



满亚法师



婉拒性要求 丈夫恐吓

满亚法师：

我与丈夫对性有不同的需求，他渴望每天都享有性生活，然而，对我而言，一星期行一次夫妻之礼已经足够了。

结婚之初，我还可以在频密的性生活中找到乐趣，可是，现在我的心神已经被家庭、孩子、事业和其他生活琐事所占据。

往往，工作忙碌一整天、下班回家后我还得监督孩子的功课及做家务，至深夜时分，我累得只想倒在床上大睡一顿。性似乎对我已经不再重要了！

我丈夫总是无法理解及接受我婉拒他的性要求之原因，他经常语带恐吓的说，如果有一天他向外寻找性满足时，我不要作任何的埋怨。

我应该如何处理与丈夫之间的性事？

安娜合十

安娜仁者：

具有健康身心者必定是清心寡欲的。如果我们暴饮暴食、吃过多垃圾食物、生活被压力所操控及缺乏运动，无形中将让我们创造热衷于性事之生理与心理需要。

而对性需索无度者，如同在自我诊断病态的身体与心理。以动物每年只在某一些时段进行交配而论，人类确实也不应该每天都有性的需求。

在现今社会，电视、报章杂志及网际网络似乎无孔不入地夸大和宣导“性”，令大众产生迷思，误以为男女之间就只有性，性能满足我们一切的需求。

相信，您也是资讯时代的受害者之一，但，您不能只是一味拒绝您丈夫的性要求，更重要的是您必须引领他走向健康的生活方式，养成正确饮食习惯、作适量的运动及平衡心情。他或许需要接受心理医生辅导，因为，他一定是有一些问题长期深埋在内心，才间接引发他放纵肉欲之假相。

在生命旅程里，我们要付出的实在太多了，身兼母亲与妻子职责，您有许多责任要担待，必须时时关注家中大小事情：于是，当您无私无我地为孩子及

丈夫付出或享受天伦乐之际，您的专注力及愉悦之心情，将间接帮助您淡化欲望，减少性的需要，并轻易地打开您的心境，随时都可从生活中得到满足感。透过这种净化心灵的途径，您自然不会单单以性作为与丈夫沟通与联系之桥梁。

强烈渴求未得之物

以此推断，您丈夫不但只是生理上需要性，他同时在精神上也强烈渴求某一些他目前所没有的东西。

时下许多青年都过早拥有频密的性生活，原因是他们在生活中缺少满足感，他们能为自己或家庭所做的贡献可谓是少之又少，不像上一代般，过着简单朴素的生活，必须跟其他家庭成员分担养家责任，分工合作的共同做家务，或在田园里劳作，甚至走路上学。他们的生活非常健康，早起早睡，未曾在电脑前工作或玩游戏至凌晨时分，少有机会以汽车代步，导致他们的运动量很充足。

可是，现代繁荣的生活方式却不能给人们带来平衡及健康的身心发展，青少年吃太多垃圾食物、非自然饮料、少晒太阳或运动，他们缺乏过简单生活的智慧，甚至不懂得如何铺设桌子、烹煮食物或照顾小动物，更不知道怎样与泥土作亲密接触，也不会观察天气，大家都不知道这种古老的智慧其实能帮助我们开窍。

如果我们的下一代只注重学习的话，他们将落入知识障碍，从书本中所取得的理论反而更混淆他们的思维，使他们无法从日常生活中丰富人生阅历，或在自己所履行的任务中取得满足感。

长期以如此方式生活的话，将使他们太早展开性生活，他们也将心不在焉，或容易心烦意乱、沮丧、暴力及染上恶习，例如酗酒、吸毒或滥交。

相信，您的丈夫并非在一夜之间开始强烈需要性，您不妨尝试鼓励他，勇敢请他所信任的人给予剖析，以寻找性迷惑他的根本原因，毕竟，如此沉溺于性，正显示说他身心有欠健康及需要帮助。

满亚合十

口述、满亚法师 笔录、何润霞
《南洋商报》29/05/2005