2019-8-1

*这是裸猿三部曲的第三部*

*“《亲密行为》收缩范围，专讲现代人的亲密行为，包括自我亲密、两性亲密和社会亲密。以作者动物学家和生物人类专家的身份，他当然不满足于各种亲密行为模式的白描，而是要追溯其生物学根源：悠久的进化源头、母亲的亲密源头以及亲密行为缺失的替代机制和补偿机制。”*

# 第一章 亲密行为的根源

**身体接触是最基本的交流形式**。在婴幼儿时期，我们不会说话和写字，此时无疑身体接触是最重要的课题。生命体的最初，我们舒舒服服地呆在母亲的子宫中，我相信，这是我们作为生命最舒服的时期，给我们留下终生难以磨灭的印象：安全、舒适和被动。出生之后，母亲的安抚、心跳、亲热...都使我们感到舒适，因为**这些亲密行为模拟了我们降生之前在母体(子宫)里感受到的节奏**。即便是心跳的录音，也有助于婴儿感到舒适。在前面两部曲中说过，这些有节奏的行为能使我们感到安全感，即便我们已经活了几十年，其根源在这，模拟了母亲子宫中的环境。紧身的襁褓使之回忆起降生前最后几周子宫紧紧的拥抱；母亲轻轻的晃动使之想起子宫中的环境。

**产生依恋关系最重要的因素是与母亲温柔肉体的亲密接触，而这样的纽带对孩子以后成功的社会行为至关重要**。在《裸猿》中提到过，儿童时期父母的教育对我们成年以后的行为产生着重要的影响。

**自然顺序是“先疼爱 --> 后放手”。**。不少母亲对婴儿呵护不够、过分严厉，孩子长大后却十分溺爱，这完全颠倒了情感纽带的发展顺序。笑声启动母亲的拥抱，微笑有助于维持拥抱。哭声说的是“来抱我”，微笑说的是“不要走”。婴儿的微笑是对妈妈辛苦的报偿。眼泪则是鼓励他人进行亲密行为，这一作用在成人世界中仍然有效。

后来，**独立行为**的需求日益增强。妈妈的怀抱固然安全，但局限了婴儿的动作，取而代之的母婴面部表情的交流确保了婴儿的安全感，而且不会妨碍婴儿的动作。但这并不代表身体接触的消失。一方面，亲密的接触显示着幼稚；另一方面，环境却需要这样的亲密接触。解决的办法就是用其他的事物代替母亲，例三种最常见的替代品是：婴儿喜欢的奶嘴、柔软的玩具和柔软的布料。值得注意的是：**由于他逐渐独立，他喜欢的替代品的重要性不是减少了，而是增加了。替代品还会进入成年生活中**。“我想和妈妈抱，但那太奶气。我现在独立，所以我抱我喜欢的东西，这使我觉得安全，使我不用妈妈抱了。”这并不代表拥抱被隔绝，解决的办法就是软绵绵的拥抱变成打闹时的身体接触而不那么奶气，于是拥抱变成了摔跤，攻击性对其进行了掩盖。

再后来，**隐私**开始发挥作用。亲密行为骤然减少。关爱的父母不知不觉地想要矫正这一问题，典型的例子是“整理衣服”的行为模式，如果不能直接表示爱抚，他们以伪装的姿态触摸孩子的身体：“我给你整一整领带”或“我给你的衣服刷刷灰”。**亲密行为的原生序列是“抱紧我 --> 放下我 --> 别管我”**。当离家居住时，亲密行为的原生序列倒过来回到源头，“抱紧我”也变成了“永远不要离开我”。然而，**一旦结偶关系完成，就会产生第二轮的原生序列**。从这一角度来说，父母亲喜欢孙子、孙女是因为这一亲密行为可以缓冲父母因素失落的感觉。

# 第二章 两性亲密行为的诱因

首先，让我们扫描人体性感部位(是比较极端的例证)：

1. **胯间**

这是性器官区域，撒尿、拉屎、性交、口交、手淫和月经都集中在这个区域，自然成了禁忌区，只有双方进入性亲密的高级阶段时，才会触及，不会直接展示给他人，但是总有变通的方法。第一个办法是用衣饰去表现隐藏其下的性器官。女性用小一号的衣物展现绷紧的线条，男性则用阳具袋，双方都可能在这上面采用花哨的装饰；第二个办法是在身体的其他部位进行“生殖器模仿”。候选对象有肚脐、嘴巴、鼻孔和耳朵，这些部位都有一些微弱的禁忌，如理公共场合掏鼻子或耳朵是不礼貌的。

1. **嘴巴**

在《裸猿》中说过，人类外翻的嘴唇很可能是性进化历史的产物，肉感、粉红的嘴唇可能是在模仿阴唇。自古以来，女性嘴唇都用加色的方法使之鲜红。

1. **肚脐**

早起，都是明确禁止暴露肚脐的，因为肚脐看起来很像生殖器，也会让孩子问父母肚脐的作用而带来尴尬的生命来源事实。近年来，女性都喜欢变瘦，因此圆形的肚脐变为竖形偏多，而变得更加像阴道。

1. **臀部**

女性的臀部比男性的臀部突出，而且突出的臀部是人类的特征。

1. **腿部**

女性的臀部一直都是强烈的色情信号。史前的女人都常常是臀部硕大、外翘。只存在两种解释：一、天然的特征，向男人发出强烈的性信号；二、史前雕塑家喜欢大胆的艺术破格。真实的肥臀也逐渐转移到认为的裙撑。

1. **腹部**

女人的双腿是男人视为性信号区域且相当吸引人的部位。“修长的美腿”等于性成熟，因此就性感。成年女人的脚比成年男子的脚小，因此加强这一差异使女人的脚更性感，许多女人因此而吃苦头。在许多文化里，女孩子被告之双腿叉开站或坐都不雅观，这个姿态等于“敞开”生殖器。腹部的两种典型的形状是：平坦腹和“壶形腹”。年轻恋人的腹部往往是扁平的，“壶形腹”常见于饥馑的儿童和贪食的男人。因为男、女性的脂肪分布不同，女性更难有球形的腹部。男人经历兴奋或持久的性兴趣时，腹肌总是要自动收紧，以展现阳刚气，其外还有肩宽、胸挺。

