

## 離了婚如何做父母

養育孩子從來都不是易事，離了婚繼續做父母，就難上加難。

清官難審家庭事，現代的離婚法庭却偏要判斷最不可為的事，那就是孩子歸誰？

理念上，當然最好避免爭奪，所以就創立了共同撫養。只是如此一來，戰場就往往由法庭內轉移到法庭外，解決不了，又再回到法庭。有很多孩子，就是在父母年年打官司中長大。

每遇到這種情況，我都會對父母說：「你可以選擇繼續這樣爭吵，由法官來為你定奪；你也可以選擇學習自己處理，因為要成功做父母，關鍵仍在你兩人身上。」

我覺得這個開場白很重要，因為如果不一早就定下方向，談論就只會原地踏步。況且真正要努力工作是父母自己，旁人多麼緊張也是愛莫能助。

問題是，婚是離了，很多父母的情緒仍是互相牽動，對方的一個小動作，一句無心之言，都會引起千愁萬恨，無法自拔。而且他們的爭執，番來覆去，內容都是同一回事。

有一對吵了十年的離婚父母，男的說：「你有病，跟你說什麼也沒用！」

女的答：「我是有病，不然當初怎會選着你？」

男的也答：「我也是一樣！」

這種爭吵究竟是怎麼一回事？如何十年不變？很難理解，這也是為什麼很多很有道理的教育輔導都無法生效的理由。

反而是孩子給他們的提議最貼切，這青年人說：「當你們不同意對方時，包括你認為對方帶有諷刺性、不公平、或有針對性，不要立刻就作出反應，或露出鄙夷的表情！凡事退後一步，不要太快回應！」

孩子的回應為何如此獨到？因為他關注的不是事情的對錯，而是看到那一條拴住父母情緒的反應鏈，無法中斷，才會造成永無止境的惡性循環。而這種互為反應的形式，只有長期活在其中，才能察覺。

因此，在了解父母之間究竟出現什麼問題，孩子的眼睛才是最雪亮的。他們會暗中觀察，靜靜地聆聽，像一面明鏡，讓你無所遁形。

他們不一定用語言來表達，有個不說話的十歲男孩，眼瞪瞪地盯着父母那滔滔不絕的爭辯。然後在紙上劃了一個方匣子，依着父母聲音的力度，用力在匣子內胡亂塗寫。好像捕捉話語交流的形式，那種無法突破的張力。

我們給他三個選擇：A 是同意媽媽說的，B 是同意爸爸說的，C 是認為他們說來說去都說不到一塊。那個不說話的孩子，竟然在紙上寫滿了 C。最後，他還

給我們畫了一張漫畫：兩個大人不停向對方噴口水，中間夾着一個用雙手把耳朵塞住的孩子，這同時也解釋了這孩子選擇不說話的原因。

很多人只留心說話的內容：吵什麼？誰對誰錯？孩子却重視父母說話或不說話的形式，因為這種形式，表達的才是一家人關係的實質。而即使不說話，也是一種說話。

由此可見，很多互相敵對的父母，本身絕對不是毫無修養，只是一碰面就情難自禁。我曾經向一位女士說理：「我剛從禪修回來，師傅說，我們文明人是要講禮貌的！」她指着男人答：「我也有做禪修，我對誰都有禮貌，就是對他不成！」

也許夫妻真是前世冤家，不成歡、便成仇。夫妻本是陰陽合併，現在要重新分體，實有難分難解之處。而恨，有時比愛更能把人纏在一起。

每一個失敗的婚姻，都有它不同的故事。但是成功的分離，就是分得瀟灑，不成功的分離，就是繼續一肚子的不甘心。誰對誰錯，誰負了我，緊緊地抓着對方，讓死去的婚姻陰魂不散。而他們的孩子，也不知不覺地為這婚姻的亡魂，燒香祭旗。這現象可以維持多年，白白浪費了生命的大好時光。

有個三十多歲的成年人，在目睹已經分手三十年的父母仍在爭論當年時，忍不住對他們說：「你們一個就像抓住一只已經殘破不堪的布娃娃死不放手，非要奪回一隻手、或一條腿；另一個就像每周為慈善機構賣旗一次，作為贖罪。究竟還要這樣維持多久？」

只是他沒有察覺，自己也用了三十多年，製造各種問題，讓父母必需繼續聚合在一起，不能各走各路。

孩子的存在，應該是婚姻破裂後，一個最值得謝恩的果實。而孩子，也往往是父母互相攻擊下的犧牲品。

怎樣做成功的離婚父母，有兩個重點：

1) 首先要解恨，不能只受情緒牽動！我曾經用儀器量度父母親對談時的生理反應，發覺他們話未出口，身體就有強烈反應。在這種積極備戰的狀態下，絕對無法理喻，必先照顧好自己的五臟六腑再說。對高度矛盾的父母，我往往會提意他們舉行一個離婚儀式，讓千萬恩怨，及所有的不甘心，都隨着婚姻的死亡，蓋棺論定。

2) 學習做父母，孩子才是最好的老師，因為他們擁有明察父母的智慧！孩子對父母的觀察，往往都是作比對的：一個是這樣，一個就那樣。如果他為了保護一個，而放棄另一個，自己也很難達到平衡。父母是陰陽互動，他們配合得好，孩子就安樂，他們火星撞地球，孩子就被撕裂。

完整家庭如是，離婚家庭更是！