

指導全國的主婦以科學方法治家使
之與歐美各國的科學家庭並駕齊趨

儲沅 著

怎樣做現代主婦

縱橫出版社·東方書店發行

第一章 家庭的機構與價值

主婦佔家庭中重要的地位。她控制家庭的政務，支配家庭的命運，鞏固家庭的基礎，發展家庭的前途，她完全與家庭相始終。假使沒有家庭，便無所謂主婦。或家庭雖存在，但家庭的機構不足以促進人羣的進化，而絕無存在的價值，那末對於「主婦」便無討論的必要。所以我們在討論「怎樣做現代主婦」這一問題之前，必先研究家庭的機構，是否與人羣進化有關，以及有無存在的價值。此先決問題解決之後，討論「怎樣做現代主婦」的一問題，纔發生意義。

一 家庭機構在自然科學上的見解

生物有兩大特性，一是「個體保存」，一是「種族保存」。任何生物，無不好生惡死，「朝露湮至，握手何言！」這種生離死別的悲慘情緒，不獨人類爲然，任何有生之物，都是這樣。庖牲、釜魚、臨死一刹那間所呈的慘象，無不觸目傷心。這可以證明「個體保存」爲生物一大特性。但世間無歷劫不敝之物，生物到了一定壽命，終歸於絕滅。生物爲彌此缺憾，在身體細胞中，別具一種「生殖細胞」。母體雖衰老以至絕滅，而「生殖細胞」仍舊發育爲新個體，以繁衍其種族。植物的孢子、種子，動物的胎生、卵生，都是「種族保存」的方術，也就是「個體保存」的續命湯。所以種族

保存，實在就是個體保存。孟子說：「食、色、性也。」「食」即「個性保存」，「色」即「種族保存」，都是生物的天性，人類當然不能例外。

歷觀生物繁殖情況，物種愈低下，所產的幼體愈多。蠅類產生的幼蟲糞蛆，滿坑滿谷；魚類腹中的卵子，數以萬計。如果完全都能發育成長，在蠅類，蛆化為蠅，蠅又生蛆，無須多少時日，地球表面，將盡為蠅類世界；其他生物，將無瞧類。在魚類，卵化為魚，魚又生卵，無須傳遞數代，已非世界各洋、各河、湖、溪、沼所能容。就因此等下等生物，親體養護幼體的能力很薄弱，能得發育成長的，極佔很少數。所以牠們生產額雖大，生產率雖速，僅得勉強種族的綿延，而不能獨霸世界。反之，物種愈高，則親體養護其子女的能力愈厚。高等哺乳動物，年產一次，一產數子。幼體的生產額和生產率雖低，仍能維持種族的綿延；且較之下等動物，更有保障。至於猿猴類，保育幼體的方術，有家庭組織，所以極周且密，到人類而登峯造極。所以人類雖數年始產一子，一生僅產數子，而仍能繁衍其子孫，獨霸於生物界中。從此可知家庭的機構，是最進化的「種族保存」的方術。

人類自社會生活日趨複雜，家庭的根本效能，反不為人注意。家庭效能，除「種族保存」以外，又發生經濟的、政治的、宗教的等等效能，而此等後來發生的種種效能，反畸形發展，以致掩蔽根本的效能。那些侈談社會問題的改革家，所見僅家庭後發效能的畸形發展，以及畸形發展後的流弊，高唱廢除家庭兒童公育的論調。他們以謂男女的婚姻，是買賣關係的一種形式，是一種經濟契約。家庭的權力，完全操於能從事生產的男子手裏，因此為妻子的——主婦——禁閉在

家庭中，畢生操育兒、烹飪諸苦役，永無自由平等之日。欲解除這種桎梏，惟有使婦女從家庭中解放出來，與男子同事生產勞動，同樣握有經濟權，而將一切家事，委託專門從事此業的人，如公共食堂、洗衣所等，即家庭中最重要的任務，保育子女，亦由社會擔任，如日間託兒所（Day-nursery）巡行保姆（Visiting nurse）等。家庭既卸除保育子女的責任，家庭的根本就發生了動搖。

