來。

現在這個問題是一個非常急切的問題。有許多書上所記載神經錯亂的例證，都顯出其根源可追跡於『性』的。有些醫生曉得病人所病的根源，和有些結婚的人精神和肉體上的不快樂，到什麼程度是可追源於『性』的。但是有少數的醫生對於心理學的知識太淺，至於用宗教的方法來解救病人的痛苦的，就更少了，甚至有些心理治療專家也不肯這樣幹。

有許多爲人所信靠的牧師，看見別人爲着性的不調和，而深深的覺得難過。雖然他們大半能夠應用宗教上的安慰，然而又很少能懂得心理學，都很怕追根究底的來查問。這種態度，也是無足怪的，因爲一般信仰宗教的人都是抱這種態度。甚至那些因爲小時對於性無知的父母，在被迫着不得不指教兒女的時候，也是畏縮懼怕。所以結果到處都是受痛苦的人，而幫助的人沒有。人人還是保持着沉默和自覺爲難的態度。至於對於性公開自由談論的地方，反而弄的情形更壞，就是祇談一些汗穢邪淫的故事。而能在一種健全適中光明正大的基督教的空氣中公開自由談論性的，覺非常之少；因爲基督教本來是應當接受任何科學的幫助（新的心理學也包括在內），而認定凡是上帝所創造的東西並沒有什麼鄙俗或不清潔的地方。

這本書有一個假定的目標，這目標就是要解答每一個男子或女子通常所有的關於性的一切問題。解答的方法，是以精確的科學，加上合乎實際的宗教，就是我從前所創造的一個笨的名詞：心理宗教治療法。我的目的是要使宗教幫助一般男女勝過種種關於性的不調和和錯誤的處理，而同時用心理的解說，以及一般男女如何得到解救的種種實例，來增加解救的力量。我很坦白的舉出關於性的種種事實，以及達到性的控制所不可少的途徑。我曉得這個問題是少不得要踏入生理的領域的，所以我要感謝那些與我合作的醫界朋友。不過我特別感謝格理斯醫師（Dr. Marion Greaves），因為她不僅把全稿子看完，提出許多有價值的意見，而且允我之請，寫了一些我用在本書之內關於性的生理方面的材料。此外，我還要感謝的有：Dr. J. R. Rees, Rev. Dr. Herbert Gray, Rev. Dr. W. F. Lofthouse, Dr. Raynor Johnson, Rev. Harold Roberts 和我的書記 Miss E. M. Bailey。

但是歡迎醫界的幫忙，我們並沒有忘却性衝動乃是一種本能，其表現乃是屬於心理的。不過我還可以進一步說，性乃是一種精神上的東西。性的主要根據地並不是在醫學裏或外科裏。不過同時性有一部分是藉着肉體的官能而表現出來的，而節制生育等必須有賴於醫生的剖解知識和手術等，所以寫這本書時，如果不請醫生來幫忙，就不能完備了。

如有人覺得太重要，本書篇幅有限，不足包括一切，或是非作者能力之所及；那麼，他就可以另參考別的書。有些附錄在別的書裏面的參考書目，每每不大合用。這些書目或是太長，讀者不知買什麼好，所以結

果一本也不買，或是書目上沒有標明價目和出版者，以致讀者懶得去檢查來買。至於本書裏面所提到的一切參考書，都是小本頭的，容易買的；而內容也確切的。這些書並不是隨便提出的，而是好幾個人曾經讀過，覺得是值得介紹與讀者的。我也想提醒讀者一句：除了為明瞭自己的問題，或是指教別人所必須讀的書之外，也無須再多讀了。我想這種提醒，讀者不會見怪的。

作者寫這本書，固然是經過許多詳細的思考，而覺得很自信的見解。但總覺得這是一個內容很複雜的題目，恐怕有別人也站在基督教的立場的，難免不與作者有許多不同意的地方。所以讀者諸君不要以為出版者和協助作者寫這本書的人，對於這書裏面的見解是完全贊同的。

作者寫此書時，從各名著得到不少的幫助，不過也無須一一列舉出來。

這書裏所舉的例子，是以最能說明某結論為選擇的標準。這些例子也證明一般人（特別是基督徒）是怎樣急切的需要性的指導。他們因着觀念錯誤了，便沒有去請求牧師，或心理家，醫師的指教。我有一個朋友是一個著名的心理治療專家；他告訴我那些對於性受壓迫的，大都是教會的人。本書裏所舉的例子，除事實未更改之外，都未指出真姓名來，以免有礙於當事人。又本書裏的材料，有許多是從前演講過的，所以有許多地方還是保留着演講的語氣。

作者希望本書能幫助凡有此種需要的人，並希望凡是對於性方面在黑暗摸索的人，能藉此作為一種燈光；凡自己的本能和衝動發生種種衝突，以致疲勞痛苦的，也可得着指導，達到平安之路。

魏善海

目次

格氏序言

李氏序言

作者序言

第一章

沉默和無知的錯誤

(1)

第二章

成年男女所應知道的是什麼？

(15)

第三章

男女之愛與性的誘惑

(21)

第四章

對於婚姻所應抱的態度

(28)

第五章

不快樂的婚姻

(41)

第六章

節制生育問題

(54)

第七章

給獨身主義者

(62)

第八章

變態的性生活

(73)

第九章

性與社會.....(105)

附錄一

幾件心理的事實.....(132)

附錄二

快樂婚姻的性的條件.....(142)

第一章 沉默和無知的錯誤

有許多很好的人把性的問題差不多認為是不清潔的，這實在是一件不幸的事。我覺得這一方面是因爲自古人類便禁止談論這個問題，一方面是因爲我們的文化對於性的本能的抑制比其他任何本能都要厲害些。如果我們能大膽的對付這個問題，打破圍困一般人的懼怕，疑惑以及不清潔種種心理，則可說是對於人類的一個大貢獻。實際上講起來，關於性的事實本身，並沒有什麼污穢的地方，正如關於生物的事實沒有污穢的地方一樣。

幫助人勝過試探，大膽應付人生，並在人生的各方面看出上帝所蘊藏的眞義；這乃是基督教會很重要的一部分工作。現代青年在道德上的誘惑，至少有百分之八十是性的方面。許多小說，戲劇，以及某一類的書，都是充滿了性的題材；或是更正確些說，充滿了性的誤解以及肉慾的誘惑，然而教會因着一種錯誤的謹慎，却沉默無言。我們祇宣講一些神學上的道理和聖經上的思想，而不把它們和一般人亟需實際幫助的個人道德問題連貫起來，那實在是不對的。如何達到清潔的生活，並勝過那些根源於性慾而可左右人格的誘惑，恐怕是任何人在某一個時期所難免遇到的問題。當威爾斯先生 (Mr. H. G. Wells) 在看不見的君王上帝一書中否認三位一體的道理時，整個的教會都起來反對他，但是相信或不相信三位一