

## 慾海奔馳

古錦榮

性，如海中風帆遇上風，可輕快揚長，也可浪翻覆沉。

## 當魚離開水

性，給他快感，也同時令他心如鉛墜。

眼前的中年男士，穿著名牌畢挺襯衣和西褲，斯文穩重，背景和生活條件令不少人羨慕：大學學歷、已婚，育有一子一女，經營建築物料和貿易兩項生意，駕歐洲名車，有兩個私人物業。

親戚朋友眼中，他擁有一個美滿幸福家庭。

但輔導室內留心細看，見他容顏枯槁，眼筋泛紅，原來已三天沒有睡過一覺。

他訴說問題時，疲憊聲線之外，我開始嗅到絲絲的羞愧和憂慮。羞愧，因為連他也感到自己不道德；憂慮，因為擔心太太不會原諒他，要和他分手，家庭從此破裂。

太太認為，性只可以發生在他倆之間，不容第三者涉足其中，更何況他的婚外性經驗次數合手難算。太太怒斥他不忠，又痛罵他是性沉溺。

夫妻性生活，常盼魚水之歡，但當魚離開水，伴侶關係就會乾涸枯萎。

## 沉溺的軌跡

他開始談及十歲時第一次看成人雜誌而自慰，及後發展出瀏覽色情網頁的習慣，到八年前一個下午首次召妓，直至近一年每星期需要嫖三、四次，否則會感到情緒不安、難以集中工作。

年多前，他開始察覺自己有性慾失控情況。

「我曾試過用意志控制，但最多只能壓制一個星期，又故態復萌。腦海終日盤旋一幅幅性交影像，揮之不去。」

「很多時，心像著了魔似的，在街上走時目光只在狩獵螢光招牌，腳會自然走上樓梯，步到門鐘前，一按，然後……」

他的狀況令我想起聖經對人內心掙扎無奈的描述——我所願意的，我並不作；我所恨惡的，我倒去作。

現今醫學，對性沉溺或性慾失控仍未有一個清晰定義和界定，但當一個人發現難以控制自己性慾或性行為，而性慾或性行為又引至當事人在生活、情緒、工作、經濟或人際關係上出現困擾時，可能已經墮入沉溺或成癮情況。

