

第一篇 性冷淡

第一章 女人性冷淡的本质、 现象及各种原因

第一节 性冷淡的本质和现象

男女之间真诚相爱、并最终使肉体合二为一，这种情感的产生和发展是基于感官的吸引和对于对方的精神和道德品质的尊重。双方感情的共鸣可以首先由任何一方的所谓“精神”品质引发，也可以是由一种微妙的肉体的魅力引发。首先，情爱是所有美满婚姻中心灵结合的结果。如果真诚相爱能随着最初的感官吸引而至，大多数已婚人都会在婚姻中找到幸福。

究竟爱情应该首先产生于精神还是感官是一个人们经常探讨的问题。性爱是男女性别差异的必然结果，视觉和听觉的吸引，在两性中都是强有力的。而更原始、更有力和遍布全身的是触觉。这种触摸的本能是动物中最古老的，并在人类性爱选择中起着举足轻重的作用，触摸被贝恩称作是“情感的全部内容”。这种触摸和爱抚的冲动表现在父母对孩子的爱中，也表现在孩子对

父母的爱中。象接吻和握手这样的致意也是出自想表达温柔感情的需要。男女肉体的结合是生物学观念上最高级的亲密形式。

这种行为可以标志两性之间一切美好的爱情，也可以标志双方的堕落，这种差别几乎无须描述。每个人都知道满足这种人类迫切的本能可以是符合高尚的社会习俗和行为的，也可以是不负责任、罪恶的放纵。总之，两性的肉体结合可以使感情发展得更激励人、更深厚，并使这种温柔的感情从家庭辐射到社会；同时它也可以是对个人、对子女和社会的一种破坏力。

两性之间的爱情必然隐含着性欲，这可以被视为是一种必然是生理和心理上的一种真实。但这并不意味着如果没有清楚意识到的性爱，男女之间的友谊就不会存在。我们现在讨论的是在婚姻生活中寻求归宿的爱情和这种爱的冲动的主要支柱：对婚姻生活中肉体交合的渴望，即满足那个迫切的触摸本能的渴望。没有这种渴望，婚姻生活只在极个别的夫妻之间提供相依为伴的温暖和对相互的观点、理想的理解和同情。但这理解与同情只有在双方同意这种替代婚姻的同居形式下才会产生，并且在这种夫妻之间，性生活不正常或是丧失是不言而喻的。

生理结构正常的男人或女人与一个性冷淡的配偶结婚，其结合几乎总是不幸福，或者是悲剧。这种结合的影响在很多的家庭里不仅是那些搭配不当的夫妻才感觉得到，而且他们的子孙也感觉得到。没有爱，不情愿的性交带来的不受欢迎的孩子从摇篮时代就处于不利的条件下；他至多是诞生于一种父母双方互相忍耐的气氛之中，或者是最坏的情况：出生于一种家庭分裂、争吵不断、父母都对生活和爱情很失望的气氛中。母亲性冷淡的孩子很早就有感情和神经紊乱的迹象。感情冷淡的孩子可能逃脱在家庭不和睦气氛里成长的种种危险，但是敏感、脆弱的孩子无疑是要受危害的。

性冷淡的妻子无意之中影响了她的孩子和周围的人，她常常

对婚姻、对丈夫、甚至是对孩子感到失望。他们的儿子们青春时期经常会对婚姻生活有许多玩世不恭的想法，他们不相信女人。他们常耽于肉欲，却在思想上是痛恨女性的。这些年轻人总是宣称他们要“三思”之后再进入那片真正追求的危险境地。

性冷淡的女人常常是刻苦而又拘谨古板的，她会嘲笑或鄙视浪漫爱情和“此类胡言”。她对于异性的态度是轻蔑加厌恶，这种蔑视和厌恶不是含沙射影地表达，就是直接了当地宣告。她的拘谨古板由于不愉快的婚姻体验更加严重，这表现在她不愿意给她的孩子们传授关于性方面的知识。她公开宣布是爱“贞洁”的人，但她不想办法教导孩子了解性生活，她自己也坚决拒绝了解。

