

橋

香港公教婚姻輔導會

地址：香港上環皇后大道中世紀元廣場
低座101室
電話：2810 1104
傳真：2526 3376

香港北角建華街30號聖彌德堂
電話：2566 5019
傳真：2887 6340

九龍何文田邨第一座地下1至4號
電話：2336 6523
傳真：2336 9542

新界元朗青山公路201號
電話：2476 0122
傳真：2479 3769

香港堅道明愛大廈502室
電話：2523 3128
傳真：2523 3121

第69期
季刊

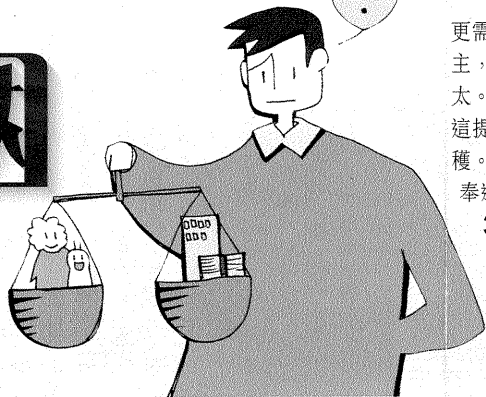
非賣品

第一版

主題：男人與婚姻

一九九九年十月

男人與婚姻



葉萬壽 (私人執業輔導員)

導言：在輔導室內聽了很多太太對丈夫的投訴，說婚前丈夫如何愛自己，可惜婚後卻判若兩人，作為太太，無論怎樣辛勞照顧丈夫兒女，都得不到丈夫的歡心，部份丈夫甚至有婚外情，作為太太，深覺婚姻對女性不公平，只有女性付出，卻得不到丈夫的回報。在輔導室裏聽到這些個案，不由得不想到男人是婚姻的受益者，也是婚姻的破壞者，為何男人在婚姻上給女性這樣的印象？男人需要婚姻，卻懼婚姻帶來的責任和實務，因為婚姻對男性的要求，往往考驗男性的質素，甚至反映了很多男性的弱點劣根性。

男人是婚姻的受益者

從不同研究或平日道聽途說，結了婚的男人通常會胖起來，健康好了。失去配偶的男人比失去配偶的女性較早去世。因為在婚姻裏，女性照顧丈夫比丈夫照顧女性多，因而太太一旦去世，部份男性不知如何面對生活，甚至不能照顧自己，這種現象在年老的男人來說尤為更甚。男人比女人容易離婚(女性比男性表面容易提出離婚，但通常都不是認真的)，但離婚後的男人往往比女人較多和較快再婚。結了婚的男人透過婚姻得到情緒的慰藉，太太可以替不擅表達情緒的丈夫講出心事，甚至成為丈夫和其他人相處和溝通的橋樑，例如不擅與自己本原家庭相處的男子結婚後，太太竟成為自己和父母或家人溝通的渠道，或媽媽成為父子溝通的出路。你同意男人是婚姻的受益者嗎？你自己是婚姻的受益者嗎？

男人是破壞婚姻的始作俑者

男人若是婚姻的受益者，應當欣賞婚姻帶給自己的好處，並努力建立美好婚姻與家庭。可是太多男人並非如此想，反而有太多的男人會後悔自己結了婚。西方流行一個男人之間互相祝福言：祝我們身體健康，財富不絕，妻子早亡。對很多已婚男子來說，婚姻如同枷鎖，令自己失去自由，妻子整日囉嗦，一生兒女債不絕。也有一些男性不願刻意為自己和其他異性定下清楚交往界線。作為婚姻輔導員，認識太多惹上婚外情的男人並不都是壞男人，只是和其他異性交往上，不懂保護自己，不懂保護自己婚姻和太太，沒有刻意迴避和其他女性單獨或親密地交往，加上男性在性愛方面有時會傾向進取，令男性參與婚外情的數目上遠遠超過女性。

