

為忿怒妻子做備忘錄

這一對夫婦十分可愛，他們對誰都好，就是無法對彼此好。

丈夫說，他最希望是與妻子執子之手，與子偕老。

妻子卻說：「他這全是為自己著想，並非為我！」

既然不是為她，她當然不肯合作。

丈夫知道自己多年來忽略了妻子的感受，設法補償。他說，最近上了一個很有用的課程，讓他學會了怎樣跟妻子溝通。他不斷問她：「有沒有發覺我最近改變了很多？」

妻子卻只翻白眼，說：「如果你用上課的時間來幫我做事，那才是改變！」

對丈夫來說，無論自己怎樣努力，都不被對方接受。對妻子來說，丈夫無論做什麼，都是強迫她就範，只為滿足他自己，與她的需要無關。她說：「你現在老了，想有個好伴，才來關心我們的婚姻關係，我才不會讓你容易得逞！」

這就是他們三十多年來婚姻的一個寫照。總是鬼使神差，總是陰差陽錯，表面看來他們是美滿家庭，一同工作，一同持家。他們養大兩個很出色的孩子，最近還做了祖父母，那是天大的喜事！事業有成，兒孫膝下，多年的辛勞，現在是收割的時候了，偏偏夫婦間多年深藏的問題就開始浮現，把兩人都反映得無所遁形。

丈夫無限苦惱，他不明白，像他這樣顧家的男人，不抽煙，不喝酒，不找女人，為什麼不被妻子欣賞。他上了很多婚姻輔導的課，每學到新招，就十分興奮，趕著回家實踐，只是每次都在妻子面前碰一鼻子灰，讓他無味之至。但是他並沒有放棄，我就是

在課堂上碰到他的。

他告訴我，曾經與妻子接受輔導，就是沒有效果，問我可不可以見見他們夫婦兩人。

我問他們，為什麼上次輔導不成功？

丈夫解釋說：「上次的輔導師，不明白我們之間的問題所在。」

他還沒說完，妻子已經搶著打斷：「不明白問題的人是你！」

對妻子來說，丈夫就是問題所在。只是她無論怎樣投訴，丈夫真的是聽不入耳，總有他自己的一番道理。他永遠是正面的，不聽反面話，問題是，他越表現得積極，妻子越是負面。他是這樣上天下地，堅持著找尋出路。但是無論他怎樣嘗試，妻子都是只管潑冷水，沒有一宗事贏取得她的認同，情況讓人慘不忍睹。男人像個大孩子一般滿臉委屈，女人的冷水也越淋越是痛快。有趣的是，丈夫說想接近妻子 但是他大部分時候都是逃避妻子的追逼，妻子說對丈夫的要求親密沒有興趣，但是沒有放棄任何一個可以數落他的機會。

其實老伴對你如此不滿，理當探討婚姻在哪裡出了岔子，究竟在哪裡惹怒了她？但是男士搜盡枯腸，四處從專家身上找智慧，偏偏就沒有去問問身邊的「專家」，畢竟婚姻是兩個人的事，並非他一個人可以自行解決。

但是不問猶可，一問起來就引發出千愁萬恨，由結婚開始，妻子就懷下千般怨氣。隨著兩個孩子長大，這股怨氣也一天天長大。妻子只覺得丈夫多年來完全沒有理會她的感受，專橫自主，一切行為都只是為了自己需要，什麼事也沒有問過妻子的意願。加上一同在家庭企業工作，也不知怎的，她把工作都往自己身上推，結果弄得自己骨瘦如柴，肌膚緊崩，本來甜美的面孔都乾涸起來，丈夫卻是水分充足，體形放鬆。妻子說，那是因為他是一個完全不負責任的丈夫！把她的青春和夢想，都摧毀了。

丈夫聽得一面靦腆，那絕對不是他自己心中的形象。自問大半生最關注的是家庭關係，而現在最大希望就是夫妻和睦，活得開心，沒想任何嘗試，都被對方罵得雞毛鴨血。加上他是家和萬事興的信徒，無法面對妻子一宗又一宗的指責，只想習慣性地逃之則吉。

治療室的好處，就是逼著當事人彼此面對，處理彼此的分歧，誰也逃不了，妻子雖然咄咄逼人，沒有一句好話，但是起碼不是消極對抗，只是趁著丈夫沒有如常一聽到自己發惡就借道遁，乘機發洩多年之憤罷了。

如果丈夫真的要求親密，就得面對她的憤怒，排解她的憤怒。但是妻子每投訴一宗事，他都振振有詞，不停為自己解釋，而他的每一宗解釋，只會帶來她的更多抨擊。循環又循環，周而復始，怪不得三十年來都沒法解決夫妻的困難。也許丈夫所期待的親密度，只是一種傳統式的夫唱婦隨，他並不想真正瞭解她的內心世界，而妻子卻是立場堅決，如果不讓她吐盡苦水，別想有好日子過。她說：「我知道這種態度是不對的，但是一切都是他造成的。」現在是報應時候吧！

她並非不知道，懲罰丈夫，也同時是懲罰自己。只是這擁抱多年的怒火，怎能一下子就放下！此時此境，重要的並非什麼溝通技巧，而是兩個多年來沒有好好交流的老伴，是否可以放下刀劍，一同學習怎樣做彼此的好伴侶！

丈夫說好，妻子卻說不成！還沒有洩憤洩得夠，現在絕對不肯與老公盡棄前嫌，從新開始！我說那好吧，就讓妻子洩個徹底，從盤古初開起吧！

問題是，妻子說的每一宗事，從家居生活，以至旅遊玩耍，丈夫在何時何地說了一些暴躁的話，她都記憶猶新，她說：「我有個 perfect memory！」偏偏男人是絕對地健忘，沒有一宗事上心，老是問：「有這一回事嗎，我怎麼記不得？」女人更是恨得氣癢癢。

我嘆一口氣，對男人說，你的妻子有個 perfect memory，而你卻什麼都記不得，如果你想接近她，不如就為她執筆，把她的每一宗恨事，詳細地記錄下來，每日一宗。無論她說什麼，對與不對，你都不用反辯，只是實錄，也許一兩個月後，你將為她完成一本「忿怒老妻的備忘錄」。

妻子十分高興，用手比劃說：「到時將有這麼厚的一疊！」

我說：「太好了！那將是一本暢銷書，為現代婦女訴盡心中情！」

男人答應執筆，天天聽老妻講故事。如果他真的為妻子寫憤怒備忘錄，那麼他便天天都有機會與妻子交流，而妻子又天天都有一個發洩機會，如果這樣也不能讓她放下介懷，起碼會為世間上的癡男怨女留下金言玉律！