兒童公育，是否與種族保存，沒有衝突，我們不能不細加研究。不然，其流毒足以絕滅人類！

兒童公育之說，不倡自近代的社會主義者，和女權主義者。希臘哲學家柏拉圖，在所著的理想國的第五章中，也說健全的嬰孩，應該一律送歸國立的保育院，由專門的保姆，哺乳保育。爲父母的，不應以不能自有其兒女爲遺憾，應該對於同時期內所產生的嬰兒，一視同仁，抱「天下爲公」的思想。在近代的社會主義者，和女權主義者，以爲嬰兒養育，託於具有專門知識技能的保姆和教師之手，當然要勝於無專門知識技能的父母。嬰兒教養委諸社會的教養機關，自然可以混除階級觀念，養成團體精神。此等論調，對於社會關係，政治關係，雖不無有其見地，但是他們都忘却自己是最進化的生物，以及未曾顧及怎樣使人類再行向進化途中邁進！

現在科學雖然進步，然教養子女尚不能盡委之專家——保姆、教師——之手。我們先從母乳榮養，及人工榮養，兩方面作一科學上的比較。

人乳，最適於人類嬰兒精神肉體的發育。婦女在妊娠期中，乳房即著明發育，作產後分泌乳汁的準備，以供乳兒最適當、最安全的榮養品。無異造物對於產母，委託以哺乳義務的表示。所以

產婦對於哺乳一事，不可輕易放棄，即萬不得已而僱用乳媼，尚須顧慮乳媼的身體是否健康，有無惡性傳染病，乳汁的分泌量是否與小兒的哺乳量相近，處處都沒有產母自乳的妥適。如果兒童公有，當然須以人工榮養代天然榮養，流弊更大。

應用於人工榮養的各種獸乳，其成分（質和量）均與人乳不同，茲列表比較如下：

	蛋 白	脂 肪	糖 類	鹽 類	熱量每一 磅中所含 熱量的單位
人 乳	10.2	40.7	70.3	2.1	700
牛 乳	35.0	35.0	45.0	7.1	650
羊 乳	37.0	43.0	36.0	8.0	686
驢 乳	22.0	12.0	60.0	5.0	479

表中，構造身體原素（蛋白及鹽類）的含量，動物乳均遠過於人乳。這是因為哺乳動物的演進程度既不同，其發育遲速生理特性亦即不同。所需要的營養物質，自然不能一律。幼體發育愈速，所需構造身體的原素愈多；反之，母體所泌的乳汁，其構造身體的原素，自可較少。如家兔發育最速，乳兔在產後六日中，即增加初生體重的一倍。乳牛發育較遲，在產後六星期中，方能增加初生體量的一倍。至於人乳嬰兒，須經六個月後，僅增加初生體重的一倍。所以家兔乳中，含構造身體的原素最多（蛋白質約 10.4%，鹽類約 2.5%）。牛乳次之（蛋白質約 3.5%，鹽類約

0.7%)，人乳最少(蛋白質約1.0%，鹽類約0.2%)。我們常識上也知道，兔乳適於哺兔，牛乳適於哺牛，人乳適於哺人，本不待食物化學家的分析，纔有此概念。人類惟有此適當而又安全的乳汁，所以經物競天擇，而爲萬靈之長，並非偶然的事。

說者又謂：獸乳的成分，雖未盡脗合人乳，然可用適當方法，加以配製，不難與人乳成分相近。如近代逐利商人所宣傳的乳製品，代乳粉、牛乳添加劑(添加於牛乳中，則與人乳成分相似)這樣便無害於兒童公育。然食品化學家與生理學家，如裴特忒、蒲格、海烈勃頓等 (Pieter, G. Von Bunge, Halliburton) 都以爲人乳和獸乳成分不同，不僅是量的，而且是質的。如牛乳中的蛋白質脂肪，均和人乳不同種。牛乳的脂肪中，含揮發性脂肪酸，約較人乳多十倍。牠的乾酪素，亦較人乳富含磷質。因凝乳素而生成的乳塊，牛乳亦較人乳爲大。至於溶解性蛋白質，則獸乳遠不及人乳之多，所以乳兒哺以人乳，則易於消化，若哺以獸乳，常爲嬰兒的消化力，及抵抗力所不能勝任。而且人體中，各種特有的免疫體，及發酵素，僅可在人乳中攝取之。以上僅就肉體方面而言，至於精神方面，據生理化學家蒲格 (G. Von Bunge) 說：人乳中含有特殊的卵黃素 (Lecithin bodies 或稱卵磷脂體)，與人類大腦的發達，有密切關係。所以產母自乳的兒童，常較人工榮養的兒童，其智力較爲發達。若此則人乳更爲獸乳所望塵莫及。