1. **腰部**

腰部能展现曼妙的曲线，束腰、放大胸部和臀部都能加强这一特征。女人束腰历史悠久。

1. **乳房**

半球形的、高耸、膨大的乳房是人类所特有的，显然不纯粹是为了哺乳，将其视为对首要性器区的模拟更妥当；换句话说，乳房是生物进化中对半球形臀部的模拟。所以，女人乳房对人类的性意义是首要的意义。在原始文化中，松弛下垂的乳房更受欢迎。但在现代，小乳房也有狂热的追求者。乳房的生命周期可分为三个阶段：未成熟的女孩乳房小巧，年轻女人的乳房前突，年长女人的乳房下垂。男人更喜欢哪个年龄段的女人，就更偏向于那个形状的乳房。（题外话：屁股大更能生孩子，这句话并没有什么科学依据，事实上，可能只是增加了很多的脂肪，而与骨盆和生殖孔无关。女性骨感的外形更适合观看，圆润的女性则更适合拥抱。初恋的激情必然要趋于减缓，结婚后想要一直维持初恋的样子显然是不现实的。）

1. **肌肤**

皱纹、尘垢和皮肤病总是有损性欲的(故意的文身除外)。女人肌肤上的毛发不如男人多，但即使是这样，一丁点的体毛也会让她们心里不舒服，觉得多了一点男子气。许多现代的男人每天刮胡子，但是不愿意永久去除，因为胡子区域的青斑荡然无存的话就会显得女气了，到生命的尽头时，男人已经花了2000小时刮胡子。红晕、光滑、闪亮能够模拟性唤起时充血和出汗的样子，因此色情照片上往往偏向这样。

1. **肩头**

与女人圆润的肩膀相比，男人的肩膀更为宽阔。少年在青春期时肩头加宽是重要的第二性征。从古至今，男装都要加垫肩，使之高大而显阳刚气，军人的肩章更是极端。

1. **颌骨**

相比而言，男人的颌骨和下巴比女人发达，因而和女性的尖下巴相比，总是偏向于长方下巴。这一性状有助于区分男扮女装。突出的下颌为胡须提供了坚实的骨床，两种特性的结合产生最大限度的威猛的前突。

1. **面颊**

面颊最重要的信号就是红晕，从面颊开始逐渐扩散开来。达尔文说：脸红反应羞怯、惭愧和卑谦。无论是否有意，红晕是邀请亲密行为的强有力的信号。

1. **眼睛**

对面交流时，我们都反复进行或暂停目光接触，我们看对方情绪的变化，又避开其目光，以免看得太久使人觉得构成威胁。然而，恋人长时间含情脉脉的对视却不会使人不安，不会有攻击性。在强烈愉悦激情的影响下，我们的瞳孔异常大，无意之间向爱人发出强烈的信号，表明爱意的深沉。另一方面，激情澎湃时眼睛会有眼泪的增加，使得眼睛湿润而闪光。眼睛的各种动作也吸引亲密行为，例如女性的目光低垂和男人眯缝的眼神。正如其他部位一样，凡是能借以发出重要女性信号的手段，女人都要充分利用，例如贴上长长的假睫毛。

1. **眉毛**

眉毛的基本功能是表示情绪的变化：恐惧、惊讶时，眉毛上举；愤怒时，眉毛下垂；焦虑时，眉毛紧锁...相比而言，女人的眉毛纤细而稀疏。这又是可以通过夸张使女人更加女人的部位。眉毛常常被拔掉以便更加稀疏。

1. **面孔**

面部表情可以区分为公开表情和私下的表情，这两者可想而知。我们大多数人的长期情绪会有所变化，我们的面部肌肉不会长期锁定在私下里特定的表情中。但是长期私下里焦虑、压抑的人就可能将私下的面部表情完全固定下来，使得皱纹几乎永不消退。（顺便说明，这也适用于一般的体态。耸肩弓背的习惯可能会成为永久性驼背，即使百万富翁也直不起腰。）

1. **头发**

从生物学上讲，男女都长头发，这一特征是物种信号儿，不是性别信号。从文化上看却是另一回事，头发经常修整，成了性别信号。

再让我们从整体来看。每当我们步入一间屋子、走在一条街上时，我们都在发出大量的信号，有些是纯生物学信号，有些是经过文化修整的信号，但我们并非总能意识到这一事实。此外，我们经历许多社会交往时，总是在用无数细腻的方式去调整这些信号。然而几乎无一例外，我们总是努力发出一套平衡的信号，有些是吸引人的亲密行为，有些又是在排斥亲密行为。偶尔，我们在其中一个方向上走得比较远，或明白无误地发出邀请，或以敌视的信号排斥周围的人。

# 第三章 两性亲密行为

**对于人类来说，成年人可以和一位异性形成有力而持久的依恋关系，这是远远超越合作关系的爱的纽带。有的人认为婚姻是合作，这是不对的，完全误解了爱的纽带的本质。合作关系只是互相施惠；伙伴不会为了给予而给予，但一对恋人的关系就像母子关系，婴儿信赖妈妈并不是因为她喂养、呵护婴儿；婴儿爱妈妈也并不是因为她就是妈妈；而是因为妈妈为婴儿所做的一切。完全的信赖关系建立起来了，同时全身心的亲密关系也建立起来了。真正的爱情里没有“给予和索取”的双向问题，它只讲给予。诚然，爱情里有“双向的给予”，但这种表述模糊了爱情的实质；“双向接受”固然是爱的产物，但“双向接受”不是“双向给予”，它只是合作关系，只不过是令人愉快的副产品而已。**