性冷淡的母亲对女儿的影响比对儿子的影响更明显。女性性冷淡经常出现在一个家庭中的几个人身上，许多性冷淡母亲的女儿一生是独身。她们在学龄时代或者更早就接受了母亲的偏见，心中带着对男人的冷漠成长起来。她们常常对爱情感到失望，假如与人成婚的话，她们会变得刻薄，成为悍妇。

性冷淡的女人常常是改良组织、妇女解放运动、纯化运动和禁止犯罪组织的积极支持者。她参与社会改良，但感情和精神却都不适合做这项工作，对于生活的基本事实不理解，有着更多的热情而不是知识。她试图重建社会和个人的道德，但带来的却是更多的破坏。

作为教师，性冷淡者对于她的学生尚未成熟的心灵有着相当大的影响，她几乎从不费心去调查她对男人的指责是否公正，却公然偏向她教育的那些人。她的拘谨古板常被她能够影响的女孩模仿。

对于正常满足性本能行为的抑制之普遍性只能由有体验的调查者和医生来计算。西方国家一些此问题的女研究者倾向于认为性冷淡者比例很高，而另一些则表明 25—30% 的人有这种不正常

情况。许多年前利奥波德·拉库尔在一本名为《完整的人性》的书
中表明，大部分男人不怀疑女性性冷淡，并且认为在女人中有“一
片永久性寒冷地带”。根据这个观点，很少有女人是性欲健全的。
意大利生理学家隆布罗索也表示过这种观点，他说作为女人母性
是“一种强烈的正常的感情”，但“爱很微弱，只有当它达到
病态的程度才强烈起来。”

那种认为女人有强烈的性欲是病态或是例外现象的观点已由
性心理学家陈述过了，然而这一观点的证据却极不令人信服。从
最初的时候就有人说女人的爱比男人的更热烈；一些现代的调查
者证实性欲在正常男女身上是同样强烈的，尽管两性表现欲望的
方式有所区别。在许多非科学性的著作和欧洲大陆、英国小说中
可见到对于女人性冷淡的信笔描写。左拉在《土地》之中表现了这
个问题；在英国，这一现象在汤姆斯·哈代的小说《无名裘德》，
在乔治·穆尔的《独身者》和休伯特·威尔士的《维尔利尔斯夫
妇》中都有描写。H.G. 韦尔斯也注意到了女人的这种不正常现
象。

在本文的探讨过程中，我们将引用几个很知名的病理学家、
心理学家、医生和社会作家关于性冷淡症状和后果的观点。

我们相信在西方社会各个层次的文明女人中，精神型性冷淡
是一个极为普遍的失常，生殖器官缺陷引起的性冷淡远比精神型
的少得多。但许多病例是由于各种消化功能和月经紊乱，尤其是
内分泌腺的混乱而造成的。

有经验的观察家不难发现，许多女人有这种不正常现象。当
我们想到女子教育的中心一直是试图删改那些污秽生活中最重要
的事实，或完全忽略它们，我们就不会对性冷淡的普遍和它在肉
体、精神和道德方面引起的严重后果感到震惊了。

大部分了解那些对婚姻失望并希望私通的男人秘密的迷人女
人都说她们的情人常常提到她们妻子的性冷淡，这的确是婚姻不

幸的男人在有了一个男朋友或女朋友的同情时最常抱怨的一点。

“合不来”一词至少十有八九是指夫妻肉体关系不能尽如人意。

必须承认甚至是知识界的男人和女人也使用委婉语言描绘婚姻障碍。这种含糊其辞、回避基本事实和谈论私生活时显而易见的胆怯的原因须归于那根深蒂固、由来已久的性恐惧。因此，有必要把那些显然非真实、半真半假或欺骗与大部分婚姻不幸的实际情况同基本事实相区别。

这种态度在非常多的已婚和未婚女人心中和行为里不是真的，便是想象的。如果模仿这种态度便是非常正派、纯贞、高尚，这是迫于约束女人的性戒律之威严而采取的态度。即使是一位勇敢、很有学问的女人在摆脱许多人们赞赏、遵从并作为正派、高尚行为的标准的过程也要经历一番艰苦的挣扎。她必须进行自我再教育，摒弃幻想和神话，面对现实——那个她少年时代教育使它成为可怕和令人厌恶的世界——承认欲望与她的精神价值标准，她的审美理想以及她传统的伦理或宗教思想相悖逆。因此，许多先天性欲和性能力正常的女人为了保护自己不被怀疑是不正经或淫荡也会极力否认她们有性欲。她们被告诫说爱情中的肉欲是无可否认的瑕疵、缺点或是淫荡，这是“贞节”或“好”女人所不应有的。

