

# 橋

婚姻與家庭季刊 第119期  
二零一二年六月

www.link.cmac.org.hk

主題：感情缺失

## 從「感情缺失」談婚姻承諾 專訪何文康先生 (墨爾本若望保祿二世婚姻及家庭學院博士候選人)

訪問：  
呂清華  
家庭服務社工

唐英年太太郭妤淺透過公眾媒體，在七百萬香港市民面前，坦然接受曾經不忠的丈夫，她自言會堅守婚姻承諾，對丈夫不離不棄，引發我們對婚姻信念的再思和討論。

唐太說：「結婚時簽下的不是賣身契，是一個終身承諾，是不論順流逆流 (for better or worse)，我們都會一齊渡過。」；「(唐)他做那些事是一時的蠢……但最重要是浪子回頭！」；「最偉大的愛是原諒……如果不去原諒，你會變成一個痛苦的人，你一輩子都在歸咎甚麼出錯了，原諒他其實是拯救自己。」何以她對婚姻有這份堅持呢？怎樣才能重新接納伴侶「浪子回頭」呢？當事人又怎能在婚姻抉擇時懸崖勒馬呢？本刊特別訪問了何文康先生為我們探討以上種種問題：

呂：何謂「感情缺失」？

何：這是一個嶄新的名詞，「感情缺失」意指在感情上做了不恰當的事情，傷害了自己或他人。如果唐生所指的「感情缺失」是婚外情，這是一種違反婚姻承諾的越軌行為，不單只是感情層面的差錯，更涉及委身誠信的問題，用「感情缺失」來形容似乎簡化了婚姻關係的深層意義。

呂：若「感情缺失」這個名稱用得並不恰當，我們應如何理解婚外情這個行為呢？

何：男女關係的發展其實是每個人人性成長的一環。人性的基本共有經驗包含本能、感情、理性和靈性四個層次，我們會以這四個層次來探討婚外情這個現象。

首先，男女之間互相吸引是基於本能反應，若時間及環境條件配合，感情會漸漸建立起來，彼此產生愛慕及情愫，但未必可發展為真正的關係（如拍拖或婚外情），因為人還具有理性的功能，就如我們的良師益友一樣，會給我們提供客觀資料（如當事人的身份、處境），分析「這段情」是否應當 (ought to) 發展下去；理性也包含意志，好讓我們能運用自由去選擇真實而不是虛幻的美善，從而追求有價值及有意義的道路，作出合乎

人性尊嚴及正直的行為。當人在意亂情迷時，這份理性就像指南針一樣，能發揮指導作用，好讓我們能成熟地作出合理的選擇。令人遺憾的是，現代人往往忽視這個層面，把男女的真愛簡化 (reduced) 為本能與感覺的原始衝動，把建基於客觀性的思考及反省的成熟抉擇譏諷為冰冷無情的禮教行為。我們必須認清及承認：真正的愛情確包括慾與情，但那只是兩性關係的「原材料」 (prime matter)；若沒有理性（即認知與意志的功能）的介入，人的行為 (acts) 未可算為具有真正的人性 (authentically human)，還只是停留於動物性的層次。換言之，真愛必然包含重視並尊重由理性所識別出屬於被愛對象的各種客觀的善 (objective goods of the beloved)，例如對方已擁有家庭；缺乏這份尊重便會使愛變成一己私慾，把對方淪為滿足自身情慾的工具而已。

最後，人的理性之成全，正是到達靈性的層次，因為理性的終極追尋，就是向無限及永恆的開放，心靈找不着交托對象便忐忑不安，直至找到了才真正心滿意足。把靈性的要素放在男女關係當中，能讓我們理解真正的愛情，這愛情該涵括對對方的終極關懷（幸福、痛苦、生死及歸宿等課題），雙方在身體及心靈互相交托，一起追尋靈性價值，也盼望與對方長相廝守。試問對方若表明只愛你五年或十年，你會接受嗎？人內心的直覺告訴我們，男女間的愛情在本質上是盼望與對方永不分離，否則只是利用對方來滿足一時之個人需要而已。