然而，现在有许多的配偶关系的维持不是靠内心的依恋纽带，而是靠社会传统的外在压力。例如“你看孩子，我挣钱”的商业交易。

**“一见钟情”是流行的观念，但这一说法往往是回顾爱情时才做出的判断。真正发生的关系并不是“一见面就产生完全的信赖”，而是“一见面就产生强烈的互相吸引”。从初期的吸引到终极的信赖，几乎总是漫长而复杂的过程，其间的亲密程度逐渐增加。**

一切动物的求偶模式都可以归纳为一个典型的过程。人类的求爱过程也不例外：

1. **眼对身**

最常见的社会“接触”形式是隔着一段距离看人，然后给他贴上标签，在脑子里给他评定级别。如果信号表明，那个人是有吸引力的异性，我们就准备进入下一个阶段了。

1. **眼对眼**

当两个人的目光相遇时，如果是陌生人，则一般会移开目光，否则对方可能会难为情甚至生气。如果对方有吸引力，两位陌生人一般是轮流而不是同时看对方。当第二次目光相遇时，会以微笑回应，如果对方是漠然的标签，就会阻止进一步的接触。

1. **话对话**

如果没有第三人介绍，双方就开始陌生人之间的对话，此时由耳朵主导，且很少直接提及情绪的话。寒暄使双方接受另一套信号，方言、语气、口音、思路和措辞使一套新的信息进入大脑。如果这套新信息不吸引人，如果交流维持在无关紧要的寒暄水平，那么，尽管最初的视觉信号有吸引力，任何一方都可以退出而不做进一步的交流。

1. **手对手**

前三个阶段可能同时在瞬间发生，也可能要花几个月。这个阶段的形式是握手，也可能是采取伪装的形式，例如“搀扶”、“保护”等等。和上一个阶段一样，和这种邂逅的情绪无关紧要的动作是至关重要的。双方也可能很清楚，一个行为链刚刚开始，有可能导致最终的密切交往，但谁也没有公开点明这一事实，因此，双方都有时间退出，并不会伤害对方的感情。除非宣告了日益增进的关系，握手和搀扶的动作才会延长。那时就是不必掩饰的亲密行为了。

1. **臂搭肩**

一旦密切接触，另一个重要的门槛就越过了。身体侧面的接触，表示跨越了初期犹豫不决的身体接触。最初的做法是手臂搭在肩头上，双方更加靠近，因为这是朋友之间也会发生的动作，因此没有性含义。这是最简单的下一步接触，最不可能碰钉子的动作。挽着肩膀走可能有一丝暧昧的气息，介于亲密友谊和爱情的关系之间。

1. **臂挽腰**

比上一个结果更近一小步的动作是用手臂挽腰。无论多么友好，男人绝对不会揽另一个男人的腰。这是直接表示爱恋行为的宣誓，而且他的手很接近她的会阴了。

1. **嘴对嘴**

亲吻加上面对面的拥抱前进了一大步。如果亲吻和拥抱的时间长或反复进行，这就是很容易出现性唤起的第一个阶段。女人会感到阴道分泌物的涌动，男人的阴茎有可能勃起。

1. **手对头**

这是上一个阶段的延伸，双手捧起对方的头。手指头抚摸对方的面部、脖子和头发。双手抱对方的后颈窝和头部两侧。

1. **手对身**

亲吻阶段之后，双手开始在对方身上探索。随着动作的深入，进一步的性唤起发生，达到高潮。到这个阶段，女人一般会叫停。进一步的发展意味着，如果不完成性交，打破这一模式会越来越困难；如果依恋关系尚未达到充分的互相依赖，进一步的性亲密行为就会被推迟。

1. **嘴对乳房**

亲吻乳房是生殖器亲密接触之前的最后一个阶段了，这不仅是性唤起的前奏，而且是通向性高潮的前奏。

1. **手对生殖器**

这一阶段的动作很快就导致双方的性高潮，这是恋人在性交前达到性高潮的常用形式。

1. **生殖器对生殖器**

此前的每一个阶段对加强依恋纽带起到一定的作用，但从生物学意义上来看，这最后的性交动作显然和此前的亲密行为固化了依恋纽带有关系，所以，性高潮使性驱力释放以后，这对性伙伴还想维持关系。如果依恋纽带还没有固化，女人就可能发现：她怀孕了，却没有一个牢固的家庭。

在某种程度上，它们是由文化决定的，但在更大程度上，它们却是由身体结构和性生理决定的，这是人类所有成员共同的特征。文化可能会对这12个阶段的序列产生重大的影响，从而产生变异。**这些变异有三种主要的形式：过程的压缩，阶段的调整，模式的细化**。

最极端的形式是**强奸**对整个过程的压缩。**第一个阶段到最后一个阶段都以最快的速度完成，中间的所有阶段都压缩到最低限度**。客观地看，**强奸缺少两个重要的成分：配偶形成过程和性唤起过程**。强奸犯省掉了一切中间阶段，不允许他和受害者形成依恋纽带，而依恋纽带是确保性交导致怀孕生子后成功育儿的保证。对于其他物种而言，人类的强奸似乎更容易达到，因为**一双强壮的手**和**语言威胁**是人的两个优势，而其他动物没有。倘若女子的体力不够，他可以用语言威胁伤害或杀死受害者。其他的威逼手段有：使受害者昏迷或半昏迷、让其他人协助等等。**除非两人认识，除非女人有强烈的受虐狂情绪，否则强奸是不可能产生任何情感依恋的，因为暴力把正常的形成配偶的12个阶段压缩掉了。**

以上的强奸可以称为“**暴力型强奸**”。相对的还有“**经济型强奸**”，它是发生在装饰华丽的闺房或舒适的卧室里的。**这是出于经济利益而缔结的婚姻之下的没有爱情的性事，夫妻的婚姻和房事没有一点点真正的依恋纽带**。经济型强奸从表面上看，很像完整的12个阶段模式，但是**各个阶段的强度、持续时间和频率都被压缩了**。例如古时的包办婚姻，各个阶段都是在外界的强烈压力下进行的，值得注意的是，尽管在外界看来可能无法区分真正的爱情和包办婚姻，但在子女的眼里，是很容易区分的，且会对子女造成创伤。**在现代**，也不乏以金钱为导向的婚姻，双方都是心口不合，虽然嘴上说着我爱你，但都忙于算计自己得到的金钱。但值得注意的是，**夫妻双方对性高潮的痴迷似乎是一种新的动态**。**但这一行为偏向了性行为过程的精致化，而不是性行为过程的压缩。基本上在“性自由”的新动向里，人们过分强调性行为的后期阶段。这个过程的精致化集中在末端即性交那一端了。求爱模式对形成配偶关系成起到至关重要的作用，但这个新动向里，求爱模式非但没有精致化，反而被压缩和简化了。**

