

輔導隨想 (四) 《無言》

每次與個案面談或經歷了每一節的小組活動，我都很想可以整理一下過程中的經驗和檢討效果，以便把當中的欠缺改善；把可行的，有促進效果的手法和心得積累下來。自從加入「男」天再現的受虐男士支援服務計劃，我主要負責男士熱線、個案輔導、治療小組以及同行者支援訓練。借鑑過去的經驗，我大膽嘗試運用表達藝術治療的理論依據，在小組過程加入音樂的元素，促進參加者在情感的接觸和表達。

音樂，本身就有表達情緒、聯接人與人的情感、甚至有療癒心靈的作用。我們生活中很容易接觸到不同種類的音樂，例如：古典音樂、流行音樂、民謠、爵士音樂、搖滾、福音歌曲以及電影音樂等。歌唱表演者使出渾身解數把歌曲中的感情、感覺以及當中的意念細膩地展現出來。我們不難發現，有時一幕電影或電視劇的內容並不一定是令人難忘，反而是它的主題曲，當中的歌詞及旋律吸引你或令你有觸動的感覺。以近年其中一首電影主題曲《Let it go》為例，除了英文版外，還有其他的外語版。當中的歌詞及旋律鮮明，容易讓人朗朗上口。在短短幾分鐘，它聯繫了不同年紀，不同地域以及不同文化的人的感情。

我發現男士用言語形容自己的感受很不容易。如果想他表達多年受到的屈辱和受傷的情感，那是很大的挑戰。記得有位葉教授提過：『那一束複雜的情感，有時是一言難盡，盡在不言中的狀態。』記得在一次的小組中，我認識了其中的一位男士，他在小組裡沒有訴說很多自己受虐的遭遇（在這次活動中沒有要求分享）。然而在他分享的一首歌曲中，我感受到他過去多年內心的痛苦，在婚姻關係的矛盾與掙扎。在那硬朗的外型，臉上帶著滄桑的表情，內心已經傷透了。現在的他對她存有恨、怒以及疑問。為什麼她要如此對他，那曾經的快樂就撒了一地，似乎一點留戀都沒了，剩下的就只有和女兒定期的見面，以維繫親情關係。現在的他需要的是心靈上的自由和健康。對於他那種種的情感，實在難以道來。在獲得他的同意下，我將他選的歌《問君知否》與各位讀者一起傾聽。請你，就在這一刻停下來，靜靜的、用心的去感受曲中所反映的心路歷程。

《問君知否》

不需為我太難受
艱苦日子有盡頭
想到當日痛楚
今天的我在享受

即使日子更難受
終需亦得到自由
祇要生命存在

多少風雨 願忍受 ……

在此，我很感恩，在我輔導經驗積累的沿途，遇上每一位的「他」。我感謝「他」真誠地與我分享了「他」獨特的人生經歷，讓我從他們身上也學習了許多。希望在浩瀚無際的海洋上，每一位的「他」能乘風破浪，找到適合自己的航線，到達目的地。

黃小平 社工

和諧之家

男天再現受虐男士自強計劃