

教育叢著

第三十八種

教育雜誌社編輯

性教育的理論

上海商務印書館發行

性教育的理論

陳兆衡等著

六	教
週	育
年	雜
彙	誌
刊	十

目次

性教育之真諦及歐美各國之性教育運動……………(一)

(一)性教育與性的衛生及社會衛生之關係 (二)性慾的誤解 (三)

性教育之必要 (四)性教育之範圍及其施行之標準 (五)歐美性教

育運動小史 (六)今後性教育之推測

性教育的幾條原理……………(三)

兩性生活與性教育……………(四)

(一)性的知識 (二)戀愛的性質 (三)本能的使用 (四)生命的來

源 (五)少年的危險 (六)避免危險的方法 (七)青年男女的衛生

(八)結婚與戀愛 (九)母親的天職 (十)戀愛與生活

性教育的理論

性教育之真諦及歐美各國之性教育運動

陳兆蘅

一 性教育與性的衛生及社會衛生之關係

性教育，就其廣義而論，實包含一切科學的、倫理的、社會的及宗教的教訓與其感化而言。性慾問題爲人生活中所必有而不可或免；而此等教訓與其感化實足以指導青年解決其所必遇之性的問題。雖然，吾人應知性教育之功效亦僅在指導而已，非能解決一切之性慾問題也。此意，吾人不可不先行了解。

依上述廣義的性教育而言，其意義實不僅限於性的衛生範圍之內。性的衛生

專指性的生活衛生而言故可歸入衛生學而爲其一部性教育如僅屬於性的衛生之範圍，則性慾衛生學可以代表吾人所討論之性的教育矣。惟吾人所需要之性教育，其範圍甚廣，性的衛生僅占其一小部分而已。現代一般學者皆以身體衛生與病理狀況等爲其注意之焦點；今謂性的衛生僅爲性教育之一小部分，未免引人驚奇；然而今日所有之性慾問題，實非全部關乎衛生學所欲解決之健康問題。今日之性教育運動若不注意兩性作用之倫理及社會的諸點，則其運動可謂毫無價值。性慾本能與性慾生活，於衛生問題之外，又有性慾的態度及性慾的道德兩問題。故性教育須將此三方面並行顧慮也。吾人若使性的衛生專指性慾生活中之身體健康而言，自能使性教育問題更爲明顯，而不致於與衛生問題無直接關係之性慾訓育相混亂矣。

所謂社會衛生者，其意卽謂改進人羣全體衛生及一切有害於人羣生活之運動。然此意確又專指男女性慾生活之惡果方面而言。因欲避去個人「性的衛生」

之名詞，故名以社會衛生極著名之美國社會衛生聯合會 (American Social Hygiene Association) 即專以研究並補救社會上性慾生活之惡果爲其主旨。性的衛生與「社會惡風」(social evil) (指淫亂惡果而言) 之關係，實爲社會衛生名詞所由生。吾人所當注意者，社會衛生雖指社會上性慾活動之衛生而言，然所論僅及社會全體之性的衛生問題，而不涉及個人之性的衛生問題；蓋個人之性的衛生，其性質與社會性慾衛生各不相同也。

性教育所注重者，爲性的衛生或社會衛生。故其研究之範圍甚廣，參觀下表，即可了然。(本 Bigelow 說)

(1) 性的衛生 (個人的、社會的) …… 研究性慾生活之如何保持健康

(2) 生物學中之生殖研究 (兼生理學) …… 研究人類對於性慾應持如何態度，並研求科學的事實

性的教育

- (3) 遺傳與淑種學……研究性慾行爲如何改良種族之方法

- (4) 性的倫理學與社會學……研究性慾行爲如何方爲正當

- (5) 性的心理學……研究性慾衛生與行爲

- (6) 性的美學……研究性慾之正當態度

「性慾」與「生殖」(reproduction) 往往被視爲同一意義；蓋因性慾的作用

原爲一切生物繼續其族類而存在；且研究生物學者，其所有性之觀念，乃由觀察各種動植物之生殖傳種之方式而得故也。然於人類則不然，生殖固亦爲性的作用，然因性而發之男女行爲及影響等，常與生殖問題絕無關係。以實際而言，世間關於性的重要問題，使性教育覺有必要之趨勢者，皆爲與生殖問題無關之性的問題。然生殖之研究極爲重要，青年尤當注意，故性教育亦應以研究生殖爲其先務之一。

二 性慾的誤解

對於「性的衛生」及「性教育」諸名詞，一般教育家頗有思以他種名稱替代之而避免「性」字之表示。蓋因一般人之心理，提及「性」即莫不聯想及於男女肉體性慾之卑猥見解。學校與家庭中，性慾教訓，所以不能坦然講解者，皆恐由「性」而引起肉體性慾之卑見耳。

欲使一般人不因「性」之研究而有卑猥之聯想，甚非易事；吾恐迴避此相當之字而不用，亦無補於性慾態度之改進。近代寫實派之小說，遇有必要時，常用迂曲之暗語以敘述事實，甚非所宜。如一切科學家及文學家皆能以顯明適當之字句敘其所欲說明之意義，則世人對於性慾態度之轉變，必有速效。凡人不以科學家之用嚴肅明確之詞句討論性慾問題為然者，可試將卑鄙賤價小說中所用之迂曲暗語譯成顯明之文詞，即可使所有引人入邪之危險作用完全消失。吾人所施

行之性教育，其目的甚為高潔；一切暗語不必引用，應以顯明正確之科學名詞表出之。「性慾」之為名，既有其真意，實無諱言之必要。高等動物所以能生存永續者，皆由兩性結合之關係；而普通人民言念及此，常覺意含卑污，其態度實為不合。欲求改進，非將「性慾」之真意為適當之宣傳不可。

性慾之研究固為重要，然對於年齡過幼未能了解人生生活者，則無論性慾之事實或關於性慾之言詞，均不宜使之與聞。學校中或家庭中應有性慾教訓，然而決不可專設此課，並將此課名詞顯然表示。但吾人應使父母及教師常將「性的衛生」及「性慾教訓」等名詞深印於腦中，俾能明了。兒童之教育須有一部為衛生的及自然的性慾知識習慣之教訓。

有人以為自由引用「性慾」名詞，其用法雖極尊嚴，且為科學的性質，而其結果必使人更動肉慾之感，至於情不自禁而易為不道德之行爲。此語實屬大謬。吾人所當懼者，實非引用「性慾」而在引用「愛情」。「愛情」實含有肉體的愛及精

神的愛兩種，無論何處，遇有愛情兩字，非由上下文之聯絡意義詳細思考，則其真意實難分辨。惟吾人應仍用「愛情」二字教訓兒童，其意義雖有混淆，亦可不加細究。所以無須迴避此二字者，因吾人於年幼時即習聞此種名詞，當時僅知為精神戀愛之表示，至年齡稍長，始聞少數成年人有以此名詞為含有肉慾意義之表示。若以「愛情」為代表純粹精神戀愛之意深印於心，自能對於誤解「愛情」者加以痛惡而鄙棄之。

性慾二字原無絲毫卑污之意義，其真意即為生物學所言人類及其他動物之生存永續必賴有其族類之配耦。每對配耦必由一雄一雌而成，此即所謂性慾。造物之所以如此，其意義何在，實為生物學中一困難問題。最普通且較為滿足之解答，為由兩性結合而生殖之次代可得兩種血系之遺傳性，而使各個生物之次代得以有所變化。然而現代人類生活有精神戀愛及理想的家庭生活等問題急待解決，生物學解釋兩性結合之說尚不足滿人類性慾問題之要求。人類兩性生

活之影響且又不僅限於家庭生活，男女之社會的及精神的關係，在日常生活中，隨處可見，然而確無絲毫生物學理之種族永續的性質存在其間。男女兩性精神之結合，實為兩性肉體結合而為種族永存之先趨；此說凡心理學家皆承認之。然吾人應知雌雄兩性之精神的社交結合，雖為肉體結合之先導；當其發揮精神結合的本能之時，完全出於不自覺的衝動作用，初不知有發生肉慾之結果也。

吾人因此應擴大對於性慾作用之觀念。性慾作用原為雌雄二者生命繼續之具，其後則成為二者肉體結合與父母愛子之根本，最後乃在脫離生物學上之性慾的原意，而為男女界社交性之奇妙的結合。

性教育運動之背景既如此，故在此運動中，與其隱諱「性慾」而不言，莫如坦然言之而使人明了其真確的意義之為愈。不特如此，且應將近人對於性慾作用之觀念及人生與性慾之關係加意研究，斯為合理。吾人於施行性慾教授時，應切實提示性慾作用非僅為雌雄二者發洩其性慾之活動；所有性慾作用與社交的、心

理的及美的生活之關係，必須詳爲討論。一般著作家所用之「性慾」二字，專指男女二者之肉慾而言，爲義未免過狹。性教育運動必當破除此項狹隘的性慾見解。人類生活本非全爲蕃殖其種族而活動；男女結婚之目的亦然；此最宜注意者也。然而猶有進者，性慾本能無論自覺的或不自覺的存在，既有存在，則不論有無性慾的活動，必能使男女認識肉體與精神之關係，而各自保持其正當態度以指揮其一生之生活活動無疑也。

欲詳細研究「性慾誤解」問題，可參觀下列各書：

- (1) Geddes and Thomson: Sex.
- (2) Geddes and Thomson: Problems of Sex.
- (3) Thomson: The Wonder of Life.

三 性教育之必要

昔人對於男女性慾之事，概守祕密主義。凡關於性慾之舉動，皆認為卑污不潔。故討論愈少知之愈淺者，認為愈佳，而青年為尤甚。此種態度甚為普遍；迨最近數年來，為父母師長者始漸悟昔日嚴守祕密之非，而漸行改變其態度。蓋因在祕密政策之下，一般青年非特不能保守清潔與道德，且因此而演出衛生上與道德上之大錯者，實繁有徒。

世間為父母者多不以對於子女授以性教育為然，且聲言在子女未達成年以前，寧使子女對於性慾事實毫無所知為得計。出此言者，實視普通世界之青年性教育運動為荒謬不經；實則其自身之見解過狹，而被俗見所欺蒙耳。兒童既處於人類生活環境之中，人生之舉動皆深印於腦海，果有何法能使之茫然不知乎？果欲使其對於性慾毫無知識，彼為父母者肯將其子女置於人獸絕跡之荒島乎？或將深閉之於世間一切污穢不至之深山寺院乎？知識健全之人，欲使其子女不知性慾事實者，此數重要問題必常繞於胸懷。吾人應知防止兒童之天花、腸窒扶斯

及其他疾病，爲甚易事；而欲防止兒童對於性慾事實無所見聞，實屬不可能。舊習慣雖嚴防兒童之與聞性慾事實，而考諸實際，則幼年人之吸收性慾知識如呼吸空氣然，極其自然，而且自由無阻也。吾人試向世間一切人物，無論其爲官吏、醫士、教師、商人或工人，問以性慾事實之要點，彼等於十二歲以前是否知其一二，則百分之九十七以上皆立刻答曰「然」。試將此問題問諸任何團體之婦女，則除少數在處女時代受極嚴厲之監視者而外，其他婦女必坦然承認彼等於十五歲以前於性慾要點皆已深知。此皆由心理學家詳細考查而得，非無根據之談。又試問此等男女，彼等在十二歲或十五歲以前所得之性慾知識，其來源是否皆爲清潔的且爲可信的，則除少數特例而外，其餘皆爲卑污的印象。此皆昭然之事實，難以諱言。而世間之爲父母者，往往對於子女嚴加防範，即謂其子女可保持天真而不爲外界之濁物污其心靈，殊屬不智之甚。美國數年前有一女子私塾，管理極嚴；學生在家庭中亦受極精細之監視；學生之母親自以爲世所禁止與聞之知識不致

傳達於其女子矣，然而此校有一新學生忽有一日於無意中將一小手冊開示於其母親，查其所錄，則皆爲性慾問題也。其後詳加調查，則知此校女生組有祕密會社，專以各人調查所得之性慾知識由小冊傳達於會員；其小冊須防教師父母之察閱，故收藏極祕。及此會窺破，然其組織成立已達二年云。此種事實，世間甚多；此僅爲一例，然已足以證明爲父母者防止其寵愛之兒童與聞人生所應有之知識，非特不可能，而且反致獲得不正當之見解。