至於唐生所追求的婚外情是什麼層次，相信只有他自己才明白。

呂：若這是唐生的選擇，為何唐太仍堅持對唐生不離不棄？我們應怎樣解讀唐太的選擇呢？

何：根據上文有關人性四個層面的討論，我們不能單用「感情」角度來決定婚姻去留的選擇。當唐太面對丈夫的婚外情，她的感情固然受到傷害，但她沒有容許受傷的感情作主導，避免作出反應式 (reactive) 的行為，這樣只會更為誤事。她明智地讓理性發揮應有的作用，幫她分析客觀事實，面對婚姻關係的真相，好能作出恰當的回應 (respond)。在理性分析後，她選擇原諒丈夫，相信是她經過深思熟慮後的抉擇。而在靈性層面上，她的宗教信仰也照亮並堅強她的理性，使她能貫徹個人的信念和對生命的追求。

續下頁

呂：唐太的決定似乎是一個包含感性、理性和靈性上的抉擇，如果我沒有信仰，怎樣才能重新接納伴侶「浪子回頭」呢？

何：在靈性的層面而言，教友會容易因為信仰所給予的力量而趨向建立恆久的婚姻關係，相對而言，亦較容易原諒伴侶的錯誤。然而，在靈性層面以外，婚姻是由兩個獨立自主的個體組成，婚姻關係本來就是一個冒險旅程，因此我們不應把所有的成敗得失都放在伴侶身上，忽略關係的對等和個人的需要與責任。委屈自己，勉強接納不平等的婚姻關係，將無助撫平傷痛；相反，這可能會令自己面對配偶時陷入更大的失望和情緒困擾，無助關係的重建和復修。我認為當發現伴侶發生婚外情時，首先要認清及處理自己的情緒，要有勇氣面對自己內心深處的痛楚，接觸和明白自己的內心需要，以找出令自己脫離困境的方法。在這方面，婚姻輔導將有助我們接觸自己的情感創傷，而親友家人的支援，亦能讓我們感受到人間確有關愛。當我們冷靜下來，理性和智慧自然會走出來，幫助我們全面審視事情的來龍去脈，提供資料和分析，為前路作出最妥善的選擇和安排，再決定能否重新接納伴侶「浪子回頭」。

呂：發生婚外情的一方，又可以如何作出選擇，懸崖勒馬，浪子回頭呢？

何：婚外情確實能暫時滿足或補償本能和感情層面的需要，但它對個人、婚姻和家庭關係卻帶來莫大的衝擊。發生婚外情的一方在意亂情迷時，仍該自問：是誰當了自己的「主宰」——是本能、感情、理性或靈性呢？在靈性的協助下，若能以理性「當家作主」，以合情理的方法調息及滿足本能和感情的要求，提升自制能力，重新認識自己和各人的需要和處境，從而慎重地作出取捨。只有當事人認識這點時，才能作出合宜的選擇，懸崖勒馬，浪子回頭。

呂：有沒有方法減少婚外情發生的機會呢？

何：減少婚外情發生的機會，莫過於着眼於婚姻關係的培育，但夫婦總是忽略這方面的「投資」。其實，結婚有如考獲駕駛執照，考獲了資格，並不表示在街道上能處理及控制所有狀況和避免意外，駕駛者仍須小心翼翼和不斷改良駕駛技術，遵守交通規則，才能安全地享受駕駛的樂趣。婚姻也是一樣，夫婦必須不斷自我醒覺，以不同方法增進雙方關係，才能培養深厚的感情和建立健康的婚姻生活。為免墮入情慾的陷阱，我們必須提升理性的功能，即對人與事的認知力和意志力，防患未然。