随着文明的发展，父母亲或其他的社会压力不再拘束年轻人，他们可以不那么程式化的追求，各个阶段都得到允许，只是不包括最后那个生殖器对生殖器的阶段。此时，依恋纽带依靠前11个阶段逐渐形成，但是却无法到达最后的性交阶段，接着发生的事情有三种可能：

1. 根据“正式规则”踩刹车而深感受挫；
2. 继续进行非性交的性行为直至双方达到性高潮；
3. 打破规矩完成性交。如果长期用第二种模式，那就可能会使其在性关系中获得重要的意义，对婚后的性交造成困难。而第三种则会产生内心愧疚和对人保密的问题。

现在，避孕术进一步改善以后，童贞对许多女孩子失去了重要意义，反而成了污点。这就导致“**性高潮的暴虐**”；放任的态度瞄准最大限度的性满足，社会的压力造成了“暴虐”。**对真情相恋却不能达到印象深刻的性高潮的人而言，这种新情况就是威胁。但是严格的说，这样的批评有一点短视**。对性高潮频率的痴迷是无爱婚姻中的现象，那种婚姻中的女人之所以感到她性能不达标，是因为她在性生活中关心的是自己的身价。然而，今天两情相悦的恋人禁不住要嘲笑那些不是出于爱而拼命追求床上功夫的人。他们更注重的是性生活的质量而不是频率。批评者的另一点疏漏是认为，堕入情网时，年轻人不想省略12个阶段中的初期阶段。其实他们并不会因为能够性交而放弃起初手拉手的阶段。他们的恋情烈度是享受性交的自然保证。

如今，性亲热可以尽兴，但年轻恋人的社会地位却成了问题。一对17岁的恋人，已经性成熟，且已形成强有力的依恋关系，也能够充分享受性生活，但在现代经济条件下，并没有钱安家。无非有两种可能：

1. 在社会边缘耐心等待；
2. “退出”世人接受的社会模式。选择是很艰难的，问题还有待解决。

除了以上，还有“**商业性强奸**”，就像嫖妓，没有牵手、拥抱、呢喃以及其他的亲热，而直奔生殖器。今天，这种职业的性服务不再是必不可少的需要，取而代之是所谓的“轮番睡”。在这种情况下，性过程的初期阶段也大大压缩了。这种压缩的结果是**以最低限度的结偶关系获取最大限度的性交关系**。对那些放纵的、无爱性交的人而言，最后发泄那个阶段的精致化是值得渴望的。

例如各种图解性技巧的书，拼命追求性交的新奇姿势，以求进一步的性唤起。重点再也不是爱情，而是床笫功夫了。当然，作为性行为愉悦和嬉戏的补充，这些模式并不危害，但如果**痴迷的态度取代并排斥了男女双方的情感纽带，其终极后果就是减少男女关系的真正价值。它们可能会使性过程的某一要素更加精致，但总体上却削弱了性爱的价值**。对于年龄稍大、经过了配偶形成阶段的人来说，他们可能发现性生活的新花样可以重振激情，但如果真诚相爱的年轻人觉得这种新花样有必要，那就令人奇怪了。

再稍微谈一下**口交**。过去，这一行为被教会严厉地谴责和排斥，甚至被美国法律所禁止。对于其他物种而言，雄性需要用鼻子闻、舌头舔雌性的生殖器才能确认雌性是否处于发情期。但对于人类，则是为了激发性伙伴的性兴趣。一般来说，女人口交比男人更多，这可以用前面所提到过的基本的动物行为和臣服的姿态来解释，雄性对于地位更加渴望，女人口交时的蹲下或其他的姿势像是女人的臣服，这就满足了男性展示地位的感觉。

如今，那12个阶段可能发生变化，例如，第一次的“相会”可能是打电话，刚见面时可能是直接肢体接触的“握手”。这里有一个基本规律：**接触行为越形式化，越容易在时间顺序上提前**。

**人是灵长目中最好色的动物**。例如，与猴类和猿类相比，人类有非常长的性活跃期；人类女性即使分娩后不久，性能力又活跃起来，比其他物种快得多；人类的性模式相当复杂...。**焦虑对于性活动有强大的抑制作用**，但在现代都市社群里生活压力巨大，性生活却并没有减少，显然证明了人类的好色。猴类不会缔结深刻的配偶依恋纽带，没有求爱期，也没有交配前的性行为。在人类女性身上，每一次性交仿佛是一个“发情期”，和排卵期没有关系，而是和女人性前的刺激有关系。实际上，她对性交做出回应，而不是对排卵期做出回应。

再让我们来讨论**人类复杂性行为的源头**。答案可能是，**几乎这一切亲密行为都可以追溯到亲密的母婴关系。几乎没有任何亲密行为是“新”的行为，没有任何亲密行为是在性行为的演化中出现的“新”行为。就行为表现而言，恋爱似乎很像是回归婴儿期**。简单来说，婴儿时期是极度依赖母亲到渐渐越来越远离母亲，而恋爱时则是从远离对方到越来越靠近对方。很多恋爱中的行为都可以找到对应的婴儿行为。例如，婴儿似的吮吸动作带来的快感，这是直接重温婴儿吸奶时与妈妈互动的快感；性交时用手抓住、抱着对方，就像是婴儿时想要抱着妈妈。

# 第四章 社交亲密行为

亲子和恋人都可以缔结强大的纽带，但是社交行为与此有区别。**在身体对身体的接触中，既要分开又要抑制是不可能的，不与自己意象中的人缔结强大的纽带是不可能的**。但是，我们仍然在压抑着自己，比如我们通常不会拥抱同事，这是为什么呢？一个答案是**在现代都市社群里，我们觉得太拥挤**。我们每天都会遇见大量的人，但值得注意的是，过分拥挤在我们身上产生了**两种完全矛盾的后果：**