由此以觀，則凡爲父母者應嚴重注意二事：第一，凡健全之兒童，於幼年時，即能吸收若干性慾知識；第二，凡兒童所得之性慾知識，其來源大都皆爲不正確的且爲卑污的。故學校或家庭中應否授兒童以性教育，已不成問題；所當解決者，乃爲兒童之性慾教師究應由父母及正式之教師充任爲當，抑或仍令兒童所遇不當之人物隨時授以不正確且爲卑污的性慾知識者爲其教師之正當乎？解決此問題，則智者必毅然決定，對於子女幼年時即在家庭及學校中授以適宜之性慾

知識，俾兒童不視爲奇事而致受污穢印象之危險。

既承認兒童應受適宜之性教育，然而教師應爲何等人，教授材料應爲何物，教授時期如何規定，欲性教育施行得宜，非將此數問題詳加研究不可。本篇目的別有所屬，故不及研究。

性慾問題之祕密主義已證明毫無價值，受其害者，青年較兒童爲尤甚。一般青年因不明性慾之真相，致身體及道德受莫大之損害者，不可勝計。近代青年所受性慾的損害，雖較往昔爲輕；然進步甚微，不足自豪也。今日人類猶盛行性慾之祕密主義，吾人欲求性慾方面之進步，不亦難乎！所可異者，人類之性慾的獸性，其勢日趨於下流，而過去之十九世紀時代性慾生活之祕密主義雖依然固守，然性慾的罪惡尙未見與時俱進，此無其他理由，乃因性慾問題之祕密雖無增進性慾文明之能力，然亦無與高尚生活相背馳之特性也。然足使吾人注意者，社會倫理、宗教等，其作用在維持性慾行爲之標準則有餘，而挽救大眾之性慾行爲不趨於標

準之下，實未能顯其功效。近代倫理及宗教之教師，於防止人類性慾行爲之趨向下流，不無微勞，但未能使人類性慾生活日就高尚也。何以彼等僅能奏消極的效，果而不能積極的改進性慾態度，此則又不能不歸罪於性慾問題之祕密主義矣。昔時凡爲倫理及宗教教師者，祇願以紆紓隱奧之規律爲性慾行爲之準繩；迨及今日，始有以普通事例以說明其意義者。然習慣所尙之祕密主義終未盡去。

世人頗有謂人類有性慾本能，各個人可依其性慾之自然趨勢，自行管束其性慾行爲，而無須他人之教訓指導。此實未免錯誤。各種高等哺乳動物之性慾活動，常爲人類之模範，然猶不免常有不合之舉。各種高等哺乳動物之雌雄交媾，爲其性慾本能所支配；因二者正當之性慾飢餓，乃由雌者在交尾期之生理狀況所引起，且亦爲此項生理狀況所管束。例如有雌雄家犬一對，其互相表示性慾要求之時期，每年僅有二次，每次僅有數日而已。過此交尾時期，雄者亦有時發生性慾衝動，要求雌者任其發洩；但於此時，雌者因其本能之情態，必力拒雄者不正當之行

爲。此種高等動物之生理與人類相近，其性慾本能確有管束性慾行爲之能力，人類似無不可由各個人之性慾本能以管束其性慾行爲。但人類在原人時代之生理狀況，或能與其他高等哺乳動物相同；若以今日人類生活之實際狀況而言，以性慾本能管束性慾行爲之說實屬空談。蓋因人類生理現象之刺激，對於兩性交合之影響已微；人類因記憶力與愛情甚強，故男女二者因愛戀不捨之情而有性慾激發與男女結合之現象，非如其他動物之專受生理狀況之影響者可相提並論。人類之智慧高出於其他動物，平時耳目所接觸之穢褻圖畫、卑污言語、婦女之艷裝麗服以及宴會跳舞之際，固足以引其性慾之活動；然其勢力甚爲薄弱，且爲時亦甚暫；其能使男女接觸此等激刺而生強有力之反應者，必其人之腦海留有穢褻印象使然也。故人類之性慾活動以精神的原動爲多。就實際而論，吾人易爲暗示的性慾刺激所感，而其性慾本能之實力反爲薄弱者往往有之。由此以觀，以性慾本能管束性慾行爲之說可應用於禽獸，於人類則有未合。人類之管束性慾

行爲，必以智慧爲本，始爲允當。惟人類感情既盛，而性慾刺激之種類又多，管束性慾行爲且須出諸自願，故雖以智慧爲本而實行管束，亦非易事。人類既不能如禽獸之可以性慾本能管束性慾行爲，遂致恣慾無度，以至人種日趨衰弱，其危險爲何如乎？

趨勢既甚危險，則個人自應負完全管束之責，庶於倫理、社會、淑種以及人類現在及將來之權利，始能維持久遠。性慾行爲之關係既如此，故吾人須盡其智力以管束之；若仍持祕密政策，必致失敗。欲求有效之管束，其惟一妙法，惟在爲相當之公開研究，使得性慾上之正確智識。

管束性慾行爲既須有充分正確的性慾知識，由個人負責而爲智慧的管束，始能奏效，則解決性慾問題非求助於教育不可。世間一切惡現象，無論爲衛生的、實業的、政治的或社會的，其治療方法莫不認教育爲萬能靈藥。凡人因種種原因失其身體之健康者，則認衛生教育爲預防之策；實業上之種種問題，亦視實業教育

爲解決之法門；他如社會政治間之種種糾葛，使人民國家不能循序進步，則亦以精密研究社會政治學爲其革新之根本。今日人類生活中之各項重大問題，莫不以求得相當知識爲解決問題之鎖鑰。今日之所謂教育，非僅以學校中之教育爲限，凡求得各方面之知識，皆可稱之爲教育。性慾作用，由生物學觀察之，爲人類繼續生存之要素；由心理學觀察之，爲人類親愛之根本。吾人所有性慾上之重要問題，皆由缺乏性慾知識及放任性慾而起。凡此諸知識，皆因教育發達而得；然則古今來滅殺人類生氣，使人類日趨衰弱之性慾問題，必須設立性教育專科，以正當之態度精密研究之，使兒童與青年均受相當之性教育，爲毫無疑義矣。

(四) 性教育之範圍及其施行之標準

吾人研究性教育之標準，應先知性教育之施行非學校可以單獨負責。數學、物理等科，甚至讀書，均可由學校負責；惟性教育若學校單獨施行而不與家庭、男女

童子軍以及其他一切促進青年真善美爲目的之組織聯合進行，則其所用精神必至枉費無用。由已過之事實而言，家庭及童子軍等所施之性教育，其成績實已遠過於學校。於是，吾人可知性教育包括一切尊嚴的教訓而言。無論何時、何處，所受教授者爲何人，其目的在使輔佐青年應付其生活中之性慾問題者，皆可稱爲性教育。

家庭對於性教育應負之責甚爲重要，然能負責者甚少，且亦不能負完全責任。一般爲父母者往往不願子女受他人之性教育，而主張始終由家庭施行，以保存其遺傳的家庭生活之尊嚴。此說非無一面之真理，然而理想的家庭生活實不多見。就事實言，各家庭無論爲父爲母能自任幼年子女之功課者頗少。吾人應將多數兒童在家庭以外之生活狀況與其所受各種教育之情形而決定指導彼等之相當計畫。家庭能負責固爲最佳，然學校必須詳察兒童之家庭教育而矯正其不當者。性教育之性質，正如教授讀書，可先在家中學習，而後在學校繼續前功。家庭

中之性教育可授以基本知識，而養成其性慾之正當態度。其後既入學校，可授以更豐富之性慾知識，能利用教授各種科學之機會，以科學的目光灌輸性慾知識而養成其正當態度爲尤妙。在家庭受教育之兒童，若於學校得知世間各個人對於性慾問題之心理爲如何，自能保持其正當態度而爲與社會相適應之生活。

總之，家庭施行性教育，自爲必要，而多數之家庭不願負責，且亦不能負責；故公共教育機關之制度必須能使一般青年受正當生活之教訓與指導。世人反對學校中加授性教育者甚多，其所持之主張亦有理由。故吾人宣傳性教育運動，應知學校中施行性教育自應極其審慎；遇直接討論人類性慾生活時，尤當鄭重。學校中教授性教育，驟然施行，而不預有計畫，其危險最甚。必須有善良之教師，其人格與其手段均能高人一等者，始可擔任性慾教授。在中等學校，已無良好教師；高級小學，性慾教育關係最深，而教師即最爲缺乏。中等以下之學校，能施行適宜之性教育者甚少。高級小學生之性教育究應如何辦理，甚難解決；因校長教師苟欲實

施性教育，必受兒童父母之嚴重監視，而引起不信任學校之反感。爲校長者，最妙莫如與兒童家長協商進行，以種種方法促其覺悟，俾知兒童有受性教育之必要，且須使之能於家庭略建基礎。例如某校共有二百五十家之兒童，若開一懇親會，以美國社會之常例言，五百位父母之中必有二百五十位母親與五十位父親可以到會。不能到會之二百位父親之中，必有一百位雖因事未曾與會，必深願詳聞其夫人之會場報告。故吾人大可常開懇親會，討論兒童需要性教育之問題，以感動兒童之家長。關於人類性慾生活之事實，不宜先講，應使理科教員於教授動植物之際，特別注意動植物之蕃殖手續，俾兒童嗣後研究人類生活及其他一切生活時預有正當之態度而不致誤解。學生在校，無論個人或團體，如須有特別注重之處，應隨時考察真相，與家庭聯絡，共同負責。與家庭合作一年或二年後，即可根據衛生學及自然科學而爲特別之性慾演講。最宜先對已由家庭受性教育基礎之少數兒童演講，能邀其父母同時聽講尤佳。如此委婉漸進，而青年時代以前之

性教育自有發達成功之希望。

至於中學生之性教育，十九可包含於生物學範圍之中。故教授生物學時，教者應特別注意正當性慾態度之養成。其餘一部分之性教育，須與人類各方面生活相聯絡，故教授極難，教者非具有絕妙之手段不可。雖然，中等學校施行性教育實較小學爲易，並無十分困難之問題也。

因性教育須審慎施行，非可任其教授，故仍有多數人士堅執性教育宜在青年之初期開始教授，且教授時僅須短期之講解，無須長期討論。此種見解，即專門教育家亦多認以爲然；常謂父母或教師，於兒童十三歲時，俟有相當機會，使之另入一室，爲之施行一度之性慾教訓，即爲已足。尙有人以爲兒童在中學校時，應請醫士與以數次性慾教訓之講演。其見解與前者亦復相同。總之，世人認性教育爲一種味苦而有奇效之藥石，偶然取飲一次，即可爲終身之保障者甚多。實則此種見解甚爲不當。如性教育之意義僅以性慾衛生爲限，則於兒童可婚期爲一度極懇

擊之性慾衛生談話，自足以教導兒女不傷害身體；然而是否有久遠之效力，則仍屬疑問。更有進者，如認性慾衛生教育爲至大之事，則亦當就各方面之論點爲長期之討論，使之深澈了解，方爲有效；單獨之一篇衛生講演，恐無甚效果可言也。

性教育應長期繼續施行之理由無他，乃因性慾衛生、性慾態度及性慾道德非短期間之教訓所能奏效，必有長期間之涵養感化，始能達最後之目的也。多數青年於接受父母教師之性慾教訓時，其性慾態度已早受同伴之教師而養成；欲由父母教師之教訓改變兒童已成之不正當態度，甚非易事。甚至可婚期之前，性慾道德已被同伴所腐敗，其身體已受莫大之損害。欲救此弊，惟有在幼年時期即由家庭與學校開始施行，依其年齡及知識情形，協力繼續，與以相當性慾教訓而後可。

性慾教育既須極早施行，而於青年初期即行停止教授，亦非所宜。青年於十八歲以前，已有種種關於社會生活之性慾問題，如一夫一妻婚姻制度等，

均須待正當之指導。故性教育於高等專門學校亦應有相當之位置。學校以外各種有教育性質之團體會社，又須常有此種教訓以指導一般成年人之性慾態度、性慾道德及性慾衛生。主張宣傳性教育運動者，多未提及學校以外之社會的性教育運動，此則吾人所應注意者也。

