



## 丈夫出軌 戀上生意客戶

二零二一年四月

古小姐：

跟丈夫結婚 20 年，我倆白手興家，一同捱過艱苦創業的時光；如今他事業有成，而且越來越忙，我亦沒有再參予他的工作。沒想到，他居然跟一個生意客戶戀上了，證據確鑿不能抵賴，他也承認自己動了真情。其實我也認識對方，無論相貌、年齡都比我遜色得多，只能說我輸得不服氣。請指教。 陳女士

陳女士：

謝謝來信。20 年來與丈夫一起捱過艱苦，共同創業興家；沒想到丈夫於事業有成後的今天，竟然出軌了，怎不令你感到晴天霹靂，就像天塌下來一樣。再看到第三者無論於相貌、年齡都比自己遜色，更是叫你氣難平，是嗎？婚外情的發生可說是錯綜複雜，亦因每對夫婦婚姻關係的不同而各異，鼓勵妳務必尋找專業輔導的幫助。以下建議只供妳參考，無論如何會尊重妳個人的選擇。

### （一）自我關愛及梳理情緒

一般而言，丈夫出軌必然會對自己帶來沉痛的打擊。

1) 感到被背叛，失去對丈夫的信任，尤其是第三者是自己認識的人。憤怒、傷心、怨恨甚至是報復等情緒油然而生，需要感知和接納自己的情緒，卻須給予自己充足時間去梳理，要善待自己，故不要讓負面情緒操控妳，以免衝動行事，做出日後會後悔的事。

2) 懷疑自我價值，自信心動搖。對妻子而言，第三者的出現，自我價值最易受到衝擊，但切忌將自己與第三者作比較，好像要找出誰更能滿足出軌者的需要，這無疑是將自己及第三者「物化」；其實讓婚外情發生的關鍵人物是出軌者，很多時候與兩方女性的外表、年齡、學歷等無關，就算婚姻難以挽回，卻不能失去做人的尊嚴。

3) 一向持守的價值和信念被摧毀。想到婚姻、自己及子女的前路，容易落入悲憤和恐慌中，失去安全感，務必冷靜，先要穩定自己的情緒。



(二) 在對整體事態尚未有全面了解和決定之前，切勿衝動行事

對待丈夫的三不：1) 不要打鬥攻擊；2) 不要頹廢乞憐；3) 不要以自殘作威脅等，否則只會越發將丈夫推向小三的溫柔鄉，又或給丈夫更大的藉口要離開妳，並將婚姻問題全推在妳頭上。

智慧的三要：1) 要冷靜、沉澱、審視多年婚姻中潛藏的問題；2) 婚姻是兩個人的事，無論發生甚麼問題，出軌者都不能為婚外情找藉口，但夫妻間亦無絕對的無辜者，須作反思，為自己導致問題的方面負上責任；3) 要讓婚外情成為個人及夫婦倆成長和累積的人生智慧。

(三) 洞悉婚外情的因由，評估是否有挽回的價值和修補方法

不妨冷靜下來，讓自己回顧 20 年來婚姻歷程中，如何讓婚外情有機可乘，據婚姻專家研究所示，婚外情顯露婚姻關係中潛藏著三大主要關鍵因素：

1) 藉以逃避婚姻中的衝突。當出現分歧時，夫婦不懂得如何溝通，處理分歧，但為免爭吵，息事寧人，藉婚外情來舒緩婚姻關係。

2) 藉以逃避婚姻中的親密。夫婦沒勇氣在配偶面前坦承自己的脆弱面，失去彼此間感情的聯繫，就如你倆年輕時，尚可藉共同創業興家為共同目標；其後丈夫創業有成，妳亦開始回歸家庭，漸漸各自生活在自己的世界裡。感情生活漸漸流於空洞，加上處境因素，丈夫與生意客戶因公事交往頻密，以致日久生情；因而時空和對話都要比夫婦倆更多，讓婚外情乘虛而入，填補了丈夫連繫缺失。

3) 藉婚外情來完結不滿的婚姻，多與個人成長、心理和德性有關，例如要證明自己的魅力，追求浪漫，到處留情，不滿性愛，厭惡配偶，受不良傳統及潮流文化影響等。

故必須認知夫婦倆對婚姻前路的立場和抉擇，丈夫是否去意已決，還是想享齊人之福，抑或願意揮慧劍，斬情絲，將心歸家？而妳又是否願意饒恕，重建信任和婚姻，而妳的底線是甚麼？無論如何，務必尋求專業婚姻輔導協助，且要明白事情不會在一夜之間改變，需予雙方時間去作明智的抉擇，如果雙方都願意承擔責任，並付出真心去修補，婚姻是有重建的希望。

古潔明