一、我们感到压迫，缺少安全感；

二、它使我们削减亲密接触，尽管亲密接触有助于我们减除压力。

另一个答案和**性**有关，**成人的身体接触含有性的联想**。除了人工授精外，性交是不可能不产生亲密接触的，所以在一定程度上，身体接触就成了性交的同义词。

这个问题始终存在，但我们不可能不与他人接触，怎么办呢？答案是**将身体接触程式化**。例如握手、挥手、鼓掌，都有特定的含义。当然，一定的变异是肯定存在的。**无论我们的行为在多大程度上受文化的制约，无论它们有多大的文化变异，如果我们把人类的行为当作灵长目行为的片断，我们就能够更好地理解人的行为。这是因为，我们几乎总是可以把这些行为片断追溯到它们的生物学源头**。

* 1. **正面的贴身拥抱**

成人的拥抱分为三种不同的类型：

1. 恋人爱意绵绵的紧贴拥抱；
2. “家人团聚”型的拥抱；
3. “运动员获胜”型的拥抱。三者都有具体的含义和禁忌。
   1. **搂肩式拥抱**

与正面的贴身拥抱相比较，搂肩式拥抱多半是男性的举动，因为男人比女人高，男人做搂肩式拥抱比女人更容易。

* 1. **手搭肩**

这是搂肩式拥抱的简化，它的亲热程度比搂肩式拥抱更低，在男人之间更常见。

* 1. **手臂挽手臂**

这个动作基本上是女性的动作。如果同性别的两个人挽手臂，那就具有女人味。

* 1. **手拉手**

手拉手比前三种动作的身体接触更少，两人的身体有一段距离。手拉手是相互的动作，带有异性恋的味道。实际上，这使它成为正面贴身拥抱的缩略版。一些特殊的场合下，现代男性仍然可以手拉手。男性手拉手的另一个版本是高度程式化的动作，一人拉着另一人的手高高举起来。例如，拳击比赛胜利后。

* 1. **头部接触**

触摸对方头部或两人贴近头部是年轻恋人的典型动作，手摸头尤其是典型的恋人动作，尤其是年轻的恋人。而年龄较大的服气更偏向用搂肩式拥抱。男人很少碰头，当他们“碰头”时，一般并不真的碰头，其功能是亲热交谈，而不是亲热触摸。如果一个男人摸另一个男人的头，一般出于三种特殊原因之一：急救、祝福或攻击。对于“攻击”，许多时候是假装攻击的简单一击来表示亲密，这样可以防止性意味。

* 1. **亲吻**

亲吻的含义非常多，不同的部位有不同的含义，不同人之间也有不同的含义。大致可以分为：臣属之吻、敬畏之吻、友谊之吻、性爱之吻。又区分四种社交亲吻动作：吻面颊，表示友好平等；吻手背，表示尊敬；吻膝头，表示谦卑顺从；吻脚，表示卑贱。

* 1. **握手**

握手的起源可能是类似于黑猩猩伸出一只疲软的手表示自己没有敌意甚至是臣服。握手和衍生的吻手都有很多的含义。其次，恋人之间是绝不会握手的，大多数国家，已婚夫妇也不会握手。握手无疑是最缺乏爱意的身体接触形式。可分为“约定式握手”和“问候式握手”，两者统称为“友好式握手”。

这一章介绍的其他社交礼仪有五体投地礼、叩首礼、跪拜礼、半跪礼、屈膝礼、鞠躬礼、谢幕的鞠躬礼、握手礼和吻手礼等。

“鼓掌”、“挥手致意”和“握手”都由妈妈对婴儿的爱抚动作演变而来：“鼓掌”是妈妈轻轻拍打婴儿背部动作的片断；“握手”是妈妈拥抱婴儿的动作片断。

“鼓掌”和“挥手致意”时，没有身体接触，视觉信号转变成了听觉信号和视觉信号。“挥手致意”是“空抱”。观众鼓掌向演员致意，人们挥手招呼和告别，这两种动作都源于原来母亲对婴儿的拍打动作。

我们向演员鼓掌时，实际上是在隔着一段距离拍他的背。大家冲到台上直接拍他的背的行为，既不方便，也不可能。于是，我们就待在座位上，反复“空拍”。

**成人需要更大的独立性和流动性，比较多的身体接触可能会限制他们这方面的需要。这固然可以解释实际用于身体接触时间的减少，但不能解释成人之间的亲密接触依然存在的事实。原因有很多：我们的地位观念使我们既不想被地位低的人接触，也不敢接触地位高的人；不想使自己的亲密行为和恋人的亲密行为混淆...值得注意的是强大的纽带效应，亲密行为对当事人产生影响。身体亲密时我们感情上不可能不“亲密”。在无情的商业世界中，我们随时可能发生背叛，我们的关系太多、太模糊、太复杂，常常不太真诚，所以我们不能冒险去形成那种原生性身体亲密的纽带。过多不必要的情感会使决心软化，竞争力衰退。**

**解决对社交亲密行为爱恨交织矛盾的办法是：欣赏第二手的亲密行为**。例如，电影、小说、音乐等。

# 第五章 特殊亲密行为

在现代生活中，我们并不信任陌生人，我们对自己的亲人、爱人、朋友等有足够的亲密行为就够了。但假如这些关系突然破裂或僵化，那怎么办呢？除了抱怨和忍受，方法之一就是**雇佣专业的触摸人**。所谓专业的触摸人是指完全陌生或半陌生的人，在提供专业服务的托词下，触摸我们的身体。托词是必要的，可以提供更好的体验。

最流行和普遍的方法之一就是**生病**。当然不是重病，而是小恙，这能够促使他人做出安抚的亲密动作。小病能不治自愈，同时又能提供以前缺乏的安抚。如今生病的人越来越多，原因很简单，人口越来越多，社会压力越来越大，患病的几率也因此在不断增加。很多时候，神经衰弱是一个很不错的开脱理由。

