



# 典型男人 你係邊類？

「男人，你的名字是強者」、「男兒流血不流淚」、「男人是理性的動物」等等一連串加諸男性身上的代名詞，相信你和我都十分熟悉。男性自小已經潛移默化，學習了男性的性別角色，要做一個堂堂男子漢。我們當然不是要貶低這些性別角色，只是如果男性忽視了「中庸之道」的智慧，走進性別角色的極端，不容許也不接受自己有丁點兒軟弱，有情感卻壓抑下來；或者認為男性不應注重人際關係和感情，那麼問題便會出現。



**男**性已經裝上了一顆金字塔的心，從我們所接觸到的男性來看，這種情況甚為普遍。

## 金字塔的心：三個典型

你可能好奇會問：「甚麼是一顆男人金字塔的心呢？」這個名詞出自《男人的面具》一書（蔡元雲、區祥江著）。作者認為男性的三個典型，正正與古埃及金字塔的特質互相呼應，所以稱為「男人金字塔的心」。

### > 第一個典型：追求等級的戰士

角錐形的金字塔給人一種由下而上很鮮明的等級感覺，剛好代表了男人要不斷競爭，在社會的階梯上向上爬，這樣才能鞏固自己的地位，證明自己的用處和成就。這個典型也同時規範了男人與別人相處的模式，對上司聽命服從；對下屬發號施令；對同輩奮勇競賽。

過分追求等級，很容易使男性跟同性的相處變得功能化，欠缺了真正的友情基礎。此外，男性傾向不停地工作，生活變得單調。不少中年男士爬上了階梯的頂端，到頭來卻發現這不是自己的人生目標。

我們接觸過不少男士，或多或少都出現以上的特徵。同事之間很少可以傾訴心事，恐怕他們看低自己或告訴他人，影響自己在別人眼中強者的形象，因此都有「相識滿天下，知交無一人」的慨歎。比較可以傾訴的就只有感情良好的女友或妻子，否則真不知道向誰人吐苦水。有些不想伴侶擔憂，更索性不提。最後只得自己單獨面對，處理得到的還好，否則很容易積壓不良情緒，最終也爆發出來。

男性在工作上遇到挫折，打擊一般較女性為大。一旦工作這條主要精神支柱受到衝擊，整個人便容易倒下來。這正因為工作是男性生命的主要部分及尊嚴所在，而且男性又大多缺乏其他支援。

### > 第二個典型：把物件或理念作為聚焦對象

整個金字塔的焦點所在就是它頂部的尖端，而男性的心也有焦點，但卻聚焦在工作、電腦、音響、汽車等物件或理念上，往往不以「人」作為對象。我們常常聽到妻子投訴丈夫不大理會家人，在家裡只是看電視或報紙雜誌、玩電腦或其他嗜好，少與家人傾談，了解他們的感受，與家人的關係比較疏離。

男性似乎藉著沉迷物件來迴避親密的人際關係，傾向以物件來填補內心的空虛寂寞。可能男性真的不大習慣向別人表露心聲，加上心裡有所顧忌，不肯定別人怎樣評價自己，恐怕給人「軟弱、婆媽、情緒化、感情用事」等印象；另外又不懂得回應別人的感受，結果不自覺地築起一道圍牆，迴避了親密的人際關係。

### > 第三個典型：壓抑情感的木乃伊

大家會發覺這三個典型其實是互相關連的，只是每個典型的主要面貌有所不同吧！眾所周知，金字塔是用作存放木乃伊的地方，予人冰冷的感覺。這好像許多男人因為壓抑內心的情感，外表變得冰冷。其實男性也擁有喜、怒、哀、樂等不同的情感，不過男性自小受到社會不明文的規範，容易壓抑某些情感，例如哀傷；就算開心也不能表現得太過興奮，以免別人覺得自己不夠成熟。埃及人相信木乃伊會有復活的一天，我們同樣相信，也親眼見過男性可以衝破上述三個典型。

男性也可以有不同的面貌，是強者的同時，也是一個有血有肉的人，需要不同的人際關係。只要我們不走進極端，必定能夠重拾朝氣和生命力。如何衝破三個典型？請留意下期文章。

#### Profile



#### 張錦紅

香港基督教服務處僱員發展服務總經理。香港基督教服務處於1991年成立「僱員發展服務」，另於2005年設立「富達盟信顧問有限公司」，致力為各大小公司及機構的僱員提供專業個人諮詢及輔導服務、員工發展、培訓、管理諮詢及突發危機事故壓力管理等服務。

網址：[www.fourdimensions.org](http://www.fourdimensions.org)