英国新心理学的主要人物之一欧内斯特·琼斯博士指出，这种将爱欲只归属男人的观点所造成的影响深远而又恶劣。这种与实际相违的说法被许许多多的妇女尊崇得象宗教信条一样，这便是造成对性欲有强烈敌对情绪，婚姻不和谐，精神病症状和性冷淡的原因。

我们必须对许多妇女所谓对性感觉一无所知的说法大打折扣。真正性冷淡是一种不正常情感，和男性阳痿一样属于病态。这种病症的受害者完全意识到了病症的表现，许多人象神经炎和其他疾病患者一样渴望得到治疗。有一定知识、情感健全并意

到自己不正常的性冷淡妇女是有着严重生理障碍的人，这种障碍在大多数情况下是可以由适当的医疗措施消除的。

非常拘谨古板但性欲强烈的女人为自己装作对婚姻肉体关系很淡漠而感到自豪。她虽说不是真正的性冷淡者，但却有某种程度上的病态。她是道德病人，因为她的精神姿态对自然、对真正的爱情和人性是一种亵渎。如果她是信徒，她的态度便是对她的神的背叛，因为神根据她皈依的宗教的严格信条创设了那条生命之路，而她的态度是与之相反的。

真正性冷淡的人常常能够对异性有着深厚的爱情，她们的嫉妒心很明显，渴望独自占有配偶，在一些人中通常母性本能很强。已经引起人们注意的是性冷淡妇女常常有几个孩子，母性功能和性冷淡之间的关系将在本书其它地方讨论。

性冷淡妇女的最主要的问题是不能尽妻子之职。她不能体验夫妻交合时那种令人销魂的感觉，这种感觉是幸福婚姻真正的秘密和生活最大的动力。这种能力的丧失若发生在一个真正情感丰富的女人身上会带来精神压力，也可能导致精神失常，她痛楚地意识到自己的无能为力并为之感到不知所措。

一般的行医者大都象 W. 丁·鲁滨逊提到的布朗克斯医院和其它诊所的医生一样，他们遇到性冷淡妻子求医时，便会说“她对此事一无所知”。希望摆脱这些造成性欲减退或性冷淡变态心理的妇女很难发现有医生对这一复杂问题进行过长期不懈的研究。尽管我们在医学科学许多方面已有进展，但是性心理学仍被排斥在医学教育课程之外。因此只有少数对性冷淡进行了专门研究的医生可以对患者有所帮助。

求医失败，想成为正常女人的性冷淡妻子可能变得内向，对自己奇怪的不正常现象冥思苦索。尤其是对于一个热心的妇女来说，这种想恢复正常欲望的念头会由于她对丈夫的同情而变得更加迫切。无私的性冷淡者常会因为不能对丈夫的拥抱做出自然而

热烈的反应深感失望。她们意识到一个阳刚气十足、感情热烈的丈夫发现他的妻子在交欢时不能做出反应，该会多么懊丧。对于许多男人来说，这是必须忍受的最大的磨难。真正性冷淡妇女的丈夫是会对他认为的这一骗局思索考虑的：他是已婚人，但却没有配偶。他可以是高尚的利他主义者，这利他主义使处于此种境况的丈夫表现出温柔，骑士般的耐心。另一方面，直到现在大部分与性冷淡妇女结婚的男人则表现出多多少少的憎恶。

这种感情可以指向命运，也可以指向自己的配偶。失望的丈夫会默想他是受骗了，他的妻子不诚实。他经常会疏远妻子，并且他最初的爱情会变成极端的或隐含的仇恨。

许多初入中年或壮年的已婚男人承认他们对妻子的欲望消失了。大多数情况是妻子表现出明显的性冷淡，或是从新婚之夜起就表现得被动和冷淡。在这种情况下依然忠实于妻子的男人是微乎其微的，大部分人是高等妓女的最好主顾，一些人染上了性病。妇女性冷淡常常导致丈夫阳痿。