第二种办法就是**用病人体内的微生物**，这是他终生都带有的微生物。使体内的微生物平衡被打破。很多时候，我们不是“感染”疾病，而是随时携带着致病的因素。

第三种方法是**戏剧性地丧失防止意外伤害的能力**。当有人绊倒扭伤脚踝时，咒骂自己“像婴儿一样无助”，立即就有人搀扶他，真把他当婴儿了。令人惊讶的是，人们防止“意外”受伤的能力却有天壤之别。有人对因心情不好而治病的住院病人做了一番调查，控制组是意外受伤的病人，人们相信这组病人住院是因为“意外”；这里所谓的“意外”有双重意义。调查结果显示，这些人受伤绝不是偶然的事故，他们感情上受挫的程度大大超过了内科疾病住院的病人。

**恰如其分地做出孤立无助的样子，借以促进帮助者给予安抚的亲密动作。但这也有弊端**。在一切情况下，身体欠佳的人总是要担任顺从的角色。为了得到安抚人的注意，他不得不处于弱者的地位，对安慰者而言，他从身心上将都是弱者。为了得到更多的安抚，就会偏向于延长生病的时间，这可能使疾病变成慢性病，此外，还有可能让病情升级。

很多时候，我们躺在家里的床上也能获得和医院相同甚至更好的安抚，但如果紧张之源就在家里，待在家里就无路可逃了。如果信教，还可以通过牧师得到安抚。总之，形式还有很多，例如健身教练、美容院、理发师、化妆师...总会有触摸人体的专业大军等着伺候他。不过，**这一切活动之下，显然隐藏着一个强有力的要素，那就是为了身体接触而身体接触。**

很多的时候，社会对于一些触摸是有偏见的。例如，按摩会让人产生性行为的联想，解决方法是：增加按摩人数，消除亲密的“两两成对”的氛围；用无性的机器人代替按摩师；把按摩部位进行限制。交谊舞允许在特定语境下突然和戏剧性地增加拥抱的亲密接触，即使是这样，还是会遭到许多人的攻击，解决办法是以搀扶为掩饰的亲密接触。

**从头至尾，从医生到跳舞的人，身体接触并不仅仅是纯粹的接触，没有任何一种接触是为接触而接触，每一种接触都给我们借口去触摸和被触摸，常常给我们鲜明的印象：实际的身体接触比公开宣誓的活动更加重要**。

**无论发生什么情况，我们总是可以依靠替代身体接触亲密行为的替代手段，即言语的亲密安抚。我们可以不拥抱，但可以说一些互相安抚的话。我们可以微笑并谈谈天气，就情感交流而言。这样的空谈是可怜的替代手段，但它总要胜过完全的情感孤独**。

# 第六章 替代性亲密行为

由于各种各样的原因，他人可能没有回应我们的渴望。即使**专业人士的触摸不会与家人的亲密关系展开竞争**，但是对于专业人士的限制越来越多。于是，我们就转向其他动物。我们与人的接触因文化局限而受阻，于是，我们就把亲密行为转向逗人喜欢的宠物，**它们是我们表示爱的亲密行为的替代品**。无疑，最重要的宠物是猫和狗，它们的数量非常庞大，我们与它们的亲密接触非常之多。

这一情况受到有些人的猛烈批评，他们认为这让我们人类之间的亲密交往减少了，以及用在防止虐待动物身上的钱超过了防止虐待儿童的钱。但事实是：宠物并不能“偷走”我们对孩子或其他人的宠爱。**几乎在一切情况下，宠物都是另一个亲密行为的源头，或者是缺乏亲密行为时的替代物。如果硬说对宠物的呵护比较多，必然导致对人的关爱比较少，那是完全站不住脚的**。不养宠物并不能增加我们对于他们的关爱。如果宠物们全都突然消失，我们未必会把对于宠物的爱全都转移到同伴身上。唯一的后果是，千百万孤独的人就会失去一种重要形式的温馨的身体接触。习惯于宠物猫朝夕相处的老太太并不会把对猫咪的抚摸转移到邮递员的身上。**即使在理想的充满爱意、亲密行为不受约束的社会里，我们大概总是能留下很多时间和宠物亲热，那不是因为我们需要这样的亲密接触，而是因为它们能增加我们的生活乐趣，而且宠物不会与我们争夺亲密的人际关系**。另一方面而言，**如果我们能对宠物温情相待，那至少说明，我们能够表达这样的温情**。把战俘残忍杀害的人也会善待他们的狼犬，说明这样残忍的人也能够表现出某种温情。**富有天然的温柔和亲密的伟大潜力，这是人类的根本天性。人本质上是富有爱心和亲情的动物**。残忍并不是人的自然天下，而是压力所导致的，我们爱宠物的能力证明了人爱心的一个方面。

当然，它们作为宠物的角色是人的替身，它们的身体就是人体的替身。然而它们的身体结构特征却大不相同。体型硕大的狗背部宽大而结实，是我们拍打人背部的理想替代物。而猫柔软如丝的体毛是人发的理想替身。实际上，**我们对于宠物的动作和宠物的体形有关，而不是宠物的种类**。小型的长毛狮子狗体毛很长，但我们是像对待猫一样抚摸和拥抱它们。

**对许多人来说，宠物不仅是一般同伴的替代物，而且是孩子的替身**。同时，**大多数人觉得，爬行类、两栖动物、鱼类和昆虫是最不值得触摸的**。一些人与动物的接触甚至发展到**性交**，而且历史悠久，人与兽交有两种形式：一、男人与动物(一般是农场家畜)的兽交；二、利用在场的动物帮助自己“手淫”。当然，与庞大的人与动物的正常行为的基数相比，这只是个例。动物园的游人不仅想要看看笼中的动物，他们还想摸一摸动物，且触摸动物的冲动非常强烈。**当触摸的欲望被堵塞时，就会找到其他发泄欲望的出路**，例如将触摸对象转向儿童。