綜觀以上所述，於此可作一簡明之結論，性慾教育所研究之範圍與人類各方面之生活問題均有關係。他種學科在學校中可為定期之教授，而性教育之性質與他種學科不同，短期間之教授毫無效力。性教育實為校內校外合力工作使青年對於自身性慾問題得正當的解決種種計畫之總名。廣義的性教育包含一切科學的、倫理的、社會的及宗教的教訓而言。能利用此等學科諸方面之機會，以注重性教育，則性的態度、性慾的道德與性慾的衛生於是始能為有效而合理之解決。

五 歐美性教育運動小史

性教育運動最稱熱烈者，當推美國；最先組織此項運動之會社，即為馬羅博士（Dr. Prince A. Morrow）為領袖所組織之美國衛生道德維持會（American Society of Sanitary and Moral Prophylaxis）。此會之成立，在一九〇五年二月九日。在此會組織成立以前，各地試行性教育者，並不乏人；惟其目的僅為教授個人，非欲謀性教育成爲普通教育之全體有關之部分。自美國衛生道德維持會成立前十三年（一八九二年），美國教育聯合會中之一部分會員雖亦有提倡青年性教育之運動，惟當時此項運動之唱和僅如曇花之一現，並未繼續提倡，故與今日之性教育運動無甚關係。此外對於性教育有興味之先輩，當推巴納教授（Professor Earl Barnes）。其言論於教育研究第一卷中可以見之。自美國衛生道德維持會發行出版物以後，遂引起一般醫士、教士及教師之大注意，一時竟起組織會社，研究收進性教育者，不下二十餘起。

吾人所應注意者，歐美之性教育運動，其原意實為預防花柳病或所謂社會病 (social disease) 之蔓延而發。性教育應專為性慾道德進步之見解，至近年性教育之文學中始表白於世；且對於以維持衛生預防社會病為職志者，尙無何等影響可言。性教育運動以道德為目的之見解何以遲延至今而不能普通宣傳之原因，蓋以此項運動專以倫理的目的為主旨而不提及衛生及社會病諸問題，則必不能引起一般人之興味耳。世人受社會相傳惡習之污染，對於性慾上之不道德視若無覩者甚多；惟因性慾上之不道德而致毒病，或因私生子之結果而致有不合意之結婚與金錢之損失等結果，則始引起注意。此種心理實為文明族類之大缺憾；然現象既如此，則性教育運動自又不得不由生理的方面為其宣傳之起點也。

性教育之範圍，實將性慾衛生教育包含於內；故性慾衛生教育之運動必不妨礙性教育。吾人應將性慾衛生與性慾道德二者如何可以聯絡進行之方法從速

尋出，使日後之性教育運動對於一般人民不論有無性慾道德之觀念，皆能受其影響，而達其最後之目的。以前之性教育運動大概以衛生問題爲起點，其有不以衛生名目爲號召者，僅一蘇賽加賽省性教育學會而已。

其在歐洲，性教育運動之主旨，亦爲宣傳社會疾病之知識而發。一九〇二年，萬國花柳病委員會曾在比京白蘭塞爾開會一次，討論結果，承認各國有組織協會以預防社會病性慾上之不道德及其他不合法行爲之必要。自此種提議發布後，德法荷蘭意大利及美國均繼續將此種會社組織成立。其中以德人所組織之社會病預防會爲最有成效：會員多至五千以上，分會至二十所。

美國之教育運動，其組織最早者，固爲美國衛生道德維持會，然其會員皆紐約人，雖會務日進，入會者各省皆有，儼然成爲國中性教育各會社之領袖，然性質仍屬於紐約一省之性教育運動。其後因各地設立此項會社者日衆，覺有全國性教育聯合會之需要，遂於一九一〇年，互相聯合，而組織美國性慾衛生聯合會。

(American Federation for Sex Hygiene) 會中仍以馬羅博士為領袖。惟當時除此會外，尚有一會社名為美國警醒會 (American Vigilance Association)，專以研究並施行預防社會病為宗旨。在一九一三年，美國性慾衛生聯合會與美國警醒會又行合併，改稱美國社會衛生聯合會 (American Social Hygiene Association)。會所在美國紐約城西市第四十號街門牌一百〇五號。

今將美國性教育運動之重要事件依次列下：

一九〇四年五月二十三日，馬羅博士在紐約城醫藥會講讀組織美國衛生道德維持會之論文。

- 一九〇五年二月九日，美國衛生道德維持會開會於紐約城。
- 一九〇六年三月，噴錫爾文尼亞省社會病預防會組織成立。
- 一九〇六年十月，芝加哥省社會衛生會組織成立。
- 一九〇七年十二月，巴脫倫社會衛生會組織成立。

一九〇八年十月，斯巴康社會道德維持會組織成立。

一九一〇年六月，美國性慾衛生聯合會組織成立。

一九一一年，埃里共社會衛生會組織成立。

一九一二年七月二十日，全美教育聯合會決議培養學校中性教育之師資。

一九一二年九月二十三日至二十八日，第十五次之萬國人民戶口及衛生討論會在華盛頓城舉行性慾衛生分部會議。

一九一二年二月，美國警醒會組織成立。

一九一三年十月，美國性慾衛生聯合會與美國警醒會合併，改稱美國社會衛生聯合會。

生聯合會。

一九一四年六月，將前年（一九一三年）所成立之太平洋沿岸性慾衛生聯合會改爲太平洋沿岸社會衛生聯合會。

一九一四年七月，全美教育聯合會在密納阿巴里斯（Minneapolis）開會，根據

衛生道德維持會與美國社會醫生聯合會之意見而爲下列之決議：「本會承認性教育在教育中有正當之價值，而須提醒一般人注意性慾問題過於注重所生之嚴重危險。世人提倡性教育，每不加慎重，實爲冒險之舉。吾人不加以注意，誠爲不合。本會願以誠意要青年父母實行家庭間之相當性教育，勿以此種重要教育之全部委之於學校。本會以爲學校中之性慾衛生講演應永久以合格之教員擔任之，非受有高深之科學的訓練與高尚之人格者，必不能收道德觀念之實效。本會更願一般教授普通道德教育者亦須具有教授性慾衛生者所應有之資格而後可。」

六 今後性教育之推測

前數年，歐美人士對於性慾問題之討論甚爲熱烈，近年則漸趨冷淡。故頗有人因此現象而發生種種疑問，以爲性慾問題是否尚有繼續討論之必要，世人對於

此項問題之最高態度是否已經過去，此項問題之討論是否為無意識之狂熱。此等問題確為有心人所提議。從前一般人對於性慾問題之所以熱烈者，因其注意之焦點在研究變態心理現象之性慾行為與合時流行的性慾行為而已。其情如此，可恥孰甚。其時雖不乏有心之士逢人即以社會毒害相警告，然聽者習聞此說，不復注意；且有時惡聞此說，以為與時人所好談之離婚問題同一可厭。然而吾人尚應注意者，世人對於變態心理及趨於時尚之性慾問題固已減少其興趣，而謂性慾問題即行停止討論，則未為確論也。

為時代潮流所激起之膚淺的性慾討論，似已過去；今日一般有識者大都已承認青年子女應受相當之性教育，以為應付性慾問題之指導。凡人對性慾問題有所研究，決不復認昔日之祕密主義為然。以後之性教育實能成為永久不衰之性質，惟教材與教法尚待研究改進耳。且社會衛生及性慾倫理等運動，莫不以性教育為根本，其未來位置之重要，可以推想。

吾人今日所有之性慾問題，與人類生活極關重要者甚多，性教育並非能負完全解決此項問題之任務。對於社會毒病亦無根本絕滅之能力。但受有性教育者自能知所防禦，而社會毒病之全量自可減少。離婚及婚姻上之惡現象雖不能因性教育之勢力而完全消滅，然一般男女因生物學上之性慾研究，可以了解一夫一妻制度為最調和最永久之結婚制。理想的性慾道德雖不能必達，而本能的——無理性的——性慾活動自能受性教育之影響而有所管束。因性教育之功效並不能完全解決各種性慾問題，故世人每不以性教育有存在之必要而欲以增高普通教育為解決性慾問題之方法。惟普通教育雖能使人成為更善良於有效用之公民，然性慾為人類本能之一種，無論所受普通教育之深淺如何，其獸性之待機而發則同，非有特別訓練，則必管束乏術而致謬誤。故性教育自有其永久存在之性質。他種學科如讀書、寫字與作算，竟有若干人民不必需要而可以生活自如；至於性慾問題，則常人所必有；故兩性的結合及其關係等重要知識，實為青

年全部教育所必修之一部。

總之，性教育之目的在助成淑種學說之實現而使次代人民之生活得美滿的發展。此種教育之最高成績，自不外與人以決擇善惡之知識；然使人能擇善拒惡，必使人知善惡利害之實際，而有毅然實行取捨之決心方為有效。故性教育之最高責任在教人認識性慾生活究應如何為最當而實行之。人類能繼續進行適宜之性教育，使每代之後輩對於性慾問題之解決各有進步，則人類社會生活必能日進於更和樂、更尊嚴、更調和而終至最完美之理想的生活境界。

性教育的幾條原理

周建人

不特人是兩性的動物，便是人類以下的許多動物或植物，也都是兩性的，除卻少數動植物之外。最微細的植物，如細菌，現在不見他有性的生活；此外如芭蕉是常營無性生殖，從不見他結子的，蜚蟲是常營單性生殖的昆蟲。但細菌是藻類的變為寄生者，正常的藻類卻常營兩性生殖的；芭蕉雖不結子，卻能開花，并具有不完全的花蕊，蚜蟲則秋涼的時候便生下雄蟲而營兩性生殖了。可見兩性生活是生命界中的常則，別的是例外的現象。

然而我們要問：生物為什麼要有兩性的呢？

這問題很不容易詳細回答，只是事實告訴我們，兩性生殖實有利於物類的生

存與進化。生物營兩性生殖的時候，必有無數精蟲向卵球進趨，其中只有一個最強最敏捷的精蟲得與卵球合併而完成其受精作用，所以在受精的時候，已行了第一次選擇作用了。當受精時，精蟲內與卵球內的染色體必從新排列，這種混和作用，使一方面有不健全的性質時，由他方可以來彌補，或兩方優適的主宰性的要素結合於一體，而得生下健全的子嗣來，這些利益都是單性生殖所不能得到的。所以兩性生殖的結果，使種族更多變化而更優適。

生物既分兩性之後，異性的個體遂顯出種種不同來，如男子的有鬍鬚，許多雄鳥的有美麗羽毛、鳴聲等，即稱為第二性徵者。第二性徵的發達時期，與體內生殖器官的發達相隨伴，便是須入青年期纔發育起來，所以與兩性配合上很有關係的。

第二性徵發育有很重要的意義，因兩性個體上這種性徵的不同，能以一種刺激給予異性的個體，引起異性的欲望，所以這是兩性結合的媒介。許多動物學者

告訴我們，多種鳥類的牝鳥能選擇鳴聲，羽毛最美的異性爲配耦，其結果使其後裔愈加進於優美。動物學者雖說鳥類的鳴聲美或裝飾美、姿態美以及智慧等等，就或者只能給異性以更強的刺激，並不真有如人類的審美作用，但審美的起源於此，則是毫無疑義的。

但我們人的能够感到美，並非全因外面有美的東西存在的緣故，只因體內有能够發生美的感覺，這種能感美的靈魂，根柢即基於性的作用而來。不特如此而已，近代心理學家告訴我們說，人類既是兩性動物，一生當中的一舉一動無不與性有關係。心理學上有所謂昇華作用，經過這種作用之後，使性的本能昇化爲各種藝術而舒寫出來。一方面在行爲上，也因爲是兩性動物之故，所以能各個間發生關係，由兩性的愛推廣開去，而成友愛、親善及泛愛。照這樣說起來，生物的正常生活，即求自身生存的生活，是自私的；使人生的生活豐富及利他的行爲，自己犧牲等，都是由性的基礎上建設起來的。

然而有一種事情，足以使人奇異的，便是平常生活的本能發育得早，而性的本能則須到長成以後纔發現出來。性本能之所以須後來纔發達，在生物學有很重要的意義。因為這種本能是在種族的繼續，沒有健壯的父母，決不能生養健壯的子女；而在子女的養護上也非有健壯的父母，不能周密的保護他們；所以性本能的發育於壯年時期，於種族的健全上，實有很大的關係；然而爲了這個緣故，使許多人發生眩惑，他們以爲只有謀個身生活的本能是人生正規生活所有的事，性的本能是添加出來的附屬事件。一方面因認性的本能多少帶神祕與穢褻，因此發生一種謬誤觀念，以爲性慾是後來發生的事，只要加以隱瞞，自然就可以抑制了。

