

人类性幻想

作者：(英)卡尔著

图书在版编目 (CIP) 数据

人类性幻想/(英)卡尔著;耿文秀译.—2版.—上海:华东师范大学出版社,2016.4

ISBN 978-7-5675-5169-5

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(2016)第087676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 倪志强 陈军荣

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 2016年8月第2版

印 次 2016年8月第1次

书 号 ISBN 978-7-5675-5169-5/B·1016

定 价 48.00元

出 版 人 王焰

（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）

WHO'S BEEN SLEEPING IN YOUR HEAD: THE SECRET WORLD OF SEXUAL FANTASY (SEX AND THE PSYCHE: REVEALING THE TRUE NATURE OF OUR SECRET FANTASIES FROM THE LARGEST EVER SURVEY OF ITS KIND) by BRETT KAHR

Copyright:©2007,2008 BY BRETT KAHR

This edition arranged with CONVILIE & WALSH LIMITED through BIG APPLE AGENCY, INC., LABUAN, MALAYSIA.

Simplified Chinese edition copyright:

2016 EAST CHINA NORMAL UNIVERSITY PRESS Ltd

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；有些则会让您感到恶心；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的研究。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。冷静地划分开现实与幻想，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。他们是董镭、康元艺、张婍、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。

——Benjamin 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，表明他们同意我在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，致力于对那些正在受苦、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。有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。有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

欢迎访问：电子书学习和下载网站（<https://www.shgis.cn>）

文档名称：《人类性幻想》(英)卡尔著.epub

请登录 <https://shgis.cn/post/1242.html> 下载完整文档。

手机端请扫码查看：