此外，还有科学界的人与动物的接触，例如医学研究过程。很多的人极力反对这种残忍的伤害；又或许他们知道这别无选择，但是他们反感为了纯粹的好奇心的动物实验；还希望将实验动物的痛苦降到最低。他们对这些实验动物的关心甚至超过了对儿童的关心。这里，实验科学家的反驳就不再赘述。值得注意的是，人们对实验动物的关心令人钦佩，但是对厨房中的老鼠却非常憎恶，会毫不留情地打死。这是为什么呢？这有一部分对的侵犯的自然反应，我们对野鼠的态度是把它们当作我们领地的侵犯者，我们觉得用一切手段捍卫领地都是合法的。而对于实验的小白鼠，科学家的做法与养殖家畜的农夫的做法是相同的，都是悉心照料 --> 致其死亡，当然实验过程中可能有一些令其痛苦的行为，例如注射各种东西。但是农夫并没有得到很多人的指责，这又是为什么呢？**在人与小白鼠的象征性关系里，他们真正关心的是其中存在的对亲密关系的背叛**。实验室中，小白鼠的角色类似谦卑忠实的仆人的角色，主人爱护它，可是突然在没有预警也没有刺激主人的情况下，那有爱心的主人却突然翻脸，不顾它忠心耿耿的伺候，竟然为了自己的私利而杀死它。使人不仅联想到人与人之间的亲密行为也是假的，或者也存在这一结果。这就引起了别人的那指责。科学研究给我们带来了极大的好处，但**科学研究沉重打击了我们所谓温馨关爱的亲密行为的观念，所以我们禁不住觉得反感**。

# 第七章 恋物性亲密行为

很多人难以戒除烟瘾，固然尼古丁上瘾是一个原因，但更为重要的原因是烟卷叼在嘴里口唇得到的亲密接触。《裸猿》中也提到过，**嘴唇衔东西对人有安抚作用**。对于婴儿，即使不用力吮吸，一旦嘴唇接触到橡皮乳头，平静的效应就立即产生。此外，香烟温暖的烟雾=妈妈温暖的乳汁。不少烟瘾患者也会习惯性地把手指放在嘴唇上，模拟触摸母亲乳房的感觉。而且即使不再叼在嘴里，他们还是有一种欲望：抓着“香烟乳头”不放手。

不少的人虽然不碰香烟，但他们需要追加安抚的因素，因此，不少人会不停地把食物送到嘴里，尤其是糖果、甜味饮料等，它们具有柔软和甜美的特征。

婴儿期的另一种基本的身体接触形式是**面颊紧贴妈妈的身子**。因此，成人尤其是女性，喜欢用面颊紧贴柔软的物品。广告中常可见模特手捧柔软的产品贴着面颊，爱意绵绵。**母亲能给我们提供两种重要的安全因素：**

**一、身体接触的亲密舒适。**

**二、不受外部世界的伤害。**

因此，不少人喜欢躺在柔软的沙发上看电视。柔软的沙发 --> 柔软的亲密接触 ；电视屏幕 --> 把我们与充满压力的世界隔离开来，给我们安全感。当然，两者都可以用其他的物品代替。**很多的行为都可以追溯到婴儿时期**。例如，住旅馆可以让我们体验到妈妈在各个方面照顾我们的感觉；热水浴能够创造子宫那种温暖、与外界隔绝的环境。

衣服与人之间的亲密接触是双向的，衣服在拥抱人，人也在拥抱衣服。受欢迎的方式之一就是把手插进衣服里，大多数手插衣袋的姿势和掏东西都没有关系。这理由一条规律：**手与衣服接触的部位越高，表现出来的个性就越强**。这条规律背后的原因是：**手的位置越高，其触手打斗的意向动作就越明显**。手抓衣领的姿势向举手的动作前进了一大步，自然这一动作就是各种选择里最好斗的姿势。但是有一个例外，就是大拇指紧扣皮带的姿势。虽然这一姿势的位置比较低，但它无疑带有好斗的味道。这是硬汉、牛仔、好爽女性常用的姿势。其阳刚型不仅来自刹那间拔枪的意向动作，而且成了大拇指插马甲姿势的现代翻版。如果手全部插进皮带或裤腰，那就立即失去了咄咄逼人的攻击性，这就比较符合攻击性随身体部位下降的规律了。

**紧张时，总是想要他人安抚**，但很多时候只能自己安抚自己。这时候男人会整一整衬衫袖的链扣，抚弄一下领带。女性则会摆弄手镯和项链，避开人群去抹抹唇膏，扑扑粉。这些行为具有明显的镇静功能，起到自恋拥抱的作用。

最后这一章还谈到了直接和性亲密行为相关的替代物。在最低层次上，心上人的照片、梦中情人的美人照是可以亲吻和抚摸的。粉丝会买印有明星照的枕头。无生命的阳具替代物历史悠久，现在又有实体娃娃等之类的...这里就不再赘述。有一条规则：**成人的亲密行为需要伪装，以朦胧处理正在发生的真相，对自己和他人都是需要伪装的**。

# 第八章 自我亲密行为

一位妇女会在感到恐怖的一瞬间用手捂住脸。无意之间，紧张的情绪驱使她去触摸自己、安慰自己。做这个动作时，她的面颊还是自己的面颊，然而在象征意义上，她的手已经成为另一个人的手，即爱人或母亲的手。**表面上，它们是“一个人”的行为，实际上，它们是无意识模仿两个人的行为，身体的某一部分成了想象中的亲友安慰我们的亲密行为。换言之，它们是假性的人际交往动作**。

这类动作是第五种亲密行为源头，也是要讲的最后一种身体亲密行为。**五种亲密行为可以概括如下**：

1. 我们紧张和/或压抑时，我们亲爱的人可能会拥抱我们或拉一拉我们的手，给我们安慰。
2. 亲人不在场时，触摸我们的可能是提供专业服务的人，比如医生，他可能会拍拍我们的手臂，叫我们别担心。
3. 如果身边只有宠物狗和宠物猫，我们可能会把宠物揽入怀中，用脸去贴那毛茸茸的身体，在温暖的皮毛中寻求安慰。
4. 如果我们独自一人，深夜被令人毛骨悚然的响声惊醒，我们可能会抓住被单裹在身上，在那温暖的拥抱中寻求安全感。
5. 如果上述条件都不具备，我们还有最后一招，那就是自己的身体；我们可以用各种办法拥抱、搂抱、紧抓和触摸自己、安慰自己，以消除自己的恐惧。