人乳被嬰兒所吸食，不特易於消化，且嬰兒直接吸自乳房，乳汁絕對新鮮，無變敗參雜的危險。乳溫與體溫一致，無須調節冷熱。人工榮養，則獸體或有足以傳染人體的疾病(如牛結核病

等）且採乳之際，經手榨取，榨取後須盛以器皿，處處有混入病菌的機會。自榨取以至飲用，必經相當時間，更有變敗的危險。所以據鮑葛氏的統計，人工榮養兒的死亡率，常高於天然榮養兒。一萬小兒中，其死亡人數如次：

乳兒月齡	天然榮養兒死亡數	人工榮養兒死亡數
未滿一月	210	1120
一 月	74	588
二 月	46	497
三 月	37	465
四 月	26	370
五 月	26	311
六 月	26	270
七 月	24	241
八 月	20	213
九 月	30	191
十 月	31	168
十 一 月	39	147

上表中，人工榮養兒的死亡率，超過天然榮養兒的死亡率極大，至堪警惕！嬰兒愈幼，其死亡率愈大。大概因此時嬰兒的消化力及抵抗力很弱，不能勝任不適當的榮養品，及病毒的侵襲。月齡漸高，消化力及抵抗漸強，勉能為相當的抗禦。如果嬰兒在生產後，即送由社會公育，其危害何堪設想。

至於人工榮養兒，究竟以什麼疾病死的為最多？英國醫官霍華士（Howarth）曾經統計八千三百四十三個嬰兒，查考死亡與榮養的關係，其記錄表列如次：

死亡的原因	母乳榮養兒 死亡的千分比	人工榮養兒 死亡的千分比
枝氣管炎及肺炎	14.4 %	26.5 %
腹瀉及傳染性腸炎	8.6 %	51.7 %
胃炎及腸胃炎	1.4 %	6.2 %
消瘦	5.5 %	19.7 %
生機退化與乏力	7.1 %	19.7 %
腸系膜結核症	1.2 %	6.8 %
各種腹部結核症	0.6 %	3.7 %
其他結核症	1.8 %	3.1 %
驚風	15.0 %	25.9 %

上表人工榮養兒的死亡率，遠過於母乳榮養兒的死亡率，與鮑葛氏的統計相一致。其中最可注意的，因腹瀉及傳染性腸炎致死的母親榮養兒，僅千分之八·六，而人工榮養兒多至千分之五一·七，為各種疾病死亡率最高的一種。足徵代乳物品，無論怎樣加以人工改良，當遠不如乳母的適當安全。而因須經繁複的配製操作，給病菌以可襲之機，不能使嬰兒自乳房中直接哺食以致遺禍嬰兒，天其天年。

以上所述，僅係母乳榮養的優點之屬於嬰兒方面者。至於產母方面，亦有其不可磨滅的優點，產母自乳，因嬰兒吸乳動作的刺激，能增強子宮的收縮，使下腹臟器迅速恢復正常狀態，而防止產後出血過量，及遺留白帶、子宮轉位等病症。且產母自乳，可以防止下次受孕過早，不致因生產過密，而使身體早衰。至自乳小兒，可以亢進身體物質的代謝，使身體榮養狀態增良。日見乳兒的逐漸發育，精神上也得無上的安慰。故產母自乳，精神、身體均有裨益。彼嬌養怠惰，厭煩自乳，放浪輕狂，不耐自乳，以及誤信兒童公育之說的婦女，不僅戕賊乳兒，毀滅家庭，破壞種族保存的天

齒	病	1.4 %	4.4 %
腹瀉外之傳染病		5.4 %	13.0 %
其他病症		8.0 %	17.3 %
合計		69.8 %	197.5 %

演公理，即自身亦蒙受其毒。

二 家庭機構在社會科學上的見解

近代社會主義和女權運動者，揭發老弱公養，兒童公育之說，以取得經濟權，為脫離家庭桎梏的手段。柯倫泰女士說：「家庭在過去，雖曾為國家的基礎。但如今已非必要了。不僅非必要而已，在妨礙婦人參加生產工作上，簡直還是有害的。」又養育兒童，以前雖是家庭的任務，今因漸次移歸社會，所以家族成員，也不復是必要的了。」他們的目的，在求兩性的公道，亦即兩性間的正義，本來未可厚非。但他們所取的方法，乃毀滅家庭，我們不可不細加研討。

