

我的光明面與黑暗面

表面上，跟一般三十出頭的社會人仕沒兩樣，讀書時期不見突出，畢業後出來社會打著一份一般的工作，談不上大富大貴，養活自己還不是問題。跟在學時期認識的女孩有緣走在一起，直到現在結成終身的伴侶。期間沒有甚麼驚天動地，可歌可泣的愛情片段，總之是旁人眼中平平凡凡的一對吧。這，就是表面的我，一個看起來循規蹈矩的平凡人一樣；但又有誰可想像到，我曾有著另一張不大相同的面孔，擁有性沉溺的問題。

自小便對性充滿好期、幻想。試過戰戰兢兢的自己去購買成人書刊、成人電影光碟，然後待夜深人靜，家人熟睡後起來觀賞，之後又要想法子想盡辦法將這些珍寶藏起來，整個過程也帶給我很多刺激的感覺。我當時想，大概每個血氣方剛的青年也是這個樣子吧！

到之後大概十八、十九歲左右吧，因讀書的需要，買了人生第一部個人電腦。這像山洪爆發般不可收拾，我一頭樁進這個網絡的世界。隨時可於網上取得的色情資訊，其色情程度甚至遠超於之前市面上可購買得到的。這些資訊帶給我全新的性體驗，扭曲了我對性的看法。加上當時流行的即時通訊軟件，令我很容易接觸到不同地方的人物。於網上的這類溝通最大的好處是能隱藏自己的身份，大家也不需為自己的發言付上任何責任。很自然地，對話的內容也慢慢的脫離現實中的自己，製造出一個不同於現實的自己出來。尤其對於性的一方面更甚，跟網上認識的人大談「性經」起來，互相吹噓分享各自的性經驗，其後更進一步跟她們嘗試 CYBERSEX 起來，通過充滿挑逗性的文字，一幕幕天馬行空的場面，滿腦子離經叛道的性幻想，令當時尚未有性經驗的我內心得到性滿足。

這一切帶給我的衝擊實在太大了，令到自己完全不能自拔。沒錯，當時我已完全沉溺於這色情網絡世界。

即使到了拍拖的階段，有了穩定的伴侶，有了正常的性關係，但仍難抵我那已扭曲了的性觀念，內心總會心癢難耐。後來更發展至每當遇有寂寞，不如意事的時候，總會傾向鑽進這洞子裡找樂子去，變成了我日常生活不可缺少但又不可告人的一部份。

試問我怎向自己的伴侶欣然告之我有這樣的一面，要她接受我有這樣的習慣，這是我怎樣也不能想像得到的事情來。漸漸地，我將這一黑暗面越加隱藏起來，每一天享受這一「朋友」帶給我的歡愉，但又深怕有一天會被伴侶發現這張面孔。但紙又甚麼可能把火蓋住，就在我婚後的某一天，被她發現了我作 CYBERSEX 事情，當時我知道我已徹底傷透她的心，對她

來說這是一種背叛，那一刻我腦內一片空白，心想到的只有我很有可能失去這至愛。我知道那刻已是極限，已不能再隱藏下去了。因為我明白到那對她不公平，忽然有一個擁有另一張面孔，彷彿從不認識的人出現在她的面前，竟是她朝夕相對的丈夫，這是不能接受的。於是我將我那黑暗，不為身邊人知的一面坦然展示給她知道，好讓她可以作出一個對其公平的選擇。

十分慶幸當告訴她我這習慣已去到自己也控制不了的地步，她願意給我一個機會去找尋解決方法。我們決定去求助於有關這方面的專業的人仕，一輪的資料搜查，得知明愛機構有提供有關性問題方面的輔導，就在這機遇下認識了是次為我作輔導的姑娘。

第一次見面，姑娘足足花了四個多小時耐心聆聽整件事情，細心引導我明白導致自己發生性沉溺的原因，令我更加了解到自己及坦然面對自己的黑暗面。其後的會面，姑娘進而幫我重建自己的價值觀，讓我明白甚麼對我自己來說是最重要的：妻子、家人、性慾、財富。

一直以來，「性」在我內心佔了一席很重的位置。很慶幸經由姑娘細心引導我作出發至內心的選擇時，我仍能將愛妻置於頂位，令我覺得有希望能藉由對妻子的愛去擺脫一路以來性沉溺對我的枷鎖。

姑娘令我明白到我這個稱為黑暗面的朋友，是一直伴隨我成長，是我人格的一部份，沒有需要去否定他。但同時，他亦是一把可令我心中至愛受到傷害的利器，在兩者不能並存的情況下，我需要於其中作出取捨。在其中一次令我印象深刻的會面中，姑娘用了一特別的方式，將她自己代入我妻子的角色跟我對話。從對話中一詞一語，彷彿如子彈般打進我的心內，令我親身感受到妻子所承受的痛。那一刻甚至令我的情緒也激動起來，需要暫停跟姑娘的對話。經這次的對話後，更加令我清楚知道自己心中最重視的是甚麼，亦令我清楚知道該在兩者之間作出如何的取捨。

目標定下來之後，便重點於我這份對妻子的愛中落墨。姑娘引導我去重新去感受這份愛，好好細味這份感覺，繼而抓緊這份愛，然後將其昇華，不只是流於肉體上的性關係，而是能互相感受對方感覺的愛。經了差不多一年的時間的輔導，我漸漸疏遠了這個曾伴隨我成長的「朋友」。期間 每每遇到寂寞，想再找這朋友的時候，我便會回想起那份對妻子的愛，回想起這朋友曾如何傷害過她，從而令我可把持下來。希望接下來的日子，我能徹底捨棄掉這壞朋友，讓我能好好的重新出發去。

很高興能在此分享我這經歷，希望如有同類性沉溺問題的朋友看罷這分享後，能解開迷思，好讓重新去面對自己，認識自己。