自我触摸是司空见惯的，但是**并不是一切触摸行为都是人际亲密行为的替代动作**。例如自己在腿上挠痒，就只是为了挠痒，与亲密行为无关。

现在来看我们如何并为何触摸自己的身体。**头部是接受亲密接触的最重要的部位，手是最重要的给予亲密接触的器官**。头部的亲密动作分为四大类。前三类本身有趣，但和我们这里的研究没有直接关系，所以我们点到即止，然而这三类重要，不能不列，且有必要单列，使之与真正的自我亲密行为区别开来。

1. **保护动作**

用手遮住五官，以减少对感觉器官的刺激；或者用手掩饰一部分面部表情。

1. **清理动作**

用手进行闹、揉、剔、擦或类似的动作，梳理头发也属于这个范畴。其中一些动作是为了清理，但许多是因为情绪紧张而发生的“移置活动”(在《裸猿》中有提到)。

1. **特殊信号**

手举起来到头部去完成象征性动作。例如手背触下巴、手心向下表示“我吃饱了”。

1. **自我亲密动作**

举手至头模拟人际亲密行为。在手对头的各种接触中，最常见的动作按频率排序如下：

* + - 1. 手托腮帮子；
      2. 手托下巴；
      3. 手撩拨头发；
      4. 手捂面颊；
      5. 手指触摸嘴唇；
      6. 手触太阳穴。

男女两性都做这些动作，但有性别差异。女人撩拨头发的动作是男人的三倍；男人手触太阳穴的动作是女人的两倍。其他形式有：手臂交叉抱在胸前；和自己手拉手；叉腿；双臂抱腿；用手抱住大腿；

对于手淫，手淫无害，替代性交，其功能仅限于此；然而，不同时代对手淫的态度却大相径庭。过去极力反对甚至进行惩罚，只有包皮环切存留下来，因为有合理的医学解释。

# 第九章 回归亲密行为

对五种亲密行为进行小结：“**我们一降生就与母亲亲密接触，形成了亲密的关系。稍长，我们步入世界去探索，而不是回到母亲怀抱去寻求庇护和安全。最后，我们斩断脐带，自立于成人世界。不久，我们开始谋求新的纽带，并回归一种亲密关系，与恋人缔结亲密纽带，结婚安家。我们重新获得一个安稳的基地，借以继续我们的探索。在整个过程的任何阶段，如果我们享受不到亲密关系，我们就难以对付生活的压力。于是我们就寻找替代亲密关系的办法来解决问题。我们热衷于社交活动以弥补身体接触之匮乏，还可以用宠物来替代朋友的亲密接触。如果没有亲密朋友，我们可以用无生命的物体来扮演替代的角色，我们甚至走向极端，与自己的身体亲密接触，抚摸自己，拥抱自己，仿佛我们一个人成了两个人。**”

“华生育儿法”建议把婴儿当作年轻的成人对待，不能给予亲切的关爱，例如，亲吻或拥抱。这无疑是错误的。作者主张**婴儿期的百般呵护和童年期的适当管束**。读过《裸猿》会知道，父母亲对婴儿的呵护可以缔结强烈的纽带，使他在此基础上敢于大胆地进行探索，而不会畏首畏尾。出生几个月的经验给他安全感，这是他后来用于探索的安稳的基础和保证。例如，得到充分呵护的婴儿在摔倒时不太可能哭，而是继续探索；而缺乏关爱的孩子则会感到自己的孤立无援，无人安慰而感到不适。如果妈妈缺乏爱心，婴儿就会羞怯而紧张。对于“过多的母爱和亲密行为会养成柔弱、依附的性格”是完全站不住脚的。换句话说，**一旦在前两年中形成了与父母全身心热爱的关系，婴儿就能顺利进入下一个发展阶段**。然而，在稍后的成长阶段，孩子大胆探索世界时，的确需要父母的管束。婴儿阶段的管束是错误的，但童年时代的管束确是正确的。

同时，**婴儿期与父母的强力纽带是他向社会中其他人缔结新的纽带的“安全基地”**。例如，缺乏父母关爱的孩子往往不擅长与异性交谈、亲热难以与异性回归到婴儿期那种典型的爱意绵绵。此外，**牢固的情感纽带能够使其不会因为亲密行为的匮乏而感到饥渴，而且能适应各种社会交往，在需要情感自制的社交中，他们就不会提出不妥当的、情感饥渴的要求了。**

家庭生活中有一个不可忽视的方面，那就是对隐私的渴求。**如果家里过分拥挤，那就容易形成暴力关系，其他关系就难以形成了。身体相撞不等于表达爱的拥抱。强加的身体接触成了真正的反亲密接触，所以我们需要开阔的空间，以便给身体接触赋予更多的意义。人对身体亲密接触的需求是断续、间隙的，只需偶尔表现出来。如果家里太拥挤，那就把爱的触摸变成了令人窒息的拥挤。**

两种强大的社会态度可能会对亲密行为造成负面的影响：

第一种是用“**幼稚**”一词表达的侮辱。大量的亲密行为被批评为倒退、柔弱和幼稚，这容易使爱意绵绵的年轻人缩手缩脚；

第二种妨碍亲密行为的社会态度是**身体接触含有性的兴趣**。

但实际上，爱就是爱，是情感纽带，至于其中是否掺杂了性，那倒是次要的问题。但是这种态度被扩大到亲子关系中，这可以理解，但没有必要。这一态度说明，在真正的性关系里，这种人没有充分享受到性爱的身体接触。如果我们与配偶的性爱有充分的深度和广度，那就不会去染指其他类型的亲密关系，我们就能够充分享受我们目前不敢为之的其他亲密关系。

作者提倡施爱和受爱的亲密关系：“温柔的施爱和受爱并不是虚弱的表现，并不仅仅是婴儿和年轻人的专利；如果我们认识到这一点，如果我们能释放我们的情感，偶尔陶醉于回归亲密感觉的神奇境界，生活不就容易得多、舒适得多了吗！”