誠然如柯倫泰女士所說：「勞動婦女，從早到晚，為掃除家庭，洗濯衣衫，補綴舊衣，而用盡全力；又為用稀少的金錢，做合乎口味的食物，而喫盡辛苦。」更須擔負保育，教養子女的責任，把全部時間與精力，完全消耗。但男子對於女子的態度是怎樣的，僅換取無情的冷酷而已。叔本華老實說：「按照婦女的天性說，註定要他處處服從。」又說：「女人唯一是為繁殖人種而存在，天生的意義，只止於此。」尼采的意見，也和叔本華一樣，把女子看做一架簡單的生育器。他說：「女子的一切是個謎，女子的一切，有一個猜法，這叫做養孩子。」又說：「要明白女子是應被男子所統治，這像是預先替男子安排好的東西，因為她是「牀上的玩物」，男子的幸福，說叫「我要」，女子的幸福說叫「他要」。」他甚至說：「你去找女人吧，不要忘記用鞭子。」在這樣冷酷的待

遇中，要求維護公道和正義，誰還說是不應當的。

原來人類除具有「一個體保存」、「種族保存」、「兩生物學的特性」之外，尚有一社會的特性，即維持與發展社會上的一切文物，使繼續增長，而永不陵替。惟人類具此天性，所以能戰勝一切生物，非特不為天演所淘汰，抑且高踞萬靈之長。已往奮鬥的效果，既著有如此成績，以後的發展，更屬漫無止境。此推動社會文物進展的工作，男子固屬此戰場中勇敢有力的鬪士，女子也未稍後讓。特因生理心理的不同，其任務略有不同而已。女子天然適於為新社會分子之產生，以增加社會鬪士的生力軍。生聚教養的責任，雖然男子也應分任其勞。動物界中也有雄性育雛的例。但人類女子，天然富於慈愛的母性，以及生理上體格的差異。惟其男子對於保育的任務，遠不若女子之重，乃得肆其餘力於建設文化，捍衛種族。論理蕃衍種族和捍衛種族，都是發展社會文物的工作，厥效維均，原屬無所軒輊。無如男子所任的工作，對於維持文化之功，是直接的，顯而易著；女子所任的工作，對於維持文化之功，是間接的，晦而難明。假使沒有歷史及社會的眼光，難免不貶抑女子，以致貶抑女子的地位，這是最重大的錯誤，自不待言。但如女權論者，定須由女子取得男子的地位，以從事直接建設文化，而拋棄間接綿長文化之功，甚至毀滅家庭，則又矯枉過正，有拂人類的天性，破壞兩性間分工合作互相協調的功効。文明各國，男子不能逃避兵役，即女子不能放棄家庭的責任。我們要使兩性得到真正的公道與正義，必使兩性各遂個性自由發展。社會問題，家壘利彥說：「新社會，雖是男性支配滅亡了，男性中心喪失了，但也決不致於女性支配再興，女

性中心再現，女性雖是儘量發達。男子當然也有不劣於她的發達。女性中心，是動物界的現象；女性支配，是原始人的現象。在新社會中，男女將因自然的分業，而行真正平等的協作。生殖上，婦人盡了較大的負擔，反之，其他生產事業上，男子當盡較大的責任。」

以前人士，認定婦女僅應盡生育，及和生育有關係的義務，除此以外，絕對不容參與。現在女權論者，主張婦女都可以為男子的事，從而與男子爭一日之長，都屬錯誤的見解，都不能獲得兩性間，真正的公道與正義。要使兩性間實現真正公道與正義，必先泯除男女性別的觀念，而一以個性為標準，務使盡人能發展自己的個性，以推進社會的文化。兩性間，女子大多富於母性，為不可磨滅之事，則蕃衍種族的責任，即由女子多盡其力。然婦女中未能完全都富於母性，歷史上，頗有巾幗而具鬚眉風度的女子。此等女子即應任其擔任社會生產事業，或文化工作，絕對不能加以抑制。反之，富於母性的女子，不能一例驅入社會，使擔任生產事業，或文化工作，有背其個性。如現在女權論者，視女子都盡乏母性，未免過當。且女子的天性，富於母性的，及具母性而較平庸的，佔最大多數，而母性薄弱的，究屬少數。不能以少數人的見解，以破壞社會的自然分業。至於男子，富於母性的，固屬少數，然具母性而較平庸的，也頗有其人。那末維護家庭，蕃衍種族，男子亦不可不盡其能盡之責。社會主義家，斯維脫洛夫說：「現在社會主義的新家庭裏，做父親的和做母親的，同樣有權利，參加社會生產的勞動，共同享受社會的和文化的的生活。並且應該以同樣的程度來照顧小孩，並教育小孩。」又說：「良善的社會成員，除從事生產事業外，要有一部分時間來作