但這不是聰明的辦法，所以結果是不佳。一方面雖然絕口不談性的生活，也不以正當的道理教導兒童；別方面卻很多津津樂道的老嫗與在街頭巷尾談講的不良少年。此外如不良的戲劇及穢褻的歌曲小說之類也很多，隨處可以誘起青

年的好奇心，而起性官能的誤用的。

性官能的誤用這種惡習不一，如手淫及不正當的性交，或憑空起性慾的妄想及過度的性交都是。但我們要說明手淫與性慾頻頻衝動及過度性慾之害，必須先大略一講生殖器官的組成和生理，這些害處也容易明白了。

男子生殖器中最重要的器官是睪丸，這是製造精蟲的器具。小孩產生時的稍前，睪丸即由腹腔內降到腎囊內，以後便永遠在那里了，所以與鳥類的睪丸永久在腹腔內不同。睪丸有細管上行進於腹腔，又下行與尿道通連。此外又有三種腺，其管都與睪丸管及尿道相通，即精液囊 (seminal vesicle)、攝護腺 (prostate) 和考卑氏腺 (Cowper's gland)。

睪丸是製造精蟲的器官，前已說過。此外三種腺的用處也很重要。考卑氏腺能分泌出一種鹹性液體，與蛋白相似。他的用處在中和尿道中的酸性物質的。讀者應當知道那尿管有兩種用處：一種在泌出尿液，一種是輸送精液，與有些動物，例

如章魚屬的以一隻脚取了自己的精送到雌性的體中去是不同的。精蟲的性質極其怕酸——所以醋可用作避孕劑就是這個緣故——尿管泌尿之後，不免有尿中的酸質留在裏面，中和這酸質便是考卑氏腺分泌液的功能。攝護腺的水液中含有蛋白質和鹼性的鹽類，功用與質料都與精液囊裏分泌出來的液體相似。當精蟲射入腔內的時候，往往有數日的停留。而精蟲在趨近卵球的時候，必須劇烈的游泳。這時如要能力不衰竭，非有榮養物及刺激物不可；這液體中的蛋白質便是給精蟲榮養用的，鹼性鹽類是刺激精蟲的質料。

精液囊的分泌物雖與攝護腺所分泌的相似，但其分泌情形卻很不同。舉凡攝護腺的分泌，往往須在性慾奮興的時候，平時卻是不營分泌作用的；精液囊卻不然，雖在沒有刺激到生殖器官，他也能陸續分泌出來，遺精現象便由是而起了。

遺精在青年期中是極普通的現象，並非病態的現象，這是一般青年人都所應該知道的。但青年往往缺乏此項知識，一見遺精，便發生恐怖與憂慮，不特以為疾

病，有許多人竟以爲有性命之憂的。這種謬見盤旋心中，實在非常有害。遺精也有帶病的原因的，但如遺精後不見有什麼病的不快，不論一月或十日一次，或更密，都爲青年的常事。按其原因，全因精液囊的分泌物多了，一方面受了激刺——激刺中最普通是膀胱的壓迫。膀胱的地位適在精液囊的前面，仰臥的時候，尤容易壓迫到精液囊，故遺精也在仰臥的時候爲多。精液囊受其壓迫，他裏面的知覺神經即傳消息到脊髓的勃興及射精中樞，於是陽具即勃興起來，精液囊中分泌出來的液體遂溢出。這時也許會得引起夢象，所以又稱「夢遺」。其實夢的發生毫不足異，一種器官的發生刺激，常能引起對象的發現的。譬如在眠睡中覺得口乾，會得夢見飲水；幼年時候夜間夢在某地撒尿，而醒來見已遺尿牀上；遺精時夢象也由同一的道理而來的。

生理學家告訴我們遺精的道理及醫學家告訴我們說這是無害之後，也許有人這樣想，遺精既無害，手淫也無非使精液洩出，應當也是無害的了。其實手淫的

結果與遺精完全不同，手淫是有害的。這點性知識，青年都應該有的。但如要說到手淫爲什麼與遺精的不同，卻不能不一說辜丸的內分泌作用了。

辜丸製造出來的兩種東西，一種是精蟲前已說過，又一種是內分泌物（*inter-nal secretion*）。內分泌物吸收在血液內，身體上有重要的作用，他能使男性的第二性徵發現出來，并使筋肉強固。但一起手淫或性慾衝動的時候，便有這內分泌物少許同精蟲分泌出來，後射出體外。精蟲本是預備給卵球受精發育用的，是極重要的質料，無端耗消已很有損害於身體。內分泌於身體的強健上尤有極大的效用，所以消耗是非常可惜的。

因此手淫的結果與自遺全然不同了，遺精並不由於性慾衝動，不牽連及辜丸的活動的，手淫卻是不然，所射出來的精液中富有活潑的精蟲的。自遺的精液中雖然也會有精蟲夾雜着，但其原因是因早先有性慾衝動所致。前已說過，辜丸平時係靜止的，只有性慾奮興的時候纔活動起來而將精蟲泌出，如果受性慾衝動

之後，這分泌出來的精蟲和帶同出來的少量內分泌物遂停留在舉丸管內，下次遇遺精時，隨將這精蟲帶出體外，因此自遺的精液中也會有精蟲了。但那精蟲是這樣帶出來的不是新成的，所以自遺的精液放在顯微鏡下看時，大概不見有什麼活動，便是這個緣故。

只是手淫雖然有害，而在青年男子中犯的卻是很多，這因為誘起這種惡習的原因非常多，所以蹈入這種惡習的人也自多了。其原因如官能的刺激，描寫性慾的讀物，不良伴侶的指導等，都足以引起；有時如溫水洗浴時，也能引起性慾而行手淫的。習慣的養成正如美國霍恩（Horne）所說，譬如一張紙一次折過，有一折痕在上面，以後便容易折轉了。手淫也是如此，一次兩次以後便漸漸成了習慣，如果一直繼續下去，不早戒除，很能使身體陷於衰弱，並且使性官能失其健全的作用的。這又是使結婚生活不美滿的一個大原因；不但如此，此外如意志也會薄弱。平常健全的男子自有一種自制力，不易被性慾所誘動，若受手淫之害之後，性慾

往往很容易誘起，甚至稍受刺激，性器官即會得勃興起來，這又是容易引起不當性交的原因了。

因此，關於性生活的過失有兩方面：一是因誤用性本能而使自身陷於衰弱；一是因不正當的性交而成性的犯罪。但這所謂性的犯罪，不是法律上的罪，卻是道德上的罪惡。現在法律上只有姦通有夫之婦，侵犯了夫的主權，方纔有罪；如果和還沒有屬於誰的處女相通，法律並不科罪，只有道德不許可罷了。至於用錢去買性慾，則法律不禁，道德也默默應許的。然而性倫理上卻不然，用錢買性慾滿足當然是一種極大罪惡，因為這是辱沒人格，破壞戀愛神聖的行爲。所以糾正前一種的錯誤的是在性的衛生的範圍，指導後一事的行爲是性倫理所有的事；這兩事都是性教育的範圍內應該說明的。

近代科學告訴我們說，這種性官能及性道德的病態的表現有兩種來源：一種是遺傳的，就是所謂先天的，有些人會得生而具有這樣性情的；如缺乏自制能力、

性慾容易衝動或性慾異常衰弱等一種是因環境不良性生活陷於錯誤所致的，幸而真是先天具有性的病態的人並不十分常見，大概多數都是由於缺乏性教育的教訓而起的，所以這種弊端很可以用正當方法來糾正。性教育所用的方法，簡單說起來不外二事：一方面是防護的方法，如從幼兒期起，即當使小孩睡時兩手不接觸生殖器，衣服宜寬博不壓迫身體，早上醒來即叫他穿衣下牀以及不令其飲刺激性的酒類，不接近不良伴侶，不看淫穢的戲劇、讀物等；一方面是教的方法，要順着年齡，逐步教以性知識，以科學的態度教他知道生物中性生活的重要與神聖，性器官的剖解學生理的大要，要他知道這種器官的功能的重要；一方面再教以正確的兩性道德的大意，使對於性的倫理有正確的觀念。並且說明整個的生活裏，一部是性的生活，性的生活不是比日常生活卑下的。這是的確的，正如霍爾博士(Dr. Hall)所說，心身的能力是我們最高希望和理想的基礎，如果施用正當，能給我們大快樂和幸福，如果誤用時，便是悲運和墮落的根源。

我們既說完性教育的重要之後，接着發生的問題，便是性教育應當如何施教纔好。但說到當用何種方法教這人生的大真理予兒童，這美的，奇異的，靈感的高尚的真理，卻很不容易。當兒童到五六歲年紀，便已感自身來源的不可思議，所以兒童的第一疑問便是向母親問自身是從何處來的。從前的青年母親見小兒這樣問，便覺得有點不知如何措詞好，往往用了從什麼地方領來，或什麼鳥獸啣來的一類話來支吾。這種應對是否能夠滿足小兒的疑問且不說，即使能夠暫時瞞過去，結果卻是不良的。有時小兒見母親生下小弟妹來，更使他奇異，常常引起他的追問：「媽媽，這小孩子是從那里來的呢？」美國蓋爾的意見以為母親遇到這種時候，便應該老實這樣回答：「這小孩是媽媽生出來的，他是在媽媽體內，用了媽媽的血養大的。所以媽媽的面頰這樣蒼白了，媽媽的手這樣白而且疲了。」小孩聽見了這話，必定覺得很驚異，然而他同時也覺得這是真實的。他看了母親的面和手，再看了嬰兒之後，他會得再問道：「媽媽，我也是你的體內大起來的麼？」

母親可以這樣回答：「是的，我的孩子，你也是的。你在媽媽的體內長大，媽媽的血造成的，所以媽媽這樣愛你，因為爲了他，她費了她的許多血呢。」霍爾以爲這樣回答，是以生命的真事情誠實的告訴小孩，他愛母親的心也會得格外發達起來的。

兒童年紀稍大，大部分的生活在學校裏了。這時候施性教育者，應當是教師了。所以謀這項教育的發達，當然先在養成教師，必須於師範學校先設關於性教育的各項科目，隨後方能施之於小學校。在小學校中最好先令兒童觀察蛙類的發育順序，鳥類的孵育雛鳥等，使他們先知道些個體的由來，及親子的關係等。到了中等學校裏，再從生物學裏去教以更詳細的性生活的真理，從剖解學、生理學去教生殖系的構造與官能。隨後再教以性的倫理等。關於教授的方法，現在限於篇幅與時間，不及詳說，並且也應當由教授上比我更富於經驗的人來說了。

教 育 叢 著

兩性生活與性教育

潘公展

一 性的知識

人類天賦有兩種根本的慾望：第一種是食慾 (food desire)，又可稱為營養慾 (nutritional desire)；第二種是性慾 (sexual desire)，又可稱為生殖慾 (reproductive desire)。因為有食慾，纔能去尋求食物，營養身體，保存他們自己的生命。因為有性慾，纔能去尋求配偶，發生戀愛，蕃殖他們自己的種族。這兩種天賦的本能 (instinct)，都是保存種族所不可少的東西；使用得當，身體可以康健，心境可以快樂；否則，就難免身心受着痛苦了，但要求這種慾望使用得當，自然應該先

求得一種正當的知識；因為有許多誤用慾望的事情，都是由於蒙昧無知而起。關於食慾既然有食的知識，關於性慾也當然有性的知識——這兩種知識，凡是人類都不可以不求的。

有許多身體的疾病和精神的痛苦，都由誤用或濫用這兩種根本的慾望所致。動物滿足他們的需要，完全以本能為指導的工具；本能而外，絕沒有什麼理性 (Reason) 參加其間。野蠻種族的人類，飲食和生殖，其發源也當然以本能為根據。但既稱之曰人類，則無論如何野蠻，除本能的衝動 (Impulse) 而外，必有理性為其補助；換一句說，必有一些考慮的能力參加其間。人類越進步，本能越暗藏，理性的功效越顯著；有了理性去補助本能而後個人、社會、種族都可以得到益處。總之，人類既然天賦有一種思想或反省的能力，那就不當專恃本能而生活了。