最後想起一個與婚姻戒指有關的真實個案。有位男士跟友人到東莞「尋歡」，當他與新相識的女子快將進行性行為時，女方忽然對那男士說：「衣服已脫下，為何不把戒指也除下呢！」這番話有如當頭棒喝，晴天霹靂，立刻喚醒這位男士的理性；他想起要保護配偶，並記起自己許下的婚姻承諾，便不由分說立刻趕快地穿回衣服，並即時離開與那女子纏綿的地方。可見，婚戒雖小，卻是一枚有效的標記，具有重大的象徵意義，時刻提醒我們對配偶、婚姻及子女的委身。

聆聽了何先生的一席話，得到了不少啟發，似乎最有效預防婚外情的方法就是做好婚姻培育。培育是需要夫婦共同參與，投放心機和時間，坦誠交托，彼此潤澤對方的生命。做好培育功夫，建立深厚感情，讓美好回憶和經驗提升我們的婚姻抗逆力。然而，當我們真的不幸遇上婚外情，在作出重大抉擇時，我們還需全面地兼顧本能、感情、理性和靈性這四個層面。尋求婚姻輔導，將有助我們重整婚姻信念。

(完)



……外遇是誘惑……猶如一道閃電，雖照亮，但稍縱即逝；而且，追不上，留不住。  
蘇格拉底



## 生死教育之 On Call 36

婚姻輔導員  
朱雪嫻

《On Call 36》是香港無線電視近期剛播放完畢的劇集，透過一群實習醫生的成長故事，帶出許多關於生死、親情與愛的探討，情節動人，訊息正面；人生縱是挫折重重，看罷該劇目，心中總能尋到開解方向，滿有安慰。

很多人每當遇上頑疾或要面對死亡時，總是難以接受，不停地追問為什麼會是我，然而疾病或死亡其實只是人生的經歷，並不是人生的終點，抱著怎樣的態度去面對比追問疾病帶來甚麼影響更為重要。在這緊要關頭，接受不了身體將會急促衰退、軟弱無助地展露於人前，在關切自身或身邊的人的痛苦時，很多人或許會選擇隱瞞或逃避事實，一廂情願地以為這樣可減低親人或朋友的傷痛。

其中一幕講及老傭人么姐被確診老人失智症初期，每當她想到將失去記憶功能，會成為主人的負累，便選擇悄然出走；然而對少主來說，少時患病時，么姐也曾全心全意，不離不棄地照顧她，深厚的情誼早已建立在多年的相處中，為何今天患病的是對方，竟要離開？人的情義及價值並非建立在個人是否「仍然有用」或地位高低、是否具有值得關注等資格，那怕只是主僕關係，只要能互相關顧，一切就成為理所當然的事。

此外，男主角一健身體傷殘的弟弟，因着一樁高空擲物意外而死亡。一健一直因小弟過世而哀傷，埋怨上天的不公平及怪責自己沒能力把弟弟救活過來。直到他遇上因獲得弟弟捐贈器官而重獲新生的人士及聽到追思會上親友的見證，明白弟弟已把愛遺留人間，其熱愛生命的精神及樂觀性格一直感染着身邊的人，至死不變。故此，面對親友離逝，我們仍可選擇繼續不斷埋怨或將他的正面生命訊息延續下去。

其後女主角子好正值茂盛之年，卻發現患上可致傷殘或死亡之症，一直矛盾着究竟忍瞞家人或是向家人講出事實，到底那種造法比較殘忍？初時她選擇了隱瞞，獨自承受痛苦；最後得到上司的啟示，明白面對親人的離逝，如果事前沒有心理準備，是會很難接受得來，事後才知道事實真相，親友不止傷心，還會後悔沒有好好珍惜與她最後相處的時間，感到遺憾。最終她鼓起勇氣，向家人講述實況。原來，開放自己，接納別人的關心和幫助，也是一種學習。