文化休息處理家庭教育孩子……」總之要爭取兩性間的正義與公道，女子不能捨棄其家庭的責任，男子也應負起同樣的責任，方得人類天性的自然。

柯倫泰主張社會主義下的家庭，一定要消滅；而對於孩子的照顧，一定要完全交託給國家。斯維脫洛夫直斥爲有害的理論，無異替不願照顧孩子的父母作辯護。斯氏以爲社會的成員，固不應如昔日母親對於一己的孩子，所有狹隘的愛，對於祖國許多孩子，都應該有愛心，如柯氏所云。但這並不是說父母對於孩子的愛護是要不得的。雖然國家對於幼小國民的照顧和教育，竭力設身處地的去設法，而父母對於自己孩子的照顧和教育，仍不能置身事外。父母因照顧和教育自己孩子，所得的欣慰，任何人不能去剝奪他們的。

父母對於自己孩子的照顧和教育，不僅如斯氏所說，任何人不能去剝奪他們的權利。就是爲後代文化繼承人的健全着想，也不容忽視。美國賀瑪斯氏 (S. J. Holmes)，依據美國政府的女工與童工報告，統計父母存亡狀態與子女犯罪行爲的關係，其所得數字如次：

少男 犯罪 者百 分數	父母狀況		父母俱存	半 孤	雙親或其一不同 居或棄家出走	繼父或母
	工作	無工作				
合計	五七·五	六一·一	二五·二	二四·三	一一·〇	九·三
					八·二	七·五
					九·七	八·五

表中，以父母俱存的爲常態，否則爲變態。常態和變態，其子女犯罪人數的比率，如四五・八比五四・二。常態的犯人數，少於變態，其相差似不甚懸殊。但任何區域，統計其戶口，常態的戶數，常數倍於變態，故實際上，子女因缺乏父母誘掖教訓之益，而趨於墮落的，實遠過於表中所示的數字。故社會成員，若放棄其教養子女的責任，則以後社會的文明進化，實受重大的斷傷，可不警惕！

美國犯罪學家維廉氏(J. H. Williams)，更倡「家庭定級法」，以統計青年犯罪者的家庭環境。維氏分析家庭環境爲家用必需品，事物整潔，家庭大小，父母狀況，父母教導等五項。依其優劣各分爲五級，最優級得五分，依次遞減一分，至最劣級僅得一分。若有特殊情形，則特優的得六分，特劣的得〇分。合計五項的分數，即這個家庭的總分。教育家推孟氏(L. M. Terman)根據以上標準，統計天才兒童，一般兒童，以及犯罪兒童的家庭總分，而平均比較之，其所得數字如

常變比較	男女平均	少女犯罪者百分數		
		合計	無工作	工作
四五・八	四五・八	三四・二	三七・七	三二・二
		二七・九	二六・五	二八・八
五四・二	二六・一	二四・三	一八・六	二七・三
		一七・〇	一七・二	一一・七
	一一・一	一三・六		

次：

表中天才兒童的家庭所得總分最多，一般兒童的家庭次之，犯罪兒童的家庭最劣。足見家庭環境與兒童身心的關係，至為重要。其尤應注意者，家庭屋宇的廣窄，器物的完備與整潔，其影響於兒童者尙小。大致都在中等以上，差別尙少。至於父母本身的品格才能，及訓教之是否合乎義方，關係至為重大。一般兒童的父母狀況，已不如天才兒童的父母，犯罪兒童的父母，更居中等以下。其尤為顯著的，天才兒童的父母，其教導列優等與最優等之間；一般兒童的父母，則列中等與優等之間；犯罪兒童的父母，竟盡在劣等以下。我國古訓說：『蒙以養正聖功也。』而教導童蒙，父母之功為多。家庭的機構，怎樣可以遏過激的偏見，而予以摧毀呢！

