

作者：李維榕博士

刊登日期：2022年5月14日

原文刊載於信報財經新聞專欄<故事從家開始>

一個男女間千古難題！

很多男人都說，最怕女人不可理喻，一旦發現女人失去「常理」，就立即落荒而逃；很多女人卻說，我失控的時候，最希望的就是老公不要跑掉，只要抱抱我，支持我的感受就成！

我起初也覺得女人的要求很簡單，只要抱抱我，支持我就成。這麼容易的事，為何男人不做，寧願上天下地想盡辦法，就是不肯採取一個看來一點也不複雜的解決方法？很多人以為這是男人面子問題，不肯接受女人指使，也有人認為男人不善表達情緒。

接觸過一個家庭，表徵問題是母女糾纏不清。經過詳細探討，原來真正問題出自父母之間的不協調，因為父母沒有經營夫妻關係，導致母親的焦慮都跑到女兒身上。追究起來，很多前因後果，婆媳糾紛，夫妻疏離，連父親都承認當年沒有妥善處理兩代之間的矛盾，以致婆婆去世多年，夫妻之間還是存有隔膜，母親也同意一直沒有直接表達對丈夫的情緒，只是把滿腔情懷投射到孩子身上。既然一家人對問題的理解達成一致，理應圓滿收場。

但是再次見面時，就發覺他們即使立志改善夫妻關係，很快又會打回原形；夫妻繼續各自為政，母女又繼續因為各種小事吵個不停。不同的是，母親不再否認婚姻有問題，丈夫也不再逃避夫妻矛盾，於是就出現下面這段對話：

妻子：「我處理孩子時，你要照顧我的焦慮，不要即時批評我，也不要走開，應該抱抱我的肩膀，把我帶離現場！」

丈夫：「你氣在當頭，我拉得動你嗎？」

女兒也加一口：「我媽生氣時，樣子是很恐怖的！」

丈夫如獲救兵：「對！是很恐怖的！」

這一段話，清楚地讓我們明白為什麼女人那個看似簡單的要求，對男人來說，是個無法實施的難題。因為這不是一個單向的問題，而是一種循環反應。當你最需要留住對方的時候，偏偏就是你最嚇人的時候，對方又怎能耐得住腳？而你愈想逃離，對方就愈會面目猙獰，因為一個人在傷心失意的時候，又怎可能顯得惹人喜愛？即使女人能夠突破，開始坦承地提出她內心的需要，男人卻只能恢復常態，支吾以對。

這是男女關係一個難以排解的千古難題！

女性都渴望有個保護或拯救自己的伴侶，無法接受被另一半拋離；而男性卻希望自己的另一半永遠保持溫柔冷靜，最怕面對一個情緒波動的女人。但是沒有什麼比長期得不到伴侶的愛護更讓女性情緒糾結；也沒有什麼比情緒失控的女人更讓男人避之則吉。所以說，人際關係的瓜葛，都是一種互為反應，一種源源不絕的輪迴！

要解決這個難題，除非男人有超人的度量，按得住自己當時的反應，在最生氣時仍然可以毫不介意地親近妻子；又或者女人在最無法自制的時候，仍然有餘力發揮自己的吸引力。這麼違反人性的一個難關，恐怕一般人都難以通過。怪不得很多婚姻即使沒有慘淡收場，也很難滿足彼此的需要。

要打破這個僵局，就不要老在死結上拉扯，換一個新角度去探索生機。夫妻是陰陽配合，可以彼此卡住不能動彈，也可以一起創造新的共處空間。

不要說：男人屬於理性，女人屬於感性，這種論說並不準確。一般人以為理智應該凌駕在情感之上，其實情感與理智並非對立的。

近代很多大腦神經的研究指出：我們日常生活大部分的訊息，都是潛意識在操作，潛意識比意識的反應快上一倍，我們能意識到的，都是舊消息。大腦每分每秒都要處理大量的資料，只能憑記憶積累的印象盡快決策，因此很多決定都是主觀的。所以說人並不是理性的動物，相反的，情感重重地決定大腦的選擇。

如果只有理智，我們遠不如人工智能製成的機器人。但是機器人永遠不能代替人，主要是它們不會有情感。有學者認為，情感是理性演化的結果，沒有感情的介入，理智很難做決定。所以感性是架在理性的上頭，沒了感情理性是不能做判斷的。這裡指的當然並非只是一時間的鬧情緒，而是每個人心底各種人類擁有的情感，**listen to your heart!** 相信你的感覺！指的就是這一回事。

大腦研究推翻了很多老生常談，男女的腦結構雖然各有不同，但是我們的腦袋是很有可塑性的，人的一生都是一輩子反覆行為的結果，再也沒有三歲定八十這一回事，小時的經驗雖然重要，八十歲的人也可以因為新的習慣而影響大腦神經的新陳代謝。我們的大腦原來這麼有彈性，那麼夫妻就沒有藉口抱着舊觀念不能衝破死結。大腦在操縱我們，我們也一樣可以在任何年齡時段都以新的行為形式去改變大腦。

關鍵在於，我們必須自動自發，不能借手他人。

有人說：男人沒有女人就沒有樂趣，有了女人就沒有生趣。

別忘了已婚男人比單身男人長壽，問題是，你想長期困擾在不幸的婚姻中生不如死，還是享受每一個時刻的共處？