1898年的《关于人类爱情部分》一书写道“性冷淡不仅是病理学家和病态心理学者的问题，它还是具有严肃社会意义的问题。夫妻一方的性冷淡如此经常地造成婚姻不幸，以致研究这一特异现象是很有必要的”。

第二节 性冷淡的各种原因

对于一些读者来说，似乎用不着一再说明那个生物现象：快乐很大程度上是与食欲和生命再生这两大功能相关，物种的繁衍依赖于这两个功能的健全无恙。但是在文明人群中有一种限制和轻视以上第二种功能的不正常倾向，这种倾向的根源是文明种族抑制，禁止欲望的理想和鄙视、惧怕并为所有感官快乐感到羞愧、罪过的清教徒思想。

适当的禁欲思想是正确的道德准绳，在某些情况下，它保持人的理智和肉欲的平衡与和谐。只有当禁欲精神变得固执、不理智，与人类主要本能相矛盾时才产生危险。

评述这些危险是完全没有必要的，只要指出那种对“肉欲”狂热的压制经常助长了禁欲主义极力要消灭的罪恶就足够了。欧洲历史中不乏那种极端禁欲行为和最严重的性犯罪表现并存的现象。

对人类肉体的不尊重，有意忽视健康，忽视身体的不洁和苦行僧般地拒绝肉体的欲望被推崇为最高形式的纯贞和虔诚。婚姻被列为罪恶，爱情被认为是低下的、威胁灵魂的肉欲。它们是误入歧途、无知而又狂热者的言辞，这些狂热者无意之中亵渎了那个他们自称要崇拜的神明。

男女任何一方的精神性冷淡或是假性冷淡常常是由于对肉体及其本能的错误估价而造成的。错误地利用肉体可能导致多种违反道德和侵害社会的犯罪行为，这一事实不能证明肉体本身是“卑劣”之物。人类天性中的贪婪不能证明人的欲望和行为全是出自贪婪。

精神性冷淡归根结底是一种病态，它必须归于精神病或轻型精神错乱，这缺陷并非美德。我们可以自欺欺人地认为精神病态是一种美德，但自然规律是不容嘲弄的，违抗它的人必定自食苦果。

人类生殖器官的进化对心理发展起着惊人的作用，所有我们视为最高级的活动都是由那些狂热禁欲主义认为是最低下的器官所控制。

工作能力、爱和生殖的能力一样有赖于那些内分泌腺的功能正常：甲状腺、大脑垂体、胸腺、松果腺、卵巢、睾丸、肾上腺和间质细胞，这些都是“荷尔蒙”、肉体 and 精神的激素和动力源。甲状腺疾病不仅伤害人体而且伤害人的精神，或是造成能力的完全丧失。甲状腺功能失常会使人丧失工作或爱的能力。

间质细胞在男性睾丸和女性卵巢中的分泌引发人类最高级的情感，它不仅是感受爱和传递永不熄灭的生命之火的原动力，而且是取得伟大成就的原动力。无论是在道德或是才智方面，天赋极好的妇女很大程度上是和生殖器官有密切关系的器官的分泌物的产物。

甲状腺在青春期增大，体现男女心灵的成熟。这个奇妙的腺体分泌的碘和其它成分与男孩和女孩的血液相融合，便会引起我们见到的青春期肉体和精神上的变化。

心灵的觉醒便是对异性情爱的萌生。我们所说的人之理想、行为、同情、慈善、艺术创造以及社会美德最高级的表现都源于这一情感。

男性体中含有精子的生殖液体使女子子宫中成熟的卵子受孕，这种液体开始是睾丸分泌的。在容纳精液的细管之间是分泌导管或间质细胞——现在被称为间质腺。这些腺体在人的生命中有举足轻重的作用，因为它们产生的激素是形成男性肉体和精神气质的决定因素。

和男子间质细胞一样，女子卵巢分泌的一种液体决定女性肉体和情感气质。从13岁到18岁直至中年，女子卵巢里一直孕含着一个以成熟卵子或卵细胞形式存在着的新生命。在这个时刻，少女开始了从童年进入成年的转变过程，女性特征表现在她对生活的新的看法、精神境界的拓展、情感的深刻、对爱情的兴趣和各种身体的变化。