家庭環境	一般兒童（五〇家）	犯罪兒童（一二〇家）	天才兒童（二八八家）
家用必需品	四・一八	二・九三	四・六三
事物整潔	四・二〇	三・三九	四・五四
家庭大小	四・四八	三・一一	四・五五
父母狀況	四・二二	二・六四	四・六四
父母教導	三・七〇	一・八四	四・六〇
總分	二〇・七八	一三・九一	二二・九四

家庭的基礎，不但建築在子女的教養上，更建築於家庭主體——夫婦——的結合上。在西方宗教社會時代，認婚姻由天而成，不能因人而毀。在我國宗法社會時代，男子雖可以出妻，女子卻不可提出離婚，否則就要加上「背夫潛逃」的臭名。這樣雖能以專制的力量，維持家庭的結合，但由現代眼光看來，婚姻絕對是人事，決非由天而成；既是人事，由人而成，自不妨由人而毀。至於我國婚姻的解散權，完全操之於男子之手，在婦女們，即使對方生理、心理上患有重大的缺憾，或忍受對方苛酷的待遇，也不能提出婚姻的異議。就是年青早寡，也定須遵守「從一而終」的古訓。此等兩性間不公平、非正義的禮法，自應在毀棄之列。但若變本加厲，對於夫妻的結合，抱輕率的態度，任意離合，不特有礙於善良家庭的團結，且為後代國民蕃衍的障礙。英國優生學家薩利白（C. W. Saleeby）說：「一種婚姻形式，而不能保其子息的蕃衍，則此種婚姻的形式，亦必不能自保！」

俄國自大革命後，人民思想驟然解放，婚姻的結合，不免有出於輕率的態度。蘇聯社會主義共和國聯盟保健人民委員會所隸屬的中央保健婦孺研究院，根據數百起離婚、瞻養費案件，及調查兩千個金屬工人的家庭，統計的結果，僅經過一個多月的認識，即貿然結婚的，竟佔百分之二十以上。據當時報紙上的新聞，在高爾基省奧斯古拉亦夫斯基區裏的一位集體農場的姑娘，早上同一位在假期裏至高爾基教育學院的研究生尼其廷認識了，當天的晚上，就同他結婚。又有在傑道夫斯基廠中，某青年女子，從剛剛在舉行婚姻登記的人事登記所中出來，同丈夫吵了

嘴，立時又趕回人事登記所去取消登記。又有一年青的母親到人事登記所去登記新生的孩子，不但不知道孩子的父親的姓，甚至他的名字都不知道。（見斯維脫洛夫著社會和家庭）婚姻的結合，完全建築在相互的愛情的基礎上。而欲求愛情的鞏固，必須有長時間的認識，方能彼此瞭解對方的個性、興趣、與意向。這樣無耐性的冒昧行為的結合，既易乖離，亦易致使家庭關係崩潰，而影響及民族的將來。蘇聯人民委員會深見及此，所以在一九三六年六月二十七日，公布命令，離婚須由夫婦雙方都到場，並增加離婚費，第一次須納五十盧布，第二次遞增為一百五十盧布，第三次以上則須納三百盧布。此項法令，無非使當事人不能猝然離開家庭，雙方對於離婚，須採取更鄭重的態度。即在結合之始，不可過於輕率。並規定離婚主動人應從工資中提出一定數額，以作孩子的教養費。使父母知道，有教養子女的責任，無可旁貸。如拒付教育費，並規定處以兩年徒刑，以示取締。

近來修談「戀愛」的人們，以為「戀愛至上」。婚姻的離合，須全以愛情為依歸。一旦愛弛，不妨棄如敝屣，另覓所歡。而又不慎之於始，遂致凶終隙末。愛倫凱說：「人不能預約永久的戀愛，就和不能預期長壽是一樣的。」照愛氏的意見，「見異思遷」，「朝秦暮楚」，是兩性結合中當然的事。流毒所至，有所謂「一杯水」的理論。以為婚姻的結合，好像喝一杯水般的這樣隨便。俄國社會革命家伊里奇嚴正駁斥這種對性生活方式的歪曲理解。他說：「我以為有名的『一杯水』理論，簡直是反社會的理論……豈有一個正常的人，在神智清明之時，願從自躁的泥窪中