



## 满亚法师



### 别让过去的阴影 夺走现在的自由

满亚法师：

我丈夫在数年前跟一女人搞婚外情，并生下一名孩子；为此，我经常疑惑自问：如果我把妻子的角色扮演得更好——一些的话，这事情可能就不会发生？

虽然，最终丈夫选择回到我们的身边，但，目前我仍感到忧虑、害怕，很担心有一天该名孩子会闹上我们家来；同时，我也不知道应该如何向孩子们解释关于他们的父亲这段婚外情史？我不希望孩子们因此而不再尊重他们的父亲。

艾美合十

艾美仁者：

您与其为已经过去的事情忧伤、烦恼，不如提起自身力量面对一切，及顺其自然地让家人和朋友接受这事实。如果您整天担惊受怕的活在杯弓蛇影的日子里，您或许会犯下更多错误；切记，复盖事情的真相只会使我们的人生更复杂及难以掌控。

您丈夫曾经有外遇是一项事实，纵使您认为这是一件不道德及不诚实的行为，但它只是一个过去的行为，而非持久性的行为。

我们都不是圣者，大家不应该把某个人当偶像般崇拜，不论所面对的是父亲、丈夫或皇帝，我们皆需接受对方每一刻每一秒所展现的面貌都不一样，人人在每一个当下都是新生的生命，而不是流转轮回的腐败生命。

固此，您丈夫应该继续具足赢取身边人尊重的机会；您的忧虑主要来自于您个人的观点。您的孩子或许没有类似的问题，即使他们知道了父亲的外遇真相，相信，他们也不会因此而不再尊重他们的父亲。

或许，在您的理想中，您认为丈夫理应塑造一个可靠、忠诚的形象，以作为孩子们的学习好榜样；如果您是如此把压力加诸在自己或丈夫、孩子身上的话，这将成为痛苦和烦恼的起因，更是愚昧及缺乏智慧的观点。

婚外情并非由单一的原因所引发，因此，这不是您个人的问题造成，也并非出自您丈夫或第三者的问题，而应该是三方面都得检讨、反省、负责的情事。

无论如何，我们不应该把问题“邀请”进入自己的心房；当事情发生后，我们必需学习以和蔼及从容的态度，接受与包容已经发生的事。

意即，既然您丈夫最终“倦鸟知归”地，选择重投您的怀抱，回到孩子身边，您也应该尊重他身为另一名孩子的父亲之身分，允许他表达他对这孩子的关爱。

您不妨仁慈地向您的孩子解释，您丈夫与第三者所生的孩子亦是他们的同胞兄弟；相信，在孩子单纯的心目中，绝不会因为父亲有外遇，而把他界定为“坏爸爸”。

您若能大方地允许丈夫与该名孩子保持联系，及给予各方面支持的话，必然能间接帮助他减少罪恶感。毕竟，我们待人处世的行为态度是一环扣一环的，如果他勇敢承担该名孩子的养育责任，他必定亦会对您的孩子给予同等的爱与付出。

一旦去除了心中的罪恶感，他自然将提起更多的能量和爱，以为您们共同经营的家注入无限的幸福元素。

无可否认，外遇事件确实令人深感痛心及羞愧，但，如果您千方百计尝试拒绝接受这“历史”和覆盖它的话，表示您允许这“阴影”从您当下的心夺走原有的自由。

此外，您也会不时谴责丈夫为一位不忠诚的伴侣及父亲，如果您认为，当有一天孩子知道真相后，会对他们的父亲怀恨在心的话，这将使您的丈夫更害怕及增添愧疚感。

您应该扮演孩子的模范角色，如果他们模仿您的负面情绪，他们必然会像您一样感到害怕。一旦您放下懊悔、憎恨、内疚和羞愧，您的孩子才能真正感受到您的宽容、体谅与爱，这将间接帮助孩子以“现在式”的角度来看待他们的父亲，接受他已经不再是过去那位搞婚外情的父亲了。

在现今离婚率相当高的社会里，不少人都拥有第二次婚姻，导致同父异母或同母异父的兄弟姐妹生活在一个家庭是极为平常的事。

因此，相信您的孩子们不难接受该位同父异母的兄弟，目前，对您家庭最重要的是，您与丈夫之间如何互相看待彼此？从他放下过去的婚外情，选择“回家”就已证明他为家庭而展示了他的诚意。

您不妨鼓励他尽量为该名孩子负责及给予应有的照顾；当一个人给予另一个生命更多爱的同时，他亦将给予支持他去爱的人无限量的爱。

夫妻之间诚挚相待才是婚姻关系的最好保障，您越阻止他与该名孩子相见，他越会瞒着您悄悄探访该名孩子；这样，他不但会深感内疚，最终他将感到

与您的距离越来越远，因为他必需覆盖自己的行为，同时，他也会时时刻刻担心有一天您会发现他仍支持、照顾及探访这名孩子。

如果您大方地将这事情摆到桌面上谈论，并鼓励丈夫去做任何他觉得必须为孩子尽责的事，他将能减少不必要的沮丧与压抑。这能量将给您们的家庭带来和谐等种种利益。就让和平氛围伴着您过每一天吧！

满亚合十

口述、满亚法师 笔录、何润霞  
《南洋商报》07/08/2005