人類不當專恃本能而生活，我可以舉一個事例來作證。雌性的獸類，根據了本能，天然懂得怎樣去養育他們的子女。人類卻不然。一個受過教育的文明婦女，她

撫育兒女，卻不能專恃本能的指導。她必須用她的腦力，從有經驗的婦女那裏去學她的母職。假使人類祇跟了本能的衝動做事情，那就沒有什麼文化，沒有什麼發明，更沒有什麼社會生活了。人類的生活，不能專恃本能，而須求得生活的知識以爲補助。兩性生活既是人類生活中的一大部分，——嚴密的說，實在可以算包括人類生活的全部，——則人類當求性的知識，以補助性的本能，確是天經地義，無庸諱言的。須知人類的知識原是無止境的。古代的人，穴居野處，茹毛飲血，那裏望得到用鐵做器具，用煤做燃料，而現在煤鐵兩項卻是「司空見慣」的了。依此類推，性的知識，在舊腦筋的人看來，或者是一種奇怪新鮮的東西，但不多幾時，等到人人都知道不可不求得這種知識，那也就成了「家常便飯」了。

還有一層，人類對於起初莫名其妙的事情，總是加以幾分揣測。這些揣測，或是出於空想，或是流於迷信，與直接的、合理的、科學的思想當然常有衝突的地方。我們不先研究事實，而徒然想像猜度，不免陷於誤謬；卻是有許多人竟把這些誤謬

的推想認爲事實，這實在是危險的。所謂知識，必須除去思想的誤謬，尋求真理的所在，然後可以爲我們所得到。所以要求性的知識，也必須先把從前關於兩性的誤謬思想掃除淨盡而後可。

第一，要探求性的知識，須先闢去一種驚疑的觀念。兩性吸引這一種本能或情感，不但未開化時代我們的祖宗覺得駭怪，就是有許多曾受教育的人也對之驚疑不置。原來沒有知識的人，對於一切自然界的偉力，起初無不駭怪的，即如日、月、星辰、雷、電、風、雨等等自然界的現象，都曾引起過人類的驚疑崇拜。凡野蠻人類所不能了解的事情，他們都以一驚了之；這一種性格，就是現在自號文明的人類大概仍舊有的。因此之故，幾千年來的人類，都把兩性關係看得玄祕非凡，驚疑駭怪，而竟不敢細加研究。兩性戀愛，本來是世間最高道德——英武、勇敢、公正、熱誠等等——的源泉，也是藝術上、詩歌上、思想上一切偉績的成功之母；然而正爲人類驚疑駭怪不肯研究之故，大家都把他看做一種危險或罪惡的根本。其實，這一

般驚疑的男女誤入歧途，都只看見兩性戀愛的幻影而沒有看見他的光明。

第二，要探求性的知識，更須戒除一種蔑視的態度。有許多人以為兩性關係實在帶些污穢色彩，不值得去重視他。其實這是大謬。我們須知兩性戀愛乃是世界上促進文化、宣揚人道的最大勢力；綿延種族、發達社會，都少不得這一種主要的原素。所以戀愛是人生最重大的事情，萬萬不可輕視的。戀愛的關係既如是其大，我們當然要用得正當；而要用得正當，又非僅恃本能的衝動所可做到，於是尋求知識成爲必不可少的一件事了。我們萬一看見了兩性關係的黑暗方面，不必出以驚駭，應當鄭重其事加以研究，試問爲什麼戀愛本來是人類天賦的寶物，卻反而變成許多痛苦或罪惡的根源。

根據上述兩點，我們可以知道兩性戀愛乃是一件極平凡、極尊貴的事情，既無所用其驚疑，更無所用其蔑視。那麼，我們對於兩性生活的正當態度是怎麼樣呢？歸根一句話，就是從正當的途徑，求正當的知識。原來人類對於兩性生活的求知

慾，乃是天然生成而不可遏抑的。人類對於不知的事情，總是漸求其知；對於兩性生活，不能獨外此例。所以我們若不許一個小兒問到這一件正經事情，或不肯正經的講給他聽，那麼他必定被求知慾所驅使，祇好向不正當的地方去搜羅許多不正當的知識，危險何可勝言！許多關於兩性生活的慘劇，都是因為身歷其境的人當初沒有受着正當的性的知識，纔演出來的。即此可見人類尋求性的知識，本來是必然的事情，我們現在所要討論的只是一個主要問題，就是：青年男女究竟在什麼時候向什麼地方去尋求正當的性的知識？

現在文明的社會裏面，有許多做父母的，做教員的和改良社會的人，都確已承認關於兩性的正當知識佔據青年男女所授的教育中間一個重要部分。有些國家，甚至有特別組織的會社，從事於家庭或學校間的性教育事業，對於成年的男女把性的知識公開演講。有許多醫生、教員，都以爲兒童的問題應該由父母忠實

由去特別欺騙他一下；而最配爲兒女解釋這個疑難的人，當無過於母親。一個兒童，不論男女，大約到了十四歲的時候，身體上和思想上都要發生變化，新問題因此而起。那個時代，做母親的就應該把關於生理學的知識、性的衛生方法、衝動的節制、兩性戀愛的重要、個人對於社會和人種的責任等等，教導兒女；因爲他們日後一生的體格和道德如何，全視此時所受的爲何種知識而定。我希望讀者都要明白，求知的慾望並不是一件可恥的事情，只要所尋求的確是正當的知識就得了。不正當的和粗俗的談話，纔是有害，纔是釀成社會的污點。但是這也不能全責青年男女，因爲青年男女的心理起初總是純潔的，惟其沒有得到正當的知識，纔致流入歧途。所以，爲提高人類的兩性的生活計，性的知識是不可不求的。

二 戀愛的性質

一切的愛情，他們的基礎都是在一種求偶的根本慾望。假使一個婦女沒有尋

求異性配偶的衝動，則母親對於兒女的深情從何而來？假使一個男子沒有尋求異性配偶的衝動，則丈夫保護妻子和父親養育兒女的深情從何而來？有了兩性的愛，而後有家庭的愛，而後有朋友鄰里的愛，而後有社會國家的愛，充其極而後有博施濟衆普遍人類的愛。所以一切愛情的起源，老實說，除了兩性間的戀愛，沒有第二種。

沒有性的情感 (sex emotion)，不會產生戀愛，這是已經說明白了。可是這種存在於兩性間的熱烈的情感究竟是什麼性質呢？這種性的情感，是一種天賦的衝動，與心力體力密合而不可分。惟有婚姻，或有時動心的工作、讀書和他種快樂的事情，可以安慰這個衝動。這個衝動，由於腦中的慾望而起，不但是含有縣延種族的目的，並且是人類一切活動的原動力。

因為要知道男女的情感是怎樣，不可不略懂一些人體的構造和作用。一個人體是由兩重細胞構成：一重是構成形體的，叫做形體細胞 (somatic cells)；一種

是保存種族的，叫做生殖細胞 (germ cells)。包含生殖細胞的一種精液，流入血液，灌輸全體，對於人體的一切器官都有重大的影響，而對於腦爲尤甚。一個男子的精液，乃是供給全身體的活動力；促成生長，推運消化，補助思想，無不有賴於他的功用。一個女子從卵巢 (ovaries) 裏分泌出來的泌液，除了生殖作用外，也有其他重要的用處。

就實質講，無論男女，由泌腺 (glands) 分泌出來的泌液，其影響與身體，有顯明的證據。我們已經知道，這種泌液足以影響思想和情感；或者可以說，例如戀愛異性的情感，其濃厚淡薄，大概與泌腺的構造和活動能力有關。並且一個人的行爲，也與泌液的多少有關係。所以某種泌腺如果有了阻礙，失其作用，那麼一個人的精神、能力都受影響；男女間的情感也當然受這種泌腺一部分的支配。

上面所述，或者有人要疑我把戀愛只看做一種純粹肉體上的表現，其實我要說明精神的和情感的表現乃與肉體的表現有相互的關係。戀愛他人和被他人

人戀愛的熱望，我們稱他為情感，這種情感是人類最高道德的源泉。照生理學講，這種情感是有賴乎腦和刺激腦筋的泌液；假使單就這一點看，戀愛的意義似乎屬於肉體的；因為沒有了腦，就不會有求偶的思想。然而動物在某時季實行兩性交媾，我們不說他們是戀愛，因為他們完全由肉慾所支配而為被動的。人類卻不然，有時男女間並沒有性慾發生，卻也可以互愛。人類之所以異於禽獸，就在這一點精神的戀愛。

但是有許多生活歷程中的誤會和痛苦，都是因為要鼓舞「精神的戀愛」而蔑視實質的「性」，纔釀成的。須知精神的戀愛固然可以寶貴，而其基礎卻建築於實質的「性」之上，恰如思想的基礎乃建築於實質的腦之上。男子之所以愛女子，最初的原因就為了女子是異性的。除了異性這一點而外，如光可鑒人的頭髮、肌理細膩的皮膚、臨風綽約的體態、清脆婉轉的聲調等等，都是促起愛情的副原因了。總之，男女間的互愛，雖有種種原因，而「異性」這一個觀念卻為其根本；所以我

們不可因爲只想鼓舞精神的戀愛，卻把肉體的性看得太輕了。

然而只有肉體上異性的觀念，也不足以談戀愛。譬如我們說到一位佳人，我們不一定單單說她有嬌美的身體，或者連溫雅的態度、幽嫺的神情、美滿的學問、高尚的道德都包含在內。又譬如婦女稱讚她的意中人，不一定祇想到他身體的強旺、神氣的漂亮，也許連他的道德、學問、文章、功業都是崇拜。那可見男女間的戀愛，又決不僅限於肉體上異性的吸引，而常有他種同情心參雜其間。

戀愛是一種情感，他的原質，上面已經略略說過。還有一層很重要的意思，可以分別出戀愛和淫慾不同。只求滿足肉慾而沒有他種精神上的同情的，那是淫慾而不是戀愛；嫖妓宿娼就是這一類。所謂戀愛者，必須包含犧牲的意思，情願遏止他利己的希望，或甚而至於拋棄他自己的利益，爲被愛的對方謀利益，這纔是戀愛。所謂戀愛者，又必須包含尊重的意思；尊重自己的人格，尊重對方的人格，這纔是戀愛。真能戀愛的人必定是勇敢、忍耐、和善、富於同情心。真能戀愛的人，對於家

庭、對於社會、對於人類，必定都能夠負相當的責任。這些品性和行爲，大凡只知淫慾的人都談不到。

戀愛既然這樣神聖高貴，青年男女當然不應該輕視，也不應該避諱。須知兩個互相戀愛的男女結了婚姻，成了夫妻，他們對於國家，對於人類，都負擔了一種責任；生育兒女乃是他們惟一高貴的責任。結婚後的責任既然這樣大，所以青年男女萬不可糊塗塗談戀愛，更萬不可草草率率結婚姻。在結婚以前，成年的時候，他們應該知道生殖的機械作用、指導情感的地方、兩性衛生的規律、兩性戀愛的真義。而要使青年男女知道這些正當的事情，非由教育入手不可。性教育關係人類生活的前途，真是重要，何可輕視，何可諱言？

三 本能的使用

我前已說過，假使兩性間的慾望，只讓本能當權用事，而沒有理性加以制裁，往

往足使我們自己和別人都受損害。天賦的根本衝動的第二種，就是性慾的衝動，他的主要目的原是傳種。戀愛這一件事情，若就物質上的意義講，也不過達到傳種目的一種間接的工具。然而這種戀愛的衝動，他的使用也有正當和不正當的分別。

性慾本能的使用，所謂正當和不正當，大概須以一個國家或社會的道德信條為標準，而那些道德信條又都是過去和現在多數人經驗的結晶。依據普通情形而說，一夫一妻的婚姻制度比一妻多夫或一夫多妻制度來得適合現在的社會；至於他種形式的兩性關係，更不足與一夫一妻制相提並論。所以假借戀愛自由的名義，東也戀愛，西也戀愛，實在是兩性生活中的蝥賊。又依據前人的經驗而說，二十歲以下的男女最好不結婚。因為就男的方面講，他沒有能力獨力供給一個妻子和兒女；就女的方面講，她也恐怕沒有能力去教養兒女；就兒女方面講，他們在體力智力尚未完全成熟的父母手裏過生活，恐怕也不是幸福的事情。所以現

