

作者 :李維榕博士

刊登日期 : 2021 年 6 月 26 日

原文刊載於信報財經新聞專欄〈故事從家開始〉

嫁雞隨雞 娶狗隨狗

有一對夫婦，結婚多年，已經到了退休年齡，不但無法執子之手，而且兩人都長期患上精神病，一個狂燥性憂鬱、一個焦慮性憂鬱。

兩人在同一間醫院就診，見的是同一位精神科醫生；但是各自分別掛號，各有各的看病時間。

男人在自己診病時對醫生說，他的老婆很難溝通，與她說話總是「面左左，眼瞪瞪」；女人也在自己診病時告訴醫生說，她的老伴很難侍候，咄咄逼人，讓她避無可避。夫妻各有各的版本，但是如果把兩人的故事加起來，不難達到一個結論，那就是：我的老伴就是我的精神病！

這並非危言聳聽，成年人的憂鬱症，很多時都與其另一半有關。夫妻關係是人生一個重要生活質素，長期活在矛盾中，命也多短幾年！

主診醫生特地把他們帶到家庭治療中心來做一個夫妻評估：我們首先讓夫妻自己對談二十分鐘，同時用儀器量度兩人交談時的生理反應。他們的對談平平無奇，來來回回都是關於如何選擇教會的話題。外表看來這段談話十分沉悶，量度出來的生理指標卻非常強烈。男人心率不是加速，就是減慢，手汗也不斷增強；女的心率加速尤其厲害，基線由 98 可升到 190 多，手汗也增加三倍。

男人提出的每個教堂，女的都不感興趣。其實不單只是對他提出的教堂沒有興趣，對丈夫的全部談話，她都好像聽不下去。久不久就用眼睛瞪他一眼，印證了男人對她那「面左左，眼瞪瞪」的形容。而正是這個時刻，男人心跳加速汗腺增強。

當我們把這生理紀錄反饋給他們時，他們也很驚訝。男人承認：「我知道自己在與她開戰！」女的也說：「他無論說什麼，目的都是想我順從他，典型的大男人主義！」

簡簡單單的一個討論，卻暗藏着夫婦二人大半生的千愁萬恨！原來外表看不出，身體內裡卻在大開戰。

問他為什麼一定要說服妻子去他喜歡的教會？他說：「因為我是一家之主！」

但是問他為什麼非要妻子服從不可？他卻說：「因為如果她不肯陪我去，我們的孩子就不肯去！」原來這個所謂一家之主，骨子裏只是一個沒有實權的小男人！

妻子卻不斷訴說丈夫過於專制，讓她窒息。她說：「他少時過於養尊處優，老說自己的原生家庭把他當作寶貝，萬千寵愛在一身.....」

我為他當翻譯：「他是想告訴你，別人對我萬千寵愛在一身，你卻不把我當作一回事！」男人竟然滿意地贊同！

他又對妻子說：「你對那個牧師過於信任，他說什麼你都照單全收，其實他也不是全對的.....」

我又問他說：「你是不是想告訴她，你為什麼只聽別人，卻不肯聽我的話？」他又高興地點頭。

夫妻對話，有時是需要有人為他們翻譯的！

幸福的配偶，說話暢所欲言，不說話也可以舒舒服服的分享共處時光。

不幸的配偶，總是對不上頻道，沒有人為他們翻譯，就更加說不到一塊。

當然也要為女的作翻譯，只是她大半時候都不說話，只用眼睛和面部表情來表達。在那一臉不耐煩底下，究竟還藏有多少柔情？實在很難估計。只是我相信，每個人的心底都渴望有個好伴，正因如此，才會對眼前人失望和氣憤。

我對男人說：「如果你想妻子接近你，你就不要老是說她面左左，眼瞪瞪，可以換個說法嗎？」

我原希望在男人身上激起一絲浪漫，沒想他想了好久，提出來的卻是：「嫁雞隨雞，她卻是嫁雞隨狗！」

女的聽了當然又要翻白眼！真的沒他辦法！但是與其說他觀念守舊，不如說他長久以來實在過於孤單，一味死心眼地纏着老婆作伴！連他自己都說，只懂得這個方法。

如此反覆交流，妻子卻暖和起來。尤其當她聽到丈夫的絮絮不休，其實是希望接近自己，她也情不自禁，大哭起來。

這一哭，也改變了她本來冷漠的形象。她對丈夫說：「其實我最希望的，就是你不要那麼多大道理，讓我們一起大瘋一回吧！」

她這個比喻太有趣了，因為他們一個是長年狂躁，一個是不停焦慮。各自都瘋了，就是沒有一起瘋！終日困擾在誰是誰非，一些純理論性的對峙，各守寂寞！愈想改善婚姻，愈覺得枕邊人不對勁，愈無法包容！

其實嫁雞隨雞也沒有說錯，不過下一句應該是「娶狗隨狗」。夫妻之道，總得有時你從我，有時我從你；否則就雞飛狗走，活到晚年，仍然是各自擁抱着自己的精神病，該是多麼可惜的人生！要瘋，也應該一起瘋呀。

我覺得這對夫妻十分可愛，原來在那目無表情的身體內，仍然燃燒着一股熱情，一股對伴侶的渴求！他們也十分可悲，相對數十年，就是無法找到對方！這也是很多近代夫婦的悲哀！

在這一個多小時的會談，一起笑、一起怒、一起探索多年積累而成的互動模式，以及如何解除這種模式的網綁。直到他們臉上的冰霜解凍，找到新的改變目標、新的可能性、新的動力重新相處！

很多人問我，夫妻治療是怎樣一回事，以上這些片段，就是療程中的點滴。