健與子好的愛情貫穿全劇，過程並不浮誇，卻很平實真摯，沒有太多甜言蜜語，患難中卻彰顯出愛的真諦。她寫給他的每日一信，毫無保留地分享對事物的感想，並在他最低潮的時候，關懷陪伴著他等等；而他為她所做的是誠意地承諾一生愛護和照顧她，不論健康疾病，都願意一生一世愛她，終生不渝。結局無論子好日後會否變成癱瘓，已經變得不再重要了。





## 一起走過的日子

詠賢：

很久沒有寫情信給你了，真想和你一起重溫我們這數年一起走過的路。自 09 年我參加了一個成功學課程，你也是該課程的參加者，你在課程內所訂立的目標是修讀學位課程，這不單是你期望取得的學歷及事業上的目標，也啟發及推動我去攻讀大專課程。

於是，我們成為「同學仔」，一起修讀管理文憑課程。對我而言，這是一個很重要的決定；因為我們的女兒當時只就讀小三，我們既要維持家庭的日常運作，也要時時幫助女兒溫習，應付測驗考試，更要抽時間自己溫習、交習作、應付考試等。還有，幫忙堂區做婚前課程的義務工作。可能旁人看來，不明白為什麼我們會這樣忙碌，也有人說我們是超人，怎可以同一時間完成這麼多事情。當然，我們在過程中付出很多努力，為自己及家庭的將來而奮鬥，如何困苦也是值得。當中最重要是我們心裡有祂——「主」；沒有祂，我們什麼都不能作。尤其是我們一起分享、溫習、做習作、預備考試，兩人是向著共同目標一起努力，整過過程，我們很開心及加深了彼此的關係，那份喜悅、滿足感、親密感是旁人不能體會的。

取得文憑，我們的辛勞終於見到成果，更加強了我們的自信、滿足感和喜樂。我們的家庭真是愈忙愈有生命力呢！我相信主助祐了我們的家庭，祂明白我們的需要，賜我們有力量及應變能力，還有最重要的，祂把你賜給了我，與我並肩同行，讓我在此說一聲「我愛你！」

彥

彥：

首先，很感謝你給予我這封溫馨的信件。

信中的內容勾起了我倆這幾年間一同經過的喜、怒、哀、樂，——往事——重浮眼前。當此刻靜下來，才發現日常生活包括自己、家人和工作雖充實滿溢，但卻欠缺了靜思的空間。每天帶著疲倦的身心回家，直至睡前一刻，也沒法停下來；尤其是家裡差不多有半年時間沒有傭工協助，幸得天主的眷顧，家庭總動員群策群力，才能平安度過，家庭也更有凝聚力。

那段日子，我很欣賞你完成課程的毅力，你更兼顧工餘的教學及充當我的好拍檔。我每逢遇到困難、不安及工作新挑戰時，你必定立刻挺身協助，倆口子又一起將困難迎刃而解。我很想藉此信表達「多謝你的支持！我愛你！」

詠賢

報盟海

缺失 .unlike



## 親密再培訓

性障礙治療中心主任  
李月儀

亞瑞和亞蘭結婚雖然不足四個月，惡夢卻是連連不絕……事情是這樣的——從前拍拖真好，現在同住真難！

婚後，亞蘭希望亞瑞形影不離地陪伴在她左右，亞瑞卻經常約朋友踢足球和飲啤酒，偏不理會她的抗議和獨守空帷的煎熬。亞蘭希望亞瑞會自動自覺地分擔家務，每當要催促他幫忙時，亞瑞卻擺出一個懶懶閒的姿態，還嫌她囉唆。兩口子就因這些小事不停爭吵，各不相讓。