在有一般人，學了山額夫人(Mrs. M. Sanger)的皮毛，爲了防止青年瀕用性交釀成罪惡起見，贊成早婚，而又恐怕早婚多育兒女，乃提倡節制生育的方法去補助。其實節制生育是一事，早婚另是一事，我們憑經驗說，總要遏止早婚。

性慾的衝動，如果要正常使用，必定先戀愛一個異性的人，到了成年，和他結婚，結婚以後的性交方是正當。但這裏所謂戀愛，前面已經說過，必須具有一種犧牲的精神，利他的作爲，情願爲所愛的對方服務。假使沒有這種利他的精神，不但戀愛是假的，而且人類的社會也必定逐漸墮落。

性慾的衝動，如果不正當使用，就是濫行性交，那麼許多個人的痛苦和社會的污點都要隨之而起。譬如個人方面的神經衰弱症、各種花柳病，社會方面的賣淫、誘奸、殺嬰等事，必定一天多似一天。所以一個人如一失足，只圖一時的快樂，就未免造成多年的痛苦。這種痛苦，不但個人身受，而且使現代的社會和後代的子孫一概受着影響。

凡是青年男女，把上述正當的和不正當的兩種使用法一比較，就應該覺悟性慾的衝動是萬萬不可濫用的。然而從前，甚至現在，許多青年男女都誤用了。他們誤用的原因，是由於不知道危險；而他們所以不知道誤用性慾的危險，實在因為他們沒有受到相當的性教育。那可見一聽性教育的名詞而掩耳疾走的，無異獎勵青年男女對於性慾的暗中摸索，更無異獎勵一切個人的痛苦和社會的污點。

四 生命的來源

性的知識，包含的範圍固然很廣，而第一件就是關係生命來源的知識。一個身心發達完全的兒童，無論男的或女的，他遲早總要知道生命來源的祕密。這種好奇心乃是很自然而又很合理的；有了這種好奇心，纔有求知知識的動機；不過做父母的應該給予他一種正當的知識纔好。以下，我且把生命的來源略講一番。

人類是屬於哺乳動物的一種。例如馬、牛、羊、狗、猴、象等等，都是哺乳類的動物；他

們骨骼、消化器、五官、腦和神經系統等的構造，大致與人類相似；不過人類的腦高出於他們的腦罷了。生命的起源乃由於一種微生物，我們稱爲種子細胞 (seed cell)，無論在植物、動物或人類，都是如此的。研究生命的科學，我們稱爲生物學 (biology)；生物學中有一部分是講到生殖的。我這裏就是要把這一部分提要的說一說。

人類生命的起源，由於父體的精細胞 (spermatozoon) 穿通母體的卵細胞 (ovum 或 egg)，結合起來，纔算受胎。精細胞可簡稱爲精蟲，卵細胞可簡稱爲卵子，精蟲和卵子都是從血中得來，所有父母身體的精神的性質都包含在內，甚至頭髮眼睛的顏色和學問事業的能力也都能從這裏面遺傳下去。女子大約在十四歲的時候，到了春機發動期 (age of puberty)，卵子開始成熟。每月一次，有幾個完全成熟的卵子從卵巢中輸送出來，預備在子宮 (womb) 裏受胎 (conception)。但那時候女子的年齡還不配做母親，所以成熟的卵子也就跟了月經

(menstruation)排洩到身體外面來了。卵子已經是很微細的了，而精蟲卻比卵子還要微細，大約不過一寸的三分之一。然而他們雖是微細，人類生命的原質卻完全包含在他們裏面；沒有他們雙方結合起來，就沒有所謂生命了。

男子傳種的機關叫做男生殖器，女子傳種的機關叫做女生殖器；這都是科學上應用的名詞。有許多沒有見識的人，他們看見書籍上間或有這些字面，覺得穢褻，而他們慣常聽見俚巷鄙俗的言語，反不以爲奇。其實，我們要研究自然界莊嚴奇妙的工作，不得不用一種莊嚴純粹的名詞，因爲非此不足以解釋明白；而且沒有這些正大的名詞，反使穢褻的名稱到處傳揚。男生殖器和女生殖器是天生可以密合的。男女結婚後交媾的結果，就是受胎。男子的精液是藏在兩個辜丸裏面；女子的卵子卻在卵巢裏成熟。女子成熟的卵子，由卵巢排出，留在喇叭管的一端，漸漸向子宮方面進行。等到交媾的時候，如果男子所有侵入子宮裏的千萬精蟲裏面，有一個最強的衝進卵子裏面去，則那卵子被侵入的小孔立即閉塞，而精蟲

和卵子遂互相凝結變化，——這就是所謂受胎。受胎以後，卵細胞開始分裂，每個分裂出來的細胞都似球一般，這時候稱爲桑卵期（Morula）。後來，卵子在子宮裏發育，漸漸成爲一個胎兒。十六個星期之後，胎兒可以辨別男女了；四十個星期之後，胎兒就可以產生了。這就是生命來源的歷史。我們這裏用正大的名詞，正當的態度明白解釋出來，並不覺得有一些穢褻啊！

五 少年的危險

從幼年時期到壯年時期這一段時候，叫做春機發動期。在這個時期裏，我們身體上精神上都有許多重大的變化。這些身體上和精神上的變化，姑且留待後述，這裏我只要說出一種，就是：因爲身體上某部分的變化，尤其因爲生殖機關一部分的變化，開始發生戀愛的情感。我們前已說過，身體裏面一大部分的精液是保存作爲傳種用的。如果把這些精液白白花費了，對於本身，對於子孫，身體方面和

精神方面都有損害，一個病人的兒女，身體和精神一定是不健全的，就是這個緣故。

我們須知道，包含生殖原形質的精液乃是從細胞產出。這種細胞又是許多分泌的產品。當春機發動期內，這些細胞開始一種新活動，而且發生某種化學的變化。即以男子辜丸的分泌而論，依據科學的發見，在男子尚未完全成長的時候，這種分泌對於身體的成長和男性的形成是大有關係的。他們所有的分泌當然足以左右腦力，間接影響於情感。由這種分泌引起的新情慾，往往為青年男子一切煩悶的根源。老成的人在青年的時候，都是經過許多情慾的誘惑，所以那個時期，青年最應該得到一種有益的知識為他們的嚮道。

我且先舉一個淺近的例，就足以說明青年沒有性的知識實在容易陷於危險。有許多年齡很幼的青年偶然或自然學得一有害的習慣，叫做手淫（masturbation）；可憐這種惡習，差不多到了春機發動期的男女青年都要犯一下子，難以禁

阻。然而這種惡習，對於個人身體上和精神上的傷害，不必煩言，已經可以知道是很重大的了。要餘止這種危險的惡習，勉強的禁阻是不行的，必須先把何以危險的理由詳細講給青年們聽，他們自然會知所戒懼。以下，我就根據加里慶（W. M. Gallichan）的話，把手淫的危險略說一番。

手淫的結果，可分下列三種：（一）神經衰弱症，（二）夫婦不和陸，（三）喪失生殖力。所謂神經衰弱，乃是神經系統一種不健全的狀態。他的症候很多，例如時常疲乏、心跳、血運失調、消化不良、食量減少、不時飢餓和一切精神萎頓的狀況，都是最普通的症候。有了神經衰弱症的人往往怕做煩難的工作，而且幹一件事總是有頭無尾。他們有一時覺得很快樂，有一時意氣非常沮喪。他們大都存着恐懼心，恐怕要有什麼病。有時略有一些痛楚，就驚恐得了不得。他們怕坐火車，怕走鬧街，怕上高樓，怕入黑暗地方。他們的體力、心力當然不及常人。要治好這神經衰弱的病症，與其延醫服藥，不如用心理的治療法；而有手淫習慣的人只要永遠戒除手淫，

就可以漸漸免去這些症候了。至於夫婦不和睦，也往往因為夫或妻有手淫習慣而起。無論男女，在少年的時候，如果就染了這種惡習，那就差不多成了第二天性，縱使結了婚之後，仍舊免不了手淫。這種情形，在女子為更多。有許多夫妻反目或離婚，其原因就是為此。在男子方面，手淫情形過多的結果往往釀成陽萎，不能盡其夫道。天然兩性的結合是眼見無望的了，生殖力的消失更不必說。這種病症並非不可治，不過禁止惡習比較醫藥治療更覺有效些。

以上，我已經把手淫的惡果平淡的寫出來了。我不願過於張大其詞，因為過於張皇了，那麼曾經犯過這種惡習的人未免要恐懼擔憂。現在且再從實際上說出防止和補救的方法。

防止手淫的方法，當從留心兒童的飲食起居入手：因為父母稍不留意，兒童往往已經染傳得這種惡習了。兒童的食品應當性質清潔，分量適宜，不可多食富於刺激性的東西。肉類對於兒童是有害的，不可多食。牛乳、蛋、水菓、穀類，雜以少許魚

類，那就是兒童最適當的飲食品。飲食過飽，往往足以發動情慾。衣服過暖，也是有害的。晚間睡臥時，被服太多，或衣服不潔，也是不好。最好兒童每天都要洗浴，在冬季須洗溫水浴，用手巾磨擦全體，晨起練習運動。如煙酒之類這種有刺激性的物品，宜禁止飲食。關於戀愛和兩性的粗俗談話，不應當在性的情感尙未成熟的兒童面前濫說。過度的疲勞使神經受了激刺，晚間常常容易覺醒。少運動，也是有害衛生。至於兒童問到關於生育的事情，母親應該坦白直率的講給他聽，使得他不至再向那些僕役或夥伴中去詢探不可靠的知識。總之，上面所說的預防方法，雖則不免有些拉雜，而父母責任的重大卻可見一斑。

手淫而外，還有一種遺精，有些人看得也是有害，但加里慶在青年男女 (Young Men and Maidenhood) 一書裏，卻以爲不然。他說，一個男子，到了春機發動期，差不多總有一次睡夢中遺出精來。這種現象，大概潔身自好的未婚的男子纔有的。遺精不過蓄精過多的一種表示，滿則溢，乃是自然的趨勢。所以只要不常常發見遺精，

那就不足爲患，而且他與道德並無關係。有些醫生張大其詞，說遺精總是一種疾病，總是一種敗德的表現，以致即使純潔的人偶然遺精，也不敢堂皇說出來了。其實只有常常遺精纔算疾病，應該請有經驗的醫生診斷療治；否則，便不必大驚小怪的。遺精的原因，或是身體某部受着壓迫，或是膀胱膨脹，或是器管受了激刺，或是身體過於疲勞之故。至於遺精時候的夢，那也不足爲敗德的證據；因爲夢這一件事，大都是出於下意識的作用，非人力所能構成，也非人力所能遏止的，我們那裏可以憑遺精時候的夢就斷定這個人必已不能守兩性的道德呢？

六 避免危險的方法

人類的的生活，總是趨樂避苦。不過當趨樂時候的所謂「樂」，性質大有分別，有些是正當的娛樂，有些是不正當的娛樂；正當的娛樂對於身心固然有益，那不正當的娛樂卻非但無益而且有害了。譬如青年男女，在春機發動期間，娛樂的途徑

最是要預防走錯；一入歧途，就算敗德。依自然界規定的生活狀況而論，男女間要感覺着正當豐富的娛樂，必須先有深摯的情感，結為永久的夫婦，然後除了肉體的結合以外，精神上方能發生一種互相尊敬、互相憐惜、互相扶助的情境。所以兩性間的結合，應該不但限於肉體方面性慾滿足的意義，更須把精神戀愛作基礎。

即僅以肉體而論，尋樂也貴有適當的時機。人身無論耳目口鼻，凡聯屬神經系的器官，天然都有尋樂的本能。譬如悠揚的音樂可以娛耳，絢爛的顏色可以悅目，美味可以適口，濃香可以薰鼻，這都是五官尋樂的對象。所以正當的尋樂，恰如其分的尋樂，乃人生必不可少的事情；不過這些尋樂的器官斷斷不能誤用濫用罷了。依此類推，那麼人身最重要器官的一種，就是傳種接代的生殖器也當然在適當的時機要求正當的娛樂。無論男女，在少年時候，身體尙未完全成長，就該讓生殖器自然發育，不加斲傷，預備結婚後正當的使用。而且少年男女正在發育之際，生殖器的泌液大有助於成長，假使應用過早，對於身體精神雙方都有損害。普通