这种女子精神和肉体全面的成熟是卵巢分泌活动的结果。一些内分泌学者或是内分泌腺学者认为卵巢自然的分泌是形成女子的热心和多情气质的首要因素，不正常的分泌导致性冷淡。

对于这个腺体的巨大影响，进行过复壮实验的生理学家认为是毫无疑问的。诺曼·海尔博士指出，给一位老妇移植一个卵巢会产生不寻常的效果。“如果一个卵巢从一位年轻女子身上移植

到一位老妇人身上，卵巢会停止排卵，但会继续分泌激素在它新主人的血液里循环，极大地改善其精神、肉体和性本能的健康状况，并且刺激卵巢恢复它两个功能的活动。年老的女子会变得更加有活力，重新有了性欲，并对男性有了新的魅力。在绝育很久之后又一次能够怀孕并生产后代。”

大量关于卵巢健康活动的重要意义的证据可引导研究人员进入这个重要的学科。男女性器官分泌决定性格并影响个人命运，这已是人们确信无疑的事实。

卵巢功能衰退如果不是女子功能型性冷淡的主要原因，也是其原因之一。这种衰退可以是遗传或先天的，或者是由疾病引起的。内分泌科学依然很年轻，很难确定保证卵巢功能健康正常的规律。然而，研究者们认为含有所有基本维生素物质的饮食会保持人体内分泌的平衡。

甲状腺的功能衰退，不能分泌保证健康的少量碘，性机能对此做出的反应是显而易见的。碘存在于天然状态的盐中，不是存在于普通的效用全失的食盐里。内分泌腺之间的关系已被揭示出来：健康依赖于所有这些器官的正常与平衡。

女性特别需要甲状腺分泌来确保身体的成长和化学反应，确保智力发展，皮肤活动，头发的生长，消化和对疾病的抵抗能力。甲状腺分泌对女性生殖器官的成熟有着特殊的重要性，它还是女子怀孕期间的激素。据有些人认为麦胚里和豆类、莴苣里少量的维生素E对妇女不孕有疗效。由此可见，精心挑选的饮食对促进卵巢功能有着至今尚未被意识到的效力。熟食，尤其是罐头食品大都缺乏维生素。伦纳德·威廉斯博士和其它人的观点是：烹调是许多人类疾病的原因。任何对一些器官有益的健康饮食和普通健康方法都可以说对整个身体的组织皆有益。因此，如果整个身体是健康的，内分泌腺也会正常活动的。

人们已经注意到头发茂密的人几乎从不会对情爱麻木不仁。

一个功能正常的甲状腺不仅促进头发生长，而且作用于生殖器官。我们因此可以说小说家们在描述他们感情热烈的女主角茂密的青丝时发现了一个毋庸置疑的科学真理。

在没有明显的内分泌失调情况下的性冷淡只能归就于精神原因。生理、器官或是功能原因种类繁多，这些只是那些在过去注意这个学科的为数不多的医生发现的原因。

外表、智力和感情具有男性气质的女子没有性欲是非常常见的，这些半女性的女子很多是性欲颠倒者，只能对和她们同性的人产生热烈的爱情。毫无疑问，相当多的所谓“性冷淡”女子是同性恋者。她们对男子没有吸引力，尽管她们可以在除了爱情之外的任何方面成为异性的好朋友。性欲颠倒的女性比男性多，在男女之中此种病例的比例为2%。

女子生殖系统功能紊乱造成的婚姻中性冷淡远比生理缺陷或器官缺少造成的要多。子宫下垂是已婚或未婚妇女的常见病，任何子宫炎症都会引发对性交的反感。泰特观察到很年幼的孩子子宫脱落，或是子宫下垂到阴道。他表示子宫突出在“我们病人中是非常常见的”。无疑许多已婚女子不知道她们这种身体不舒服或痛苦的原因所在，并且婚姻生活会加重她们的不适或痛苦。

月经不调或闭经可能导致性冷淡，引起不调的原因是多种多样的，正常的闭经表示已怀孕，但也可能是内部肿瘤所致。

在绝经期或生活发生变化时，月经便会停止或变得不规律、稀少。然而据一些观察家认为未成熟的卵泡会一直被排出，直到生命结束。女子的这些卵泡在绝经期之前一直包含有卵细胞或是女性生命胚芽。