「我從未見過有男人好似你咁樣，識玩識食唔識做，鬧你就當我唱歌，十足十一條軟皮蛇，真無用……」

「我都從未見過有女人好似你咁樣，巴渣潑辣兼長舌，唔該你去照吓鏡，就知道自己十足十一個蛇蠍心腸的醜婦，賈剩蔗……」

此時此刻的對罵聲，掩蓋了昔日拍拖時的濃情蜜意。

無日無之的冷嘲熱諷，打擊了良緣天注的婚姻盼望。

亞蘭和亞瑞也感到事態不妙，但實在不知道可以怎樣一起走下去！

機緣巧遇，亞瑞和亞蘭參加了本會舉辦的「親密再培訓」課程。他們學會了疏導負面情緒和增加正能量的方法，還僅記「放下嫌隙、用心分享」這條大原則。

課堂中，亞瑞和亞蘭一齊練習「盡訴心中情」的分享模式，感覺非常良好。因為此溝通方法是著重講者表白自己的想法、心情和願望，將慣常掛在口邊的「你是……」或「你應該……」的訊息轉化為「我認為……」、「我感到……」或「我希望……」。「我……」的訊息可以幫助夫婦互相了解，鞏固親密關係。

下課後，亞瑞和亞蘭協議不再互相指責，並願意繼續「盡訴心中情」。他倆決定了每晚躺臥在床上時，就手挽著手，互訴心曲一番。亞瑞和亞蘭的對話是這樣的：

「老公，當你約朋友去踢波喝酒時，我留在家中就好掛念你……掛到個心好像跌了出來，跟著就碎了……我很愛你，所以時時刻刻都想靠近你，你給我很大安全感。」

「老婆，對不起，我誤會妳罵我就等如妳不愛我了，我一氣之下才去找那些『豬朋狗友』。不要再撈我，好嗎？其實我不知幾想見多妳幾面！」亞瑞再也禁不住澎湃的熱情，深深的吻著亞蘭……

「親密再培訓」就是這樣為亞瑞和亞蘭掀起了幸福的序幕……





## 親密關係

家庭服務社工  
魏安儀

常言道父母與子女間的親密感是先天性的。我並不否定這個說法，但我更相信後天關係的建立。

第一次接觸女兒，是在手術室的床上。因為剖腹生產的原故，初為人母的我被手術布簾擋住前方的視線，無法看見女兒，只聽到這小傢伙清脆響亮的叫喊聲。當護士把她放到我懷中時，一直嚎啕大哭的小傢伙立即安靜下來，還努力地睜開眼睛看看這個安撫著她的母親。那一份懷胎十月建立的親子情，在那一刻落實了。

隨後的數天，我開始母乳餵哺。剛開始時小傢伙嗜睡，吸啜不久便呼呼大睡，即使進食不多，她仍是帶著滿足的表情入睡。睡著時還會甜甜的笑起來，很是可愛。育嬰書籍說這是嬰兒常見的自然反應，並沒有什麼意思。但我主觀地相信這是因為女兒感到被愛護而流露的愜意滿足。

常說女人天生具有照顧孩子的能力，這個說法在我家中完全印證了。相比同樣是新手的丈夫，我所有的「第一次」都應付得輕鬆自然。還記得初回家的第一個星期，丈夫半夜起床幫忙照顧啼哭的女兒，不久便無奈地請我起床，協助清理痾得一身都是的女兒。日子久了，丈夫已不再擔心女兒突如其來的「驚喜」，還能一邊換片一邊與女兒哼起歌來。不受歡迎的換片工作反成了父女倆的唱遊時間。

丈夫又幫忙替女兒洗澡。第一次便因為滑手把她的小腳跌落水中，當場便被圍觀的老爺奶奶輕責。過了一個月後才重拾信心再次為她洗澡。這次小傢伙好像知道爸爸的苦心，雖然面露惶恐，但仍非常合作地讓爸爸順利完成任務。經過數天的磨合，女兒非常享受爸爸為她洗澡，過程中一直看著他甜甜的笑起來，逗得丈夫非常開心。可見只要後天多努力，再沒有帶孩子的天份，亦不相干。