你是婚姻的破壞者嗎？

男人在婚姻裏的通病

不同的男人對婚姻有不同看法，但一般男性對婚姻都有類似的通病：

1. 以成婚立室為人生一大事：結婚是人生其中一大事而已，當完成了結婚，很多男人會忽略家庭和婚姻而專注事業，這都是男人的普遍表現。這些男人認為努力事業，希望自己事業有成，希望家人有好日子過，希望他日能和家人同享美好成果。這些男人都忽略了日子未必需要大屋和大量金錢。好日子可以早點實現，只要自己能刻意安排時間，不將事業凌駕於一切和家人相處時間上，甚至寧願放慢自己事業有成的時間表；
2. 希望太太是不囉嗦自己的母親：年青期的男性不想回家，每次回家雖然給母親囉嗦，但總的來說，母親無微不至的愛令自己無後顧之憂。於是自己喜歡何時回家也沒有問題，因為母親總是等候著自己回來，很多已婚男人也一樣，不單希望自己有無限自由，可以隨時出入而無需向太太交待。甚至希望太太比母親更好，更少囉嗦。
3. 認為男人比女人辛苦：很多雙職婚姻裏，丈夫和太太都在外面工作，但丈夫仍然認為自己比太太辛苦。箇中反映了一些男權中心的傾向。太太為全職家庭主婦的，更加

容易給丈夫認為在家中沒所事事。照顧女兒，處理家務等比自己在外東奔西跑，努力事業容易很多。我曾建議丈夫放假時也嚐試全職家庭主婦的辛勞。多年前一個研究指出兩職家庭，丈夫深覺壓力而有精神緊張的佔三成多，太太深覺壓力重重和精神緊張有超過四成。

4. 男人容易獨困愁城：男人不善於表達惡劣心情，男人最容易表達的情緒是憤怒，當男人面對抉擇、徬徨、憂愁、恐懼時通常會獨坐愁城，獨自想辦法去解決。其對問題的掙扎或思考過程，有時不會向太太解釋，以致很多太太對丈夫的決定百思不得其解。不懂此種男性心理的太太，假若直闖丈夫的思考山洞，當會給男人排拒於洞外。輕則被奚落一番，重則被怒火焚燒。
5. 認為家中事無大小都是太太職責：男人總有種男主人主內的心理，這種看法不常掛在口邊，卻留在心裏，當家中有任何事情發生，總認為應由太太去處理。男人希望家人一切事情安好，無風無浪，兒女聽話，成績優良。男人這種奢望若要成就，就必需一位萬能的妻子加上自己對妻子無限愛心才能成就，可是世上根本無萬能妻子，而自己也沒有無限愛心，故此家中混亂，兒女爭吵，子女成績有問題都是正常和普遍的事。

不再做關係出走的男人

甚麼是關係出走的男人？一般男人因為不善處理關係，或因關係而起的混亂和人際情緒困擾，故此在親密關係上形成一種離家出走的傾向。男人之間可以談天下大事，可以互訴壓力和痛苦，但有時沒有真正聆聽。面對自己和太太或家人，男人通常會患上關係僵硬症或出走症。男人應多點留在家裏，學習建立關係，作為太太或家人，可以從男人容易建立信心的地方開始：

1. 讓男人參與簡單家務並多加鼓勵：很多太太一面投訴男人不做家務，一面又盡將一切家務攬於己身。既然這樣，倒不如學習訓練家中的男人多做家務，一般男性會認為做家務不應是男人的責任，因為男人應做大事，而非家中細微事務，加上太太對自己做家務的方式不太鼓勵，男人更無從從家務中獲得樂趣和肯定。男性要學習愛太太，則應學習不斷為太太多做小事，因為根據「男女大不同」的作者John Gray指出，女性計算男性是否愛自己的方法與男性迥異，男性以為將每月薪金大半交給妻子，便應獲七八十分，但對太太來說，如果丈夫愛自己的話，則會不厭其煩地為自己和家人做小事，例如包括照顧兒女；幫忙廚房小事；晚飯後幫助執拾；將垃圾桶清理並放在門外；當然還包括不忘記太太生辰；結婚週年紀念等重要日子。
2. 鼓勵男人的最好方法是不斷讚賞之：女性在婚姻裏需要被愛，被關懷，被聆聽而非給予忠告(給予忠告是男性的擅長)，當女性有心事時，只要被聆聽，她的問題已解決了一半，作為好丈夫，你只需「假裝」聆聽，你的太太也會覺得你是好丈夫；但反過來講，作為好太太，千萬別整天在埋怨丈夫，中國傳統的婚姻，女性無疑受了很多不公平對待，因而抱怨渡日是很普遍的事，然而這種抱怨卻是男性最怕和最想逃避的。男性比女性更想聽好說話，因此作為聰明的女性，