情形，男子在二十五歲以前，最好不要結婚；女子成長較早，但最好也候到二十歲方可結婚；否則男女的身體無形中都不免有陷於衰弱的危險。

除了上述早婚的危險以外，還有一種更重大的危險，就是賣淫業的興盛。大概普通一般的男子總見過許多倚門賣笑的婦女，就使沒有親眼見過，卻總聽人談起有這樣一回事的。他們有時或竟被誘，嫖妓宿娼，在道德上固然傷風敗俗，不消說得；就使在他個人身上，也恐怕快樂少而危險多咧。何以有危險呢？因為娼妓中間，什九染有兩種病症：一是梅毒，一是淋濁。這兩種傳染的毒症，勢力非常偉大。即以上海而論，花柳病醫生一天多似一天，六〇六的銷場一天大似一天，這就可見傳染梅毒的人實在不少；約略計算，或佔全埠居民十分之三四；至於患淋濁的人，當然更多了。梅毒不但可以傳染同時的他人，而且可以傳染後代的兒女，危險何堪設想？梅毒的症候，這裏也不必細說，不過青年們須知道他的結果甚至齒髮脫落、骨節腐爛、癩痹瘡疹、鼻毀目盲、瘋狂癩癩等等，雖則可請醫調治，然而偶一疏忽，

便成廢人。所以已經傳染的人應該直言不諱，趕緊醫治；沒有傳染的人，更加應該悚然知懼，相戒不犯嫖娼宿妓的敗行。淋濁雖則通常以為不如梅毒的劇烈，其實也是很危險的。他這種毒質，能够使腎部及膀胱發生疾病，使新生的嬰兒盲目；而且婦女患了這種疾病，往往不能生育兒女了。

青年男女當春機發動時間，既然有這樣重大的危險，何以竟有這許多男女不知道避免危險反去自投羅網呢？其實這也怪不得他們，因為他們那時候血氣方剛，經驗未充，而且關於兩性的知識，父母又絕對不向他們明白講解，他們又何從知道前途有絕大的危險呢？所以要使以後的青年男女都能够避免危險，不得不從根本上着手，就是注意實施性教育的方法。性教育既然現在已有國人提倡，那確是一件萬不可緩的事情。這裏我且略舉避免危險的方法數種於後：

（一）青年男女因為沒有受着正當的兩性知識，往往從友朋或僕役中間聽取兩性關係的粗俗談話。他們天然是有好奇心的；對於兩性互愛和生育兒女的事

情，尤其是有好奇心；這種好奇心既不能因獲得正當的知識而解釋，勢必趨向於粗俗鄙野的途徑。等到他們一旦具有粗俗鄙野的觀念，他們對於生殖的器官和作用就不尊重而覺得穢褻了。他們對於神聖的兩性生活也就不慎重而覺得可以隨便苟合了。所以，防免危險的第一層，應該給予青年男女一種至不可少的兩性知識。

(二) 青年男女往往嗜看小說。他們在春機發動期間尤其歡喜看關於兩性的小說。有些小說，固然是描寫兩性間的高尚生活，但這究竟是少數；大多數的淺陋小說，往往足以引誘閱者肉慾的衝動。他們的性慾既然逐漸為淺陋小說所鼓動，而又不知道濫行性交的危險，於是自然而然的妄想發洩，不是養成手淫的習慣，就是被誘而陷於邪途。所以，防免危險的第二步，應該甄別青年男女所閱的小說書籍。

(三) 青年男女的性質，大概好動的居多；而且每天當讀書或工作之後，也該有

一種遊戲的事情加以調劑。有許多青年男女所以墮落的緣故，因為他們沒有適當的遊戲，無可滿足他們尋樂的天性，所以誤入歧途，不能自振。假使學校和家庭中間能夠提倡適宜身心的運動，引起興味的遊戲以及結伴園游的舉動，那麼兒女們在閒暇的時間都有相當的娛樂，就不致因飽暖而思淫慾了。所以，防免危險的第三步，應該提倡青年男女適宜的娛樂。

(四)從前因為要防青年男女或有蕩檢逾閑的行爲，講究男外女內，隔離得「不亦樂乎」；其實越是隔離，越是使他們驚疑駭怪，以爲男女之間或有何種隱情，不可以不親身試探，而傷風敗俗的事情也因此而起；不過從前抱定家醜不可外揚的宗旨，大家不說罷了。現在時勢既然不同，這種閉關固守的政策更其不合事理，應當改絃更張，提倡男女社交公開。凡是講學、游藝、運動的會所，都應該兼容男女到場，共同動作。男女的社交公開慣了，他們對於男女的界限倒能淡然若忘，而且因此可以養成自制的習慣，不致誤入歧途了。所以，防免危險的第四步，應該

提倡青年男女的社交公開。

七 青年男女的衛生

假使一個人的身體，各部分都在那裏從事他正當的工作，行使他正當的機能，我們就說這個人身體康健。假使一個人保護他重要的生殖器官，沒有發生危險的症候，我們就說他性的康健。全身體的康健與性的康健，實在有很密切的關係。還有一種精神的康健，大半以身體的康健和性的康健為基礎。我們要講衛生，就是要研究用什麼方法可以維護這幾種康健。

講求衛生的第一步，我們須注意飲食。有許多人對於食物不加研究，或是太多，或是太少，或是食品質料支配不當，就發生疾病。維持身體康健的主要物質有三，就是脂肪、炭水化物和蛋白質。（一）脂肪質是包含於動植物食料之中。動物脂肪質，如燻肉、鮭魚、鯡魚、鯖魚、牛乳、牛油、和乳酪之類都有的。植物脂肪質，如橄欖油、椰

子、麥、燕麥和其他穀類及硬殼菓都有的。(二)炭水化物是植物的質料，包含澱粉、纖維素和糖質。米和糖是包含炭水化物最普通的食料。(三)蛋白質是構成肌肉的主要物質，凡肉類、牛乳、魚類、蛋、乳酪和幾種穀類都含有蛋白質。以上這三種物質，乃是產生人體能力和熱度的原動力。一個青年每日的食物，最好須包括下列各種：(一)肉類、(二)麵包、(三)蕃薯、(四)牛乳、(五)牛油、(六)乳酪、(七)魚類、(八)蛋、(九)水果、(十)菜類如豌豆、蠶豆等。但這也不可一概而論。譬如冬季比夏季應該多食一些脂肪質的食物，多做工作應該多食一些。至於飲料最好不要用極濃的茶，不妨飲開水。

衛生的第二步，須注意起居。洗浴是一件要事。每天早晨洗一次冷水浴，不但可以強健筋肉皮膚，而且可以助血液的循環。但冷水浴如果不慣，不妨用溫水浴。至於熱水浴卻是有害的，用過熱的水洗浴也是養成手淫惡習的一種原因，所以洗浴的水可以溫而不可以過熱。運動也是一件要事。有些工人當作工的時候固然

運動一部分的肌肉，卻是全身體的各部分總沒有一種相當的運動，故工作之外，必須練習運動。至於那些終日就坐從事室內工作的人，更加應該在露天運動身體。假使他們每天到辦工室的時候，能步行而不乘車，對於身體卻是有益。一個青年每天應該有等於步行九英里的運動，所以室內工作的人能夠每天步行多少里數，其效用也與運動相彷彿。有許多人感受不消化或神經衰弱的痛苦，其原因就由於不運動。最康健和最長壽的人，他們生平總是於用腦之外同時使用兩肺和筋肉的。所有運動的游藝，不僅為娛樂計，實在足以維護而促進身心的康健。運動之後，少睡休息，是最有益於身體的。

衛生的第三步，須注意心境。肉體和精神是互相關係的。故精神上有所感動，勢必影響於肉體。譬如偶然有一種思想，可以使血液充滿面部，而成了一種面赤含羞的態度。快樂足以增加心的運動，恐懼足以發汗，憂愁足以減少食量，煩惱足以使身體感覺不適，樂事足以減少疾病，諸如此類，精神影響於肉體的實例，不勝枚

舉。這是因爲心境感情的作用，都是由神經總彙腦部總其成，而腦的健康與否卻與全身體有很大的關係。所以要講衛生，須設法使心境暢達舒適，防止某種神經的或精神的疾病。

上面所述的衛生方法適用於青年男子，也適用於青年女子，不過青年女子對於食物須更加注意。婦女應該有適當分量的脂肪質的食物，因爲他們身體內須預儲脂肪，備營養嬰兒之用。婦女往往患貧血病，皮膚萎黃；如果食物的營養料不足，更有促進貧血病的危險。醫治貧血病須用鐵質補血，菠薐這種植物是包含鐵質的，應該多食。

講到衛生，婦女和男子有一種顯著的異點，就是婦女有月經而男子沒有。月經是女子身體上一種重要的機能；但青年女子關於這種重要機能得到正當的知識的，實在是很少數；所以有許多婦女不知道月經期內的衛生方法，以致釀成疾病。霍斯雷 (Sir Victor Horsley) 醫生說，對於十二歲的男女小孩，都應該逐漸

把人身各部的機能逐漸講給他們聽；所以青年女子（即將來的母親）應該知道他們自己身體的構造和各器官的作用。月經既然是女子身體上一種重要的機能，在這裏我且根據加里慶青年男女一書裏所說的，略述一番。

一個青年女子，在春機發動期後，每月卵子成熟一次，由卵巢經喇叭管而輸送於子宮。在未結婚的處女，這個卵子不過隨着月經排出體外。至於月經，乃是每四星期一次排出的血液，每年約十三次。普通從十三四歲起，至五十歲左右止。健康的婦女總是有月經的。關於月經原因，醫生意見不同。不過有一點大家知道，就是已婚的婦女當月經來後每易受胎。月經每回的時間，約自三天到五天，但也有少至二天，多至七天的。月經每兩次發現的距離時間如果常常在一月光景，而排出血液的量又不過多過少，這婦女一定是很康健的。有些婦女當月經來時並不覺得什麼不舒服，但多數的婦女多少感覺一些痛苦。據醫生調查，感受月經痛苦的婦女總佔半數以上，大概由於不知道衛生方法所致。如月經過多、阻滯、不調、痛楚

等等，都是屬於痛苦的現象。當月經期內，婦女大都覺得疲勞，最好是儘量休息，而尤以初起時更甚。有些醫生甚至勸婦女至少臥牀一天。假使月經期間，婦女能夠注意休息和清潔，危險必定減少，而且許多內部的疾病也因此可以防止。休息，上面已說過；清潔，至少每日洗溫水浴一次，冷水浴宜切禁忌。

婦女也應該和男子一樣，從事運動，不過不可一樣劇烈，並且覺得疲倦了，就該休息。青年女子不可負過度的重量，也不可過度勞動。如游泳、網球、籃球、步行、乘自行車之類，如果和緩練習，都是有益的；因為可以助成消化，發展體力，而且血液充足，雖中年婦女也可似幼年女子一般。

青年女子現在最流行的裝束，是胸衣和高跟鞋，其實這兩件東西大有害於身體和美觀。胸衣，即小背心，使女子胸部受迫，肺不舒暢，呼吸受阻，因此釀成貧血病。並且乳部不能自然發展，對於哺乳大有妨礙。腹部因胸部受迫，也受影響，對於受胎就有許多危險，如子宮炎、子宮出位等均不免發生。肺部空氣不足，血液運循不

暢，種種神經衰弱的病症也因此而起。高跟鞋使步履不穩，足部屈曲，全身都呈震盪之象；而且著了高跟鞋的婦女，因為她走路的姿勢有異，看起來似乎年齡較大一些，於美觀未免減色。

婦女尚有一種疾病稱為「內病」的，大概是指腔膜炎、子宮下垂出位。又有一種疾病為白帶，乃是婦女所通有，大概由於月經期間內部受冷或不能清潔所致。如果一旦發生上述的疾病，婦女就該告明醫生，服藥調治，斷斷不可忽視，否則日久難治，就為害終生。婦女又往往常患便秘，只要多食菜蔬水菓，每天早晨飲一杯開水，就可療治的；運動也可以幫助消化，免去便秘的。

婦女最重要的天職，就是保存人種，所以婦女的身體應當康健強壯，這是與全民族有關的。在結婚以前，婦女的身體預備育兒已經好多年了。每次的月經就是她可做母親的表示，而她的身體的康健就與月經時間衛生方法有關。如果那時就知道適當的衛生方法，那麼結婚以後可以免去許多疾病，成功一個康強的母