有些妇女虽然没有月经迹象，仍然可以怀孕生产。闭经经常可以在婚后不治自愈，尽管可能不会怀孕。其它月经不调也可以由婚姻生活治愈。无疑这种健康而又规律的月经活动对女子的心里有着良好的作用，而闭经、痛经和月经过多会导致性冷淡。

称为“自泄”的手淫行为在未婚女子中非常普遍，长期手淫可能导致正常性交时的性冷淡。这种通常称作手淫行为的习惯有可能使婚姻交合时的美好感觉变得迟钝，并且经常是手淫比正常的满足更受欢迎。

大部分女性手淫者刺激阴蒂：位于阴道口上方的一个小器官。阴道只是在婚姻生活后才适应性交，这种适应包括女子对肉体表达性欲的态度相当大的改变和修正。弗洛伊德认为许多婚姻不幸是因为女子不能从生理上使自己适应这个从未体验的情况。丈夫开始的动作可能是笨拙或粗鲁的，我们后面可以看到这经常导致妻子们性冷淡。

我们这里只探讨手淫对婚姻交合的影响。一些研究者认为手淫是性冷淡的重要原因，而越来越多的医学作者开始认为手淫型自我排解是“一种不正常情况下的正常渲泄”，有些人甚至宣称手淫完全无所妨害。

几年前詹姆斯·佩吉特爵士在他的一篇发表的讲座文章中表示过同样的观点，尽管他从道德和审美观点上批判这种行为。正象著名精神病学家欧内斯特·琼斯博士指出的那样，这其中的道理大概在过分和过谦两个极端之间。可以表明长期手淫，尤其是对此感到罪过和羞愧时，经常引起神经衰弱症，这种行为对神经的影响大于正常性交。

过多和长期的手淫行为经常使人回避交合，这种回避可能在、也可能不在婚姻的亲昵行为中消失。毫无疑问，许多已婚妇女继续这一行为，虽然她们可能为了尽妻子的义务参加性交。维也纳妇科医生伯恩哈德·鲍尔博士指出：持续地抚弄性器官，甚至可能使女子在正常性交中不能达到高潮或很难达到。这可能使她成为“不满足的女子”。

无疑相当大数量的装作惧怕性的拘谨古板女子是经常手淫者。一些研究者表明绝大多数独身女子，尤其是超过 30 岁者都有

这样或那样的手淫行为。女孩子中明显的白日色情梦习惯被称为“精神手淫”，有人认为这种替代的形式“比规律的手淫更有害”。

罗宾逊博士认为“未婚女子不得不压抑性欲表现”是性冷淡的最主要的原因。他将手淫归为其第二原因，并指出此类病例是门诊每天都可碰见的。

伊万·布洛克博士将女性婚姻生活冷淡归就于手淫和其它原因。

这一课题的另一些权威人士之一哈夫洛克·埃利斯认为神经衰弱是和手淫有关系的。他写道：“我确信对于许多妇女，尤其是受过高等教育的女子来说，过早过多的手淫行为是造成后来生活中肉体性欲冲动和理想情感分离的主要原因，虽然不一定是唯一的原因。这是造成许多个人痛苦和家庭不幸的一个常见的原因。”

神经病顾问马尔肯定了那种女子手淫经常导致性冷淡的观点。他重申了其它观察家的观点“占很大比例的年轻姑娘不知道阴道的存在”，她们手淫的满足是通过抚弄阴蒂和小阴唇。

马尔博士指出：他的“病例证明它（手淫）在女子中是男子中的四至五倍。”伯杰认为女子放纵手淫的比例为99%。马尔认为10%已婚女子手淫这个比例是“保守的”。他认为“没有感情的交合实际上是一种手淫”，他又说许多已婚妇女“用手淫行为来摆脱她们不喜欢的交合。所有人都认为长期手淫会导致女子性冷淡和男子阳痿。”