「起初召妓時，每次都有內疚，但當遇上壓力，心情欠佳，又覺得性的快感可以舒緩心情。慢慢，像是成了習慣，到現在欲罷卻不能。」

剎那歡愉過後，剩下的是對自己行為的厭惡和生活空虛感，於是又需要更強快感劑量將厭惡和空虛壓下去，如此循環相因，互相強化。

性起初是他生活不如意時的特效 Panadol，及後卻成為必須服用的鎮痛劑。

「我都知道情況如果給太太發現，後果會很嚴重。」

於是他竭力隱藏秘密，也減少與太太性接觸，除了內疚，是盡量減少太太感染性病的可能，因為即使每次召妓都用避孕套，但也不能保證百分百安全。

但最後，秘密仍是給太太識破，她嚷著要離婚。

面臨婚姻危機的他，希望能得到太太原諒，重建婚姻。

因性慾失控而引致其他危機出現才被逼去面對問題，是性沉溺個案常見特徵。

## 雄風背後的自憐

有人會認為他「早知今日，何必當初」，我倒想探索他在慾海中的尋覓是甚麼？

在召妓的經驗中，他喜愛找一些中年妓女，因為若有能力令到有豐富接客經驗的妓女獲得性高潮，除了生理需要獲得滿足外，更增添一種由「征服」對方而來的心理快感。

完全抹煞對方出於職業反應而只陶醉於個人性能力，是他那副眼鏡後的眼睛，看事情單純幼稚混沌，抑或這也是個自我取悅的方法？

在他的故事中，我發現他不斷透過事業和性，去體驗「征服」的感覺。

工作上，他要求自己的生意愈做愈大，並計劃明年在內地開設分公司。他相信成功就必須向前衝、向外擴展。

除召妓外，工餘時他常遊走於女士群中，利用其優越生活條件，從中搜尋獵物。在同行面前，他會自豪地分享彪炳的獵艷和床上戰績。

生活中，他不斷去征服；

征服，是源於內心的脆弱；

脆弱，是由於曾被權威人士所傷。

他開始提及他爸爸。

爸爸對他很嚴格，由幼稚園到中學，都不准他參加任何活動，生活中社交貧乏，欠缺朋友，讀書是他唯一的活動及體驗價值的途徑。

他讀書成績一向名列前茅，但卻發現無論怎樣努力，爸爸也總會找到有不完美的地方而給他指責；被指責，也就繼續成為催逼他不斷向前追求成功的動力，直到長大。

征服的動力，原來是源於那個渴望被肯定但卻一直被嫌棄及不被滿足的自我。當無法接納那個不完整、不被肯定的自我時，他只有不斷向外擴張和征服，忐忑的心才稍得平靜。

生活枯燥內心貧瘠，偷看色情雜誌，遂成為年輕的他體會快感和釋放的空間，當然他也得想盡辦法隱藏這張私人安樂椅。

性，是他唯一安舒和自娛的國度；隱藏，是生存的必要手段。

透過「征服」而獲取的能力感，才能將長期被忽略、被否定的童年受創經驗，稍稍舒緩。

性沉溺，原來是他解決問題的方法，到今天行為被識破，被冠上「性沉溺」稱號，解決問題的方法，輾轉成為他的問題。

不曾嚐愛、不懂去愛，令他像一頭難以停下來的獵豹，一直奔跑，為的只是想逃離那個如夢魘的陰影。

## 治療沒有傷痕的傷口

對他來說，性早已離開生理需要層次，更多時是心理倚靠及自我能力成績表。於是，他的生活慢慢由陰莖主導。

但只能以那話兒硬度去證明自己是個硬漢，到底有多硬？

我協助他重新檢視個人需要，以及性與這些需要的關係是甚麼？

漸漸，他發覺有兩個傷口需要面對：內心受創的自我及關係破損的婚姻。他重新用腦袋去接觸自己的陰莖，學習分辨性和親密、性行為和性關係的分別，重塑一個懂得尊重自己及自己期望的生活。

重申為自己和太太負責，向太太表達對她傷害的歉疚，並承諾為自己為婚姻努

力，是他踏進治療的第一步。

承諾和改變動機，也就成為他治療路程的最大推動力。

在太太協助下，他開始從經濟安排、時間分配、自我提醒的原則下，規劃自己的生活，減低重投情色陷阱的機會。

由於太太此刻不能接受和他性接觸，他也得學習暫時以合宜方法去處理性慾。除非有清晰目標和強大動機，否則慣吃大魚大肉者實難耐青菜淡飯，但他決定用行動去實踐自己選擇了的想法。

他同時學去接觸那個不曾被滿足的自我，進一步明白自己對情感關係的渴求。學習與自己連繫之餘，也開始揣摩與太太連繫的方法和技巧。

他感受最深的，是夫妻及家庭關係的重新體會。閒時，他會安排與太太約會、晚餐，周末假期會相約好友家庭旅行。在不需向前衝要征服的心境下，他開始細味到平和恬靜安穩的生活味道。

親蜜，不靠想像而來，而是一步一腳印，踏實地走出來。

他學習把親密當生活中的功課去做，而不再只在床上追求親密。

近來，他告訴我召妓行為已停止了近一年，而太太對他的信任也比以前增加，重新給予他較寬的經濟自主。

「一把年紀，現在才體會情的滋味。」唏噓中夾雜著喜悅的他說。

## 為自己為婚姻護航

對他來說，找個女人上床，輕而易舉，當他重踏親密路，終於明白自己最渴求的，原來是一份持久穩定又感到被重視的關係，而不是床上那一剎的快感和滿足。

今天，他對身體自主及性慾控制已具信心，但要完全修復夫妻間信任，仍有一大段路要走，畢竟人需要花上倍計的時間心力，方能重建自己親手所拆毀的。

「出得嚟行，預咗要還；出咗去攞，條數要找。」他經常用這樣的黑色幽默來自

嘲安慰自己。

期望經歷過巨浪覆舟的他，更懂得為自己、為婚姻護航。

## 成功錦囊

- ~ 性沉溺的殺傷力在於對性的失控和倚賴，令當事人在生活、情緒、工作、經濟、人際關係或婚姻關係，帶來困擾和危機，治療的目標是協助當事人重尋對身體的自主和控制。
- ~ 治療性沉溺需要當事人很大的動力和努力去作改變，伴侶或家人只可以是輔助者，改變的責任必須由當事人自己承擔。
- ~ 當性沉溺問題出現於已婚者時，會涉及不忠和信任的婚姻問題，必需花上更多時間和心力，才能重建婚姻信任關係。