更需多講好說話來討好丈夫，這種討好可以令女性反客為主，甚至令身邊的丈夫成為繞指油，事無大小，聽命於太太。這是一種很詭譎的婚姻動力，作為女性，你也不妨試試這提議。多向丈夫讚賞其努力，辛勤，你肯定會有意外收穫。在兒女面前，親友面前多點肯定丈夫，丈夫必定會多倍奉還你的欣賞。

3. 不讓男人留在感覺困惑裏：女性擅長表達自己內心感覺，但男性卻有點難以啓齒承認自己的不快。作為聰明的太太，可多用自己這方面的能力開解丈夫。太太不用刻意講出丈夫難以啓齒的感受，但可以主動地安慰丈夫，作為婚姻輔導員，當自己低沉時，自己也很欣賞太太主動地親近自己，多用身體言語來安慰自己，當低潮過去，自己便會主動地講出不快事。作為男性，我們也要學習去描述自己的感覺，來尋求筆者輔導的男人，筆者有時甚至要他們背誦一些有關描述心情的形容詞，以協助其建立豐富的詞彙來表達自己內心的感覺，當然女性也可以使用「多項選擇題」來協助自己丈夫表達自己感覺(給予其多個類似的形容詞，助其選擇)。

4. 邀請妻子成為生命的守望和忠告者：女性和男性有很多先天不同的地方，然而上天造男造女，皆因男女兩性可以互補，男性要學習不輕看女性，太多已婚男性輕看自己太太，結果失去了很好的資源來支持或監察自己成長。筆者愈不想聆聽太太的進言，往往是自己很需要聆聽的金石良言。女性對事物的看法，由男性觀點來看，有時來得不客觀，甚至流於偏面或主觀，但當中卻不乏良好的觀點。男人可以「意見不接受，但態度卻不可以照舊」。誰是你生命的守望和忠告者，不要忽略太太給你的進言。
5. 聰明的男人永不將事業放在家庭前：能幹和聰明的男人永不將事業放在家庭和婚姻之前，只有那些表面能幹，以成就和擁有取向的男性，以為事業為人生最重要的東西。很多男性因而在努力衝刺中，失去了家人的支持，當男人到了中年，陰陽角色出現裂變(丈夫很想多點回家親近家人，太太和孩子卻已向外撲)，家中已變得空無一人，加上男人朋友不多的現象，男人到了中年便已變得落落寡歡，孤單非常。真正聰明的男人知道唯有關係和感情才是重要和永恆的。筆者從閱讀男人的書籍中或真實例子證明，當男人面對生命重要時刻(例如身患絕症，面對極大困局)，才明白自己身邊人的支持才是最重要。你是個聰明的男人，或是個埋首於事業的駝鳥男人？當然聰明的女性也不要將兒女放在丈夫之上，否則丈夫一旦被冷落，他也自然冷落你。

男人對家庭的重要性無人可以取代

女性結婚的原因無非想找個愛自己的人，大多女性並不要求丈夫飛黃騰達，只想有個安定的家，平穩的家庭生活。男人若在家庭事務中自動消失，女性和兒女的情感需要無從填補，他們便會向外求。形成很多不健康的生活習慣，或流連於商場，或無所事事，或聯群結黨，有家不想歸，問題在於父親也不在家。婚姻輔導專家告訴我們，若父親可以和太太同心育養兒女，兩職育兒有很多好處：

1. 兒女表現出有信心，自信心更大；
2. 幼兒期的兒女已可以忍受和母親暫時分離，不怕父母離開自己；
3. 兒女和父母更親密，而非和單一父或母親親密；
4. 對婚姻有正面看法，不會懼怕婚姻；
5. 其他方面如創意發揮，與異性相處等較少以敵視態度進行。

總結：

無論男與女都需學習與異性大方地相處，丈夫在婚姻裏更加需要站出來與太太大方地相處，男性若可以絕對愛妻，妻子也會欣然敬夫。聖經裏也是這樣吩咐已婚的夫婦。丈夫愛妻子若如耶穌愛他的教會，為教會捨己，教會也應當欣然順服自己的主。簡單來說，一位絕對愛妻的丈夫，他的妻子也會變得美麗可愛，美麗可愛的妻子是丈夫的榮耀，這反映了兩人美妙動人的關係，也代表了丈夫一生最好的成就。

督印人：香港公教婚姻輔導會

《橋》編輯委員會：江任燕瓊 周小玲 陸嘉玲 李睦順 崔婉芬 伍國華

設計/印製：博滙出版印務公司 2675 0011

美滿婚姻 幸福家庭