



满亚法师



坦诚相对 打造美满婚姻

满亚法师：

我将要 21 岁，已有一位相当疼惜我的男朋友，可是，我有一些生理及心理问题困扰着我，令我非常难过，但，却又不敢向男友透露。

13 岁发育期，我开始变得很文静，朋友都说我很忧郁，不但话题少，也很少展露笑容，不知为何，就是无法开心起来；当时，我对吃也不感兴趣，胃口不好，连一日两餐正餐都难以吞咽，一天只吃一点点饭而已。每当妈妈叫我吃饭，我都悄悄把食物倒掉，虽然我不想浪费食物，但，除了这么做，我别无方法；这种情况大约维持了两年。

我怀疑当时的自己可能患上厌食症，体重一直下降，几乎只剩下皮包骨；有一年，我回乡过新年，亲戚们对我那骨瘦如柴的模样都惊讶不已，还建议我母亲带我去医院检查，看是否健康出问题。

从那时开始，我就拚命强迫自己尽量多吃一些食物，结果，我的体重逐渐地慢慢增加；至今，我的体重及食欲仍算正常。只是，没法改变不定时进食的坏习惯，且有时吃一点点就饱，有时则一餐吃大量食物；医生说我有胃病，消化及吸收功能皆欠佳。

其实，主要困扰我的问题是，我左右乳房发育不平均，导致一边大，一边小，我不敢告诉任何人，也经常担心；万一男朋友知道之后，会否影响我们的感情？也觉得这对男友不公平，我真不敢想象以后我们若发展至谈婚论嫁时，如何把这秘密告诉他？很多人都说，男性很介意伴侣的胸部是否丰满，是吗？

向来，我都借松宽的衣服来掩饰这身体缺陷，从不敢穿紧身衣、无袖衣和泳衣，总之想穿的衣服都不敢穿，男友常说我思想保守。为此，我常陷入莫大的痛苦中，一方面不敢将真相告诉男友，另一方面却又不甘心如此枉费青春时光，苦无条件展露年轻的身段，难道我就这样白白地让青春岁月溜走吗？我应该如何向男友说出真相吗？

小草合十

小草仁者：

相信，由于您的吸收及消化系统出问题，才导致您食欲不振，这其实是自保

与自疗的自救方法。

目前，您尽量强迫自己进食，身体看起来似乎长了许多肉，但，其实还不算健康，毕竟，病因未真正解除，消化、吸收和发育不全等方面的问题所遗留下来的后遗症，自然就无法根本改善。您才 21 岁，当然可以找中医作整体调理，以避免让问题恶化，导致日后演变为其它慢性病，甚至癌症。

因此，您何苦过度担心及在乎因为自己发育不全，而令男友嫌弃？事实上，有些妇女即使长得犹如天仙般貌美，也有可能遭受失恋或离婚的打击；有者没有任何缺陷，也无法得到美满的婚姻；有些人则只欣赏伴侣的优点，而不计较对方外貌上的缺陷。所以，您不应该把自己的缺陷扩大，认为他一定会嫌弃您，自卑得觉得自己没条件谈恋爱。

如果他只爱您的身体，或只在意您的外貌的话，终有一天，当老病之无常到来时，他必然经不起考验，极有可能选择弃您而去；因此，爱，不是单靠外表来“打分”，重要的是彼此坦诚相待。

您要接受自己有胃病问题，确实吸收及消化不良，所以，您一定要发愿吃健康素食，并进一步了解如何透过生机饮食来调整身体，以改善胃的情况。此时，您不能像别人一样吃荤或吃垃圾食物，否则，您吃进去以后，难以消化、排泄就衍生更多的问题。

我们不应该活在框框里，自我设定的以为：婚姻就只有性生活和情情爱爱而已，其实不然的。婚姻并非只是生理的结合，而是付出、包容、接受、奉献、坦诚、双方共同成长、心灵交流、互动的一种选择，夫妻关系不只局限于性的关系，或所谓色相的拥有，而是能彼此同甘共苦。

如果您有意认真地与男友作进一步发展，就不应存有任何隐瞒的企图，不妨勇敢告诉他：您的吸收及消化系统确实是出了问题，及具有发育不良和自卑的病况。

所谓坦白从宽，为了避免创造有一天他会离您而去的机会，您更应该如实地说出真相；毕竟，他或许被您欺骗一时，但他不可能接受您一世的诈骗。

尤其，如果您们要走向婚姻生活的话，就必须懂得如何互相体谅、怎样养儿育女、面对生老病死，让自己无我而有大爱，这才是打造美满婚姻的基点，不能只一味靠着美丽的外貌、性感的身段，或一时的甜言蜜语；否则，所谓的爱就容易变质，无法把握。

满亚合十

口述、满亚法师 笔录、何润霞
《南洋商报》15/01/2006