親。有名的醫生泰脫 (Lawson Tait) 說：「我以為做父母的職責，應該教導兒童，使他們知道兩性機能的性質和旨趣，應該怎樣使用，而又怎樣算做誤用。假使如此，不但可以減少兩性的疾病，而且可以大大的減少兩性間不道德的事情。」我希望大家細味這幾句真實的話。

八 結婚與戀愛

人生的歷程，有六個階段。第一期，稱為嬰兒期 (infant age)，他的飲食起居都全仗着母親的。第二期，稱為幼兒期 (childhood age)，那個時候，可稍稍教以禮貌，養成他善良的品性。第三期，稱為少年期 (youth age)，道德觀念逐漸發達，兩性間的戀愛也在這個時候發軔了。第四期，稱為壯年期 (adult age)，無論男女，到了這個時期，身心健全，由兩性戀愛而進於結婚。美滿的婚姻可以增進男女雙方的智慧、體力的道德。第五期，稱為中年期 (middle age)，這時候的男女大都

做父母了，教養子女乃是他們最大的責任。第六期，稱爲老年期（old age），乃是人生最後的一幕，老年人的暮境是否能享康健舒泰的幸福，全視他從前少壯時代是否過適當的生活以爲斷。

從上面所述六個階段之中，可以看出人生當結婚的時期，正如日之方中，與畢生的幸福最有關係。結婚須以戀愛爲根基，否則便無意味。在壯年期的初期，男女對於異性都漸漸發生戀愛的情感。但真正的戀愛和好色不同。戀愛乃是一種天然的性感，而美色不過是促成婚姻的一種工具。爲金錢而結婚，或爲地位而結婚，都不合戀愛的意義。有人說，有熱烈的戀愛而能始終不變，實在很是難得。這大概是確實的。探其原因，乃由於結婚以前男女求偶太快，結婚以後又不能互相了解對方的品性，以致快樂的婚姻往往變成不快樂的了。真切而永久的戀愛，有必不可少之三條件：（一）精神的同情，（二）愛美的習性，（三）智力的相等。三者缺一，戀愛的根據就不算完全，勉強結婚，未見得始終有樂趣的。

還有一層，普通青年大都誤會戀愛乃是男女未曾結婚以前所必須有，而結婚以後卻是可得可失的；其實大謬不然。感情本來像火一樣，要時時增加燃料，火光方可不息，戀愛的情感更其如此。若結婚以後，男女都以爲不必再如從前的熱烈戀愛了，因此對於對方不能體貼，不能原諒，互相求全責備，結果乃入於悲慘之境。不快樂的婚姻，實在可以看做一種悲劇。男女雙方身心都受痛苦，這些精神上的身體上的痛苦甚且影響於他們的兒女。所以有愛情始終灌注的婚姻，方是人生最快樂的事情。結婚後的生活，怎樣纔可以算得始終有愛情灌注呢？最要緊的一點，我以爲夫妻都應該常常爲對方着想。普通的情形，大概做丈夫的只顧到他自己的職業和俗事，做妻子的只知管理她瑣屑的家務。其實職業和家務固然重要，而人生除了這兩種事務以外，也儘有重要的事情不可不幹。夫妻應當始終親切，娛樂遊戲都應該共同參與。生活須以興趣爲根本；老實說，無興趣就無生活，即使勉強生活下去，又有什麼趣味？有許多家庭，充滿着厭悶的空氣，夫妻間簡直連

一些兒興趣的生活都沒有。這大概因為伴侶做得長久了，空閒的時候沒有快樂的談話、健身的娛樂，所以雙方都覺得索然寡味。假使做妻子的學問比較淺一些，丈夫應該逐漸引起她好學的興趣；假使做妻子的有美術的天才，丈夫應該逐漸引起她研求美術的興趣，使她可以有機會發展她的天才，假使丈夫是一個終日坐守斗室從事職業的人，妻子應該設法鼓勵他戶外游藝的興趣。必須夫妻雙方都能夠處處為對方設想，方纔可以互相了解，互有情感。凡是青年男女，要有戀愛的婚姻生活，萬萬不可忘了這一條金科玉律。

九 母親的天職

青年男女一結了婚，就有做父母的資格，應該先預備盡父母的天職。兒童將來身體的康健與否，能力的充足與否，道德的高尚與否，諸如此類，責任都應該由父母擔負的。所以夫妻之間，如果有一人覺得自己現在身體不強健或精神不快樂，

就不應當生育兒女。至於父母自己本身患有遺傳性的病症，那更不必說，尤其不當生育了。在這里，我覺得母親對於兒女的天職比父親更爲重大，所以特地提出母親的天職來略說一說。

婦女一受了胎，就應當時時想着怎樣可以保護她體內寶貴生命的安全。過度的激刺和疲勞，都應避免。和緩的運動，應該常常從事，直到產前一二月止。產後至少休息六星期。做母親的應該注其全力養育她的兒女。靠牛乳或麥精牛乳粉營養的嬰兒，其死亡數，比較由人哺乳的嬰兒多一倍外。雇乳母養育的兒女也比母親自行哺乳的兒女孱弱許多。母乳乃是嬰兒最合理想的食品。

母親對於兒女，不但是胎前懷孕產後撫育，而且也是第一個教導的教師。兒女在六歲以前所受母親的教化，影響於他的品性最大，終生的人格差不多已經在此時期內造定了。這是母親最大的責任，也是女子對於人類最大的光榮。現在有許多，以爲賢妻良母的主義是不行了，女子不應當專門學做賢妻良母了，應做

超於賢妻良母的事業了。其實，照我看，女子最重的事業，當無過於身為良母。可是現在舊式的女子一些兒知識都沒有，不配做良母，固不必說；即使新式的女子，他所學的也不過是些鋼琴跳舞之類，雖則有益身心，而對於母親的職務卻絲毫沒有學得。中國有句古話，叫做「未有學養子而後嫁」，這是完全聽任自然主宰的意思；其實女子要嫁人預備做母親，不可不先學得一些春機發動期內的衛生方法，妻子的職務和教養兒女的知識。

假使女子對於做母親的任務能夠深思周慮，又假使母職這一科佔據女子教育的一大部分，則將來的兒女必定能比現在的更享幸福，將來的人種必定能比現在的更爲健全，女子在結婚以前，應該知道母職關於理論方面的一部分，庶幾結婚後第一次生育時，不致茫然無措。依普通的情形論，女子心中愛護兒女的天性固然有餘，而女子腦中怎樣愛護兒女的知識卻感不足。這一點，從事女子教育的人千萬不可忽視的。

十 戀愛與生活

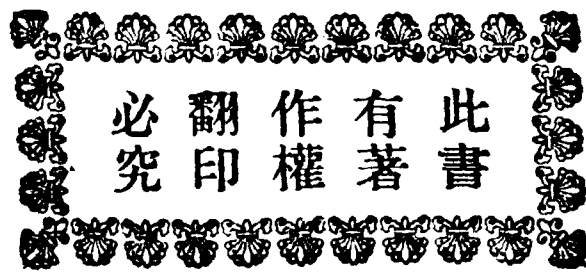
上面所述的，雖覺得東鱗西爪，不能把兩性生活的重要完全描寫出來，然由此已可知道，兩性生活乃是人生最重大、最切近、最富於興味的生活。兩性生活的根基，即在於戀愛。戀愛與生活，一而二，二而一。沒有戀愛，何能有生活？沒有戀愛的生，活真是不可思議的生活。而戀愛這一件事情，實質上卻又離不了兩性。「性」並不是一種穢褻東西，也並不是一種罪惡的源泉。他是世界上一種大力，像電一樣，我們應該利用這種力來提高人種。譬如火，原是一種利民的東西，但是沒有控制的力量，就足以肇禍。「性」或「戀愛」也是如此。我們能夠了解這種愛力而利用之，就可以裨益人類；假使我們誤解了或誤用了，那就有許多危害隨之而起。

如果性教育普及了，大家知道關於兩性的定律，那麼對於戀愛也必定能夠尊重，不致誤用或濫用了。現在大家對於生活要素的戀愛所以有許多妄想，實在因

爲有兩種勢力在那裏作梗：一種是不合理論的疑惑，一種是愚昧輕率的行爲。只要略略灌輸一些科學的知識，則日月出而燭火息，那種不正當的態度自然會煙消火滅。所以歸根結蒂的一句話，要使人類兩性生活逐漸趨於美滿豐富之境，要使人類的體力、心力逐漸超於健全高尚之域，我們不可不竭力實施性教育。

The Chinese Educational Review Series
 Principles of Sex Education
 The Commercial Press, Limited
 All rights reserved

中華民國十四年十二月初版



此書有著作權 必究

分售處

長沙 福州 貴陽

廣州 常德

衡州 潮州 張家口

成都 香港

重慶 梧州

廈門 雲南 新嘉坡

書分館

昌

南京 九江

龍江 杭州 漢口

教育的理論 (一册)
 大洋壹角

社

教育叢書目錄

- 〔1〕新學制的討論(三冊) 〔2〕新學制中學的課程 〔3〕小學的新課程(二冊)
- 〔4〕小學教育的實際問題 〔5〕初級中學教育 〔6〕大學校之教育
- 〔7〕師範教育改造問題 〔8〕測驗之學理的研究 〔9〕麥柯測驗法
- 〔10〕皮奈西門智力測驗法冊二 〔11〕陸軍用的智力測驗法 〔12〕團體智力學力測驗法
- 〔13〕五項測驗 〔14〕測驗與入學考試的改進 〔15〕教育統計法
- 〔16〕現代教育思潮批判 〔17〕日本最近教育思潮 〔18〕社會教育與個性教育
- 〔19〕教育與德謨克拉西 〔20〕晚近美學說和美的原理 〔21〕美育之原理
- 〔22〕美育實施的方法 〔23〕教學之美學的基礎 〔24〕教育上之理想國
- 〔25〕設計教學法實施報告冊二 〔26〕三教育家之設計教學法 〔27〕設計教學法概要
- 〔28〕設計教學法的實際 〔29〕道爾頓制概要(三冊) 〔30〕道爾頓制的實際
- 〔31〕文科試行道爾頓制說明 〔32〕教育哲學 〔33〕教育之生物學的基礎
- 〔34〕教育雜文 〔35〕教育獨立問題之討論 〔36〕教育行政效率問題研究
- 〔37〕性教育概論 〔38〕性教育的理論 〔39〕性教育與學校課程
- 〔40〕男女性之分析 〔41〕青年之性的衛生及道德 〔42〕巴哥羅底兩性教育觀

〔43〕特殊教育之實施
〔44〕鄉村教育研究及研究法〔45〕社會學與教育

〔46〕教學之社會原理述要
〔47〕小學教學法概要
〔48〕小學國語教學法概要

〔49〕作文及文學教學法
〔50〕中學校之博物學教學法〔51〕小學算術教學法

〔52〕小學公民教育及教學法〔53〕小學史地教學法
〔54〕自然科教學法

〔55〕工藝科教學法
〔56〕美術及音樂教學法
〔57〕外國語教學法

〔58〕協動教學法的嘗試
〔59〕試行協動法成績報告
〔60〕個性與教學

〔61〕教育心理學大要
〔62〕兒童性向的測驗報告
〔63〕義務教育之研究及討論

〔64〕歐美之義務補習教育
〔65〕職業教育之理論及調查〔66〕成人教育

〔67〕科學教育原理及教授法〔68〕體育之進行與改造
〔69〕小學體育教學法

〔70〕田徑游泳競技運動法
〔71〕女子教育之問題及現狀〔72〕幼稚教育及日美幼稚園

〔73〕訓育之理論與實際
〔74〕學校風潮的研究
〔75〕兒童自治施行實況三冊

〔76〕教材之研究
〔77〕歐戰後各國教育之改革〔78〕教育視察與視察後感想

〔79〕哲學與論理
〔80〕心理學之哲學的研究
〔81〕心理學各方面之研究

〔82〕變態心理學概論
〔83〕庚子賠款與教育三冊
〔84〕教育短評

〔85〕小學教育參考書三冊

〔86〕現行教育法令三冊

以上共壹百冊

第 9 卷

第	九
卷	教
第	一
期	育
本	雜

