

看完心理治療師羅洛·梅(Rollo May)「愛與意志」(Love and Will)一書。當中有很多反思，其中書中旨意講及愛是人類一個永恆的主題，也是最深刻的人生體驗之一，而意志與人類的生存感有著密切關聯。

羅洛·梅指出當今的世界是一個分裂的世界，所謂分裂，指現代人彼此碰觸不著、躲避親密關係，以及無法感受。現代人心失衡、迷茫，無法了解愛與意志的真諦、愛與意志的源頭、愛與意志交錯的關係。他指這正是生活於現代文化中之人的心理傾向，把「愛」放落於感官層次(in the realm of the senses)，去體驗愛的意志(will) 逐漸消失。書中詳細探討造成這樣的分裂其原因何在？

現代腦神經科學家進行研究，探討人是如何建立愛(love)和關係(interpersonal)的情況時，過程意外地碰解哲學家和心理學家多年來追尋和探討的問題 — 我們是如何知道和感受別人的想法和境況？當中腦神經科學家Marco Iacoboni 找到的答案是「鏡像神經元」(Mirror Neuron)。在人與人接觸的時候，大腦內的鏡像神經元產生作用，使我們能夠投入別人的境況，使我們感受到他們的語境和精神狀況，感受到他們所覺察的狀況。

此鏡像神經元的研究解說了，在觀看驚慄電影時，我們為何會有即時的身體反應？還有為何我們在看足球比賽時，會隨著比賽的節奏，感受到刺激和興奮。當鏡像神經元在身體內發生作用時，我們可以與接觸的人和事發生聯繫(connections)。另外，鏡像神經元不只是令我們產生聯繫，更可使我們能夠推敲人和事的目的(goals)，例如當我們看到別人仿似要執拾地上的物件時，若我們看不到地上的物件是甚麼，沒可能作任何反應和動作。鏡像神經元令我們可以預測人的反應和事件的去向，在此之下，作出協調及回應。因此，鏡像神經元可以說是人對外界的「雷區」系統，使我們可以組織和協調對外的反應。

受家暴及暴力虐待的男士尋求輔導意見，說為著「完整家庭」和「子女幸福」的因由，不得不勉強維繫現在的親密關係。親密關係不改善不暫停，男士對維繫關係的意志便會逐漸被消磨。男士在受虐狀態下的認知和感受，受到衝突場境的限制，不能理解親密伴侶暴力行為的內在想法(intentionality)，看不到行為的意義和目的，似是永遠處於被「無理取鬧」的狀態，此成為了他們對受虐親密關係的回應。男士要承受這種親密關係的暴力，造成許多不同的生活壓力，不懂如何再為家庭問題作反應，只可為對方的舉動著急和防備。

以改善親密關係來緩解受虐狀況的男士，需要尋找空間重新演繹對方的反應和回應，動用身體資源，體會親密伴侶的內在想法(intentionality)、感受(feelings)以及需要(needs)。但我們如何啟動身體資源？怎樣運用鏡象神經元的優勢？答案是「聆聽」。西藏高僧達賴喇嘛提及「當你說話時，你只是在重複你已知道的；但是如果你肯傾聽，你可能學到一些新東西。」(When you talk, you are only repeating what you already know. But if you listen, you may learn something new)。

*An extraordinary book on sex and civilization. . . . An important contribution to contemporary morality.* — *Newsweek*

社工 張樹培

和諧之家

男人再現受虐男士自強計劃