医学证明妇女中手淫这种自我满足性欲要求的普遍的现象是婚后性冷淡的共同原因。如果我们的姑娘们得到正确的教育，她们会知道这种经常手淫习惯的危险。许多人是偶然发现这种行为的。许多人不知道手淫和情感紊乱的关系，不知道这种紊乱引起对婚姻生活性欲的正常满足厌恶。据记载许多女子从没被教过手淫，但是大多数是由好友告诉的。

对女孩子完全禁止性知识的策略带来的结果将是无数的痛苦、神经错乱、身体疾病、犯罪和性反常行为。

在下一节里将探讨其它性冷淡的原因和有关的因素。

在这里应该很好地提醒家长和教师：夸张手淫引起的错乱是有害无益的。许多这个课题的论文作者已表明那种陈旧的灌输恐惧的方法并没有减少、反而增加了手淫。首先，咨询者应该是知识渊博的。那些负责年轻人身体和道德的人应该求教于现代性心理科学和健康法学者的名著。

在对年轻人进行性教育时需要区别对待。教育必须是科学性的，必须谆谆教导他们树立一个理想的情爱观。

第三节 其它相关原因和因素

引起对婚姻交合这一生理最高级经历不正常抵抗情绪的种种原因中，习惯性便秘是最常见的原因。许多女人为自己在这方面心灵格外纯洁而自豪，殊不知是她们体内器官的不洁导致她们对婚姻爱情的冷淡。

便秘是人的文明存在的大敌，是许多疾病的根源，也是造成不幸的因素或主要原因，而人们常常把这不幸归就于除了体内肠道不洁以外的任何原因。女性常常受这种现代生活疾病之苦。在安蒂·露特小姐很有价值的《性与锻炼》一书中坚持认为“许多妇科疾病是便秘造成的，并且这已不是什么新鲜事。”

子宫后倾常常造成大肠脱位。露特小姐写道：“子宫底实际上可以贴在直肠前部上，因而形成一种障碍，加重便秘，也造成交合疼痛。”

据这个作者认为，性冷淡可以是先天的，是生长受阻、萎缩症或是性器官缺少所致。性冷淡的生理原因不象其精神原因被研究得那样仔细。露特小姐的书，无论是要做新娘或是已婚妇女都

该读一读。她深信性冷淡的根本原因常常是长期便秘，并且她对这种严重疾病的医嘱极好而且非常实用。

阿巴斯诺特·莱恩认为性冷淡是由慢性便秘造成的，他表明，“妇女自体中毒的最明显的迹象便是完全丧失性欲。许多人对性关系产生厌恶。男性也如此，只不过症状轻一些。”

体内洁净是健康的首要条件，可这却被完全忽视了。女子在这方面比男子要严重。肠里的腐烂、恶臭的渣滓污染整个肌体，影响食物的吸收，毒化血液和为致命疾病的细菌提供了温床。便秘影响女子的美好仪容，使脸色变黄变灰，使眼睛无光，气息难闻，更常使人心情压抑。

从我们现在探讨的角度来看，我们可以说便秘是婚姻爱情和家庭和睦的可恶大敌。除了肠功能紊乱常伴有的性情暴躁、过分敏感和压抑忧郁之外，经常便秘还会使一个天性热烈的女子变得毫无性欲。正象阿巴斯诺特·莱恩证实的那样，由于便秘而染上自体中毒的妇女可能会对健康、热烈的婚姻爱情的表示产生彻底的厌恶。

更多的妇女关心的是个人魅力和身体修饰的问题。她们大多数注重梳洗打扮，保持外部的清洁，但大多数人不知道内部清洁的必要性，因此许多疾病和性功能紊乱普遍源自便秘。

肠运动可以由发展腹部和其它部位肌肉的锻炼控制，象露特小姐描述的那样。也可以由每天饮入足够的水和流质，吃大量水果，生食绿色菜、黑面包和稀饭来控制。饮食正常并且有益健康时，泻药是完全没有必要的。