因為沒有聘用傭人，照顧女兒的大小事務只得親力親為，每天都忙得不可開交。累極時，與丈夫互相按摩，分享見證女兒成長的喜悅；開心時，三人摟在一起哈哈大笑，溫馨歡愉的氣氛洋溢整個房子。簡單而專注地，珍惜每個相處時刻，家人間的親密關係就是這樣一點一滴建立起來。



## 衝突背後的思維落差

婚姻輔導員  
胡文佩

有一對正進行離婚的夫婦，為著兒子的照顧安排及生活費等問題，激烈地展開討論。父母雙方均極力爭取與兒子同住。女方在港孑然一身，六天工作，月入一萬。男方的父母健在，喜歡弄孫為樂。他本人亦是專業人士，收入穩定，擁有自置物業，且僱有傭人。父親希望兒子繼續與他同住，確保有足夠人手及資源照顧和培育他，亦可減輕兒子在適應新生活方面的壓力。同時，若兒子不與他同住，爺爺嫗嫗一定會很掛念孫子。他明白兒子對女方很重要，但為了大局，希望她願意犧牲。他鼓勵女方隨時探望兒子，讓母子都得到情感上的連繫及慰藉。

另一方面，母親希望與兒子同住，好讓她以百般慈愛照顧他，並教導他正確的價值觀及培養生活技能，使孩子成為一個正直有用的人。她認為男方及其父母過於溺愛兒子，與他們多接觸，實在有損無益。但是，最重要的原因是她捨不得兒子不能常陪伴左右，她實在很需要兒子的同在。她希望男方提供經濟支援及聘請傭人協助，使她夢想成真。

明顯地，父母雙方均很愛護兒子。然而，他們的思考方式卻截然不同。父親是「群體導向」思維，當他面對照顧兒子的安排問題時，他會以整個家庭層面去著眼想，顧及事件對相關的每一個人的影響，盼望能照顧大部份人的需要；那麼，只得犧牲少數人。至於母親的思維模式是「個體導向」為主。她所有想法都以個人的願望和觀點出發，以自己或某個重要人物的需要為依歸。焦點人物的需要被顧全了，其他人都要付出代價。

在華人社會中，普遍是以「群體導向」的做法較為接受，因為中國人較看重群體的整體利益、大方向、人際共融與和諧等。這意願是好的。然而若太過理所當然，就是缺乏體諒，需知道每個人自己的人生路；他的處境如何，有什麼感受，能承受多少壓力，到了臨界點沒有，真正的需要是什麼，難道別人能瞭解嗎？強行要他為大眾利益犧牲，究竟是否適合呢？倘若做成負面結果，這又是否大家期望見到的結果呢？

在這裏並非要討論那種思維模式才是正確。人生所遇到的問題都是多面化而立體的，相關的影響因素也非簡單和直線的。人的心理和需要因人而異，十分奧妙難測。當你在某個群體中遇著衝突和困局時，要靈活變通地來回使用這兩種思維方式，尊重自己和看重對方當下的心理狀態和需要，豁達一點去開放自己的思維，坦誠溝通，即使未能立刻找到雙方認同的解決方法，最少可以免傷和氣，避免破壞關係，及與對方作出愛的體諒和合作。這些，其實正是中國人重視的傳統美德呢！

## 「總部暨輔導及培訓中心開幕典禮暨開放日」

本會去年榮獲香港賽馬會慈善信託基金資助裝修經費，擴展本會服務範疇，以便服務更多市民。本會茲定於 2012 年 6 月 14 日（星期四）下午一時於香港皇后大道中 181 號新紀元廣場地下舉行「總部暨輔導及培訓中心開幕典禮暨開放日」。屆時將有表演節目及紀念品派發，歡迎踴躍參與，除可了解本會的理念及服務，亦可一同慶祝。

如有任何查詢，歡迎致電 2810 1104 與本會職員聯絡。如欲了解更多本機構的資料，可登入網址：[www.cmac.org.hk](http://www.cmac.org.hk)。