允许便秘损害人的整个肌体系统是生理上的犯罪。甚至可以将这种忽视列为严重的道德冒犯，因为其影响不仅涉及个人而且涉及周围的人。便秘的人是有病的，令人不愉快的。

有两种阴道疾病可能导致女子对婚姻交合的冷淡。阴道炎常常导致妇女不孕症。这种炎症有时侵袭姑娘们，并且病期很长

这是由于不注意清洗外部生殖器官、粘膜炎、麻疹或是猩红热造成的。

这种病的症状是阴唇奇痒、烧痛，并有异味排泻物。常常有阴唇溃疡发生，使整个身体的健康受到影响。同时由于性行为造成的痛楚，患者对婚姻肉体关系非常冷淡。

任何从生殖器官里流出来的异物都需要立刻引起医学上的密切注意，因为这异物排出若被忽视会变得难以治愈，并引起严重疾病。阴唇脓肿是常见病，并可能引发对交合的厌恶。

内阴唇、小阴唇受害于脓肿和异常粘状分泌物。这些阴唇常在初次交合时损坏，直到它们愈合性交才不疼痛、不令人厌恶。泰特说这种疾病引起的痛苦常威胁着“一个家庭的存在”。他还说母亲们不愿意教授女儿们关于生理上结合的知识，这种不情愿“须由女子的许多痛苦经历作为代价。”

妇女更年期的变化常影响小阴唇，这常常是许多妻子拒绝交合的原因。这种病常是痛苦的，并伴有精神压抑。劳森·泰特表明许多中年妇女酗酒的根本原因是这种病。

所有性器官染有这样炎症的妇女应该寻医问药。若视而不见，它常会引起婚姻不合。

阴道痉挛是一种阵发性阴道收缩症，这种情况常发生在交合前或交合过程中，有时使交合无法进行。这是一种性质复杂的神经性疾病。一些心理分析家认为它是妇女的“阉割情结”所致。简言之，这种精神情结是对男性根深蒂固的嫉妒。这情结是幼时对姑娘没有男性的外部生殖器官的奇怪所致，新派的心理医疗医生提供了大量支持这种理论的依据。

真正的阴道痉挛是难以治愈的，并可能完全妨碍婚姻幸福和生养子女，据说这种神秘疾病的患者会被逼迫得去自杀。也许心理分析是解除引起这种症状的情结的唯一治疗方法。

那种认为性冷淡型妇女不能怀孕的流行看法是完全错误的。

一些为了避免怀孕的妻子在交合时为了防止高潮便抑制自己的情绪，一些假“性冷淡”是属于此类习惯所致。性欲高潮，或情感的顶峰预示着性交的结束，可它并不是怀孕的绝对重要的条件。正常享受婚姻关系有益于男女性生殖细胞的结合，这如果不是事实也是很可能的情况。有医生认为适当的、自然的交合毫无疑问对孕育后代是有影响的。

妇女性冷淡的发生常常是在生活有所变化时，在此之前她一直对欲望有着正常的反应。其原因也许是由于生理缺陷、器官萎缩或是生殖系统紊乱，但在这种年龄时，经常是心理原因。在《女人的关键年龄》一书中已对这种性冷淡的现象进行了详细的描述。

跨入老年后，许多人认为不论从道德上还是生理上来说，他们都该抑制自己。人们普遍认为随着老年迹象的出现，交合应完全停止。这种说法是完全没有道理、不符合健康法的。实际上，老年夫妇适度的交合有益于保持身心健康，并可延长寿命。

人们非常担忧妇女的更年期。更年期生活常常由于心灵与欲望之间的冲突而很压抑，这毫无必要。尽管月经在这时停止，可对异性爱和交合的渴望依然存在，直至晚年。一些妇女直至 40 岁才情窦大开。这个年龄被称为“危险的年龄”。

对怀孕的担忧是假性冷淡或精神性冷淡的原因之一。有的妇女告诉过我，在生养三四个孩子后，她们再次怀孕时会非常焦虑。对一些妇女来说，被迫怀孕无疑是性冷淡的原因。一位妇女告诉我：生过几个孩子的妇女“对交合这件事非常厌恶”。

母性不是很强的妇女会有这种排斥心理，但一般做了几个孩子的母亲的妇女也不是完全没有这种排斥心理。我听说过在丈夫要求交合时有的妇女会因为惧怕怀孕而哭泣。在这种情况下恐惧可通过使用这样或那样的避孕措施来消除。强迫一位妇女生养孩子是极端粗鲁的行为，那个强加这种痛苦于人的丈夫只好自食苦