

一位曾經是男同性戀者的人形容他的改變過程：哥頓·岳

(G.O.)

一個男士可以從改變過程中有甚麼期望？以完全沒有敵意的誠懇哥頓描述他在這過程中所發現的滿足，並且學到的教訓-- 有時非常痛苦--- 但他仍然從中學習。他在這裡接受美國同性戀研究及治療國家協會 (NARTH0) 行政董事，約瑟·尼哥魯斯 (Joseph Nicolosi)(J.N.) 的採訪。

J · N · : 哥頓，非常感謝您願意分享您的故事。讓我們開門見山談及您生活的基本原素。您是林肯徵信所的總統，在內布拉斯加洲21年，和已經結婚20年。您將完成您在輔導學的碩士學位，和有相當一段時間，您為要離開同性戀生活的人提供一個支持小組，幫助他們在這過渡期間得到支援。

當甚麼時候開始認為您為同性戀有掙扎？

G · O · : 我認為在初中時我對男人而不是對女人有吸引力，這使我非常憂慮。當時我沒有可以傾訴的人，只可以把這憂慮掩藏起來。

J . N . : 那時您沒有有一位 「第十項計劃(Project 10)」 學校輔導員肯定您是一位同性戀者，並且介紹您同性戀社區。

G . O . :對，我為此而慶幸。 至少我沒有被人推擠去認為它不是 一個問題。 我是基督徒和我有信念，並且我相信道德。 因此在我21歲以前我並沒有和任何男士發生關係 。 實際上，我在大學的三年也沒有採取行動。 然後，和許多同性戀者一樣，我的第一個性經驗是難以相信的。.. 它好像您是在一片沙漠中過了兩個完全沒有水供應的星期，突然來到綠洲一樣。 在這情況下這感覺是極端迷人的。

我在21歲至25歲涉足同性戀，在那期間我有很多一夜情。 我做了"公園的佈景版," 並且我有幾個關係-- 可能三個-- 持續了幾個月。 在那期間我極端抑鬱，似乎是有雙重生活。 並且，我從未對任何關係有長時間的滿足感，即使和那些比我好幾倍的男士也不可以，我很快就會失去興趣。但當時我並不了解活動能力。

J . N . : 有甚麼互動能力?

G . O . : 現在回顧時我能明白什麼是同性戀-- 特別是在我的生命中同性戀有甚麼價值，雖然大家的經驗是稍微不同的。

J · N · : 同性戀在您的生活中有甚麼價值？

G · O · : 這是可以使我在某方面滿足性需要的方法。

J · N · : 怎麼樣的需要？

G · O · : 需要被接受。..感覺自己是男士群中的一個。..從男士中得到同情和瞭解。實際上,甚而現在,是很有趣的。我對同性戀者仍然有殘餘的慾望,我體會它和性完全沒有關係。就如我看一個男人,如果我在這一刻設想他沒有衣服時會是什麼樣子,這想法會令我反胃。但是我有其他的感覺。..我祝願他會過來握我的手和與我談話,和對我注意。

但回顧以往當我是年輕人時,我並不瞭解那些動力。今天,我看見這些感覺--和當我了解它們時,它們可以有甚麼改變--就好像變了一次魔術--。當您看見某人玩了一次魔術的把戲,是非常迷人的;您想再看許多次,因此您能推測魔術師實際上是如何使這東西消失。但當您充分了解這感覺--那是您學會這把戲之後--它取走了以往興奮的感覺。然後這吸引力不是再有"魔術"感。

J · N · : 魔術如何可以比喻同性戀？

G . O . : 同性戀對我就好像魔術一樣。我看見一個使我傾心的男士，但是我不能繼續追求他，因為，您也許說，我"知道那把戲。" 就是我知道什麼是幻想。我知道在這幻覺背後有甚麼。並且我有邏輯性的理解，知道我不會因此而滿足-- 如果我追求任一類型性經驗，我知道它只會對我有反面的作用。不過事實上還不止這些。

J . N . : 不僅是認知和醒覺。

G . O . : 它是比認知和醒覺更多。這是了解整體經驗是一個假像。因為，根據我自己四年的經驗，嘗試使它達到我的需要，使我明白這一點。

在您的書裡，您引述伊麗莎白·慕百尼(Elizabeth Moberly)解釋，同性感情所留下的一些不能滿足的需要是這問題的根，但另一方面您把這些問題擴大了。您描述同性友誼是可以滿足那些需要。我發現當我接近一位沒有同性戀傾向而又有吸引力的人時，我們親密的友誼可以幫助滿足那些需要，而不必涉及性關係。

J . N . : 很多人這樣告訴我。他們說，同性戀對他們的吸引力或他們對同性戀的幻想減少，或甚至消失。

G · O · :對，它們是減少了。在許多個案中也是如此。正如沙甸奧化醫生(Dr · Satinover) 在他寫的書「同性戀和真相政治」Politics of Truth」(Homosexuality and the Politics of Truth) 解釋說，當您已經養成習慣，問題就產生了。性經驗就像服用鴉片。它給我們安慰，它麻醉，並且似乎很快就可以解決問題。這可能使人非常難脫離同性戀。當我們把這些情感需要看成性的需要-- 當我們已經學會用性來暫時滿足這些需要-- 我們用「藥物」去滿足一個正常，合法，和神賜給我們的需要。然後當您和一個英俊的男士產生了一份良好的關係，並且滿足您的需要時，您卻得不到同性戀所能給您那「生氣勃勃」的感覺。那是我必須認出並且對自己承認的事；我們的正常關係是不應有那種生氣勃勃的感覺。

J · N · :那是正確的，因為這 是生氣勃勃的感覺人為的，並且它不會持續。並且它只會使您希望和另一位「伴侶」有另一個更大的「更有生氣的感覺」。我們開始看見同性戀的作家至少間接地承認這一點。在「愛深不可測，安德魯·修利雲 (Andrew Sullivan) 說我們無法信任色情關係可以提供永恆的愛，並且只有朋馳是可靠的支持和充滿愛的泉源。

G . O . : "zing" 是人為，但它是非常強制，並且這是許多同性戀者仍然留在這階段的原因。

J . N . : 的確如此。 Jeffrey Satinover 談論到在我們的腦海中埋置的神經樂趣線路-- 實際這埋置是結構性的一同時雖然您可以學會在舊的幻想上加上新幻想，有更好的方法去滿足您感情上的需要，但是，您從未完全地刪掉在神經線上的反應。 您能在舊的路線上放置新的路線。 但許多人是必須奮鬥爭脫那已經控制了他們的一個沉溺已久的模式。

G . O . : 正確。 並且不幸地，好像我一樣沉溺在同性戀的人常常是目光短淺的。 但鼓勵我的是，想及我們的腦，我們經常是不用腦的。 ..同時我們有許多方法可以體驗「飄飄然」的感覺，其它"上流"。 我們的想法認為，唯一可以使我們有飄飄然的感覺是我們常用的方式，是我們習慣的不健康的方式。我設法鼓勵我的受導者擴展他們視野。 雖然其它經驗也許不能使他們有所習慣生氣勃勃的感覺，他們應該繼續追求與男性有健康的關係，和找一些不同的事讓他們真可以全力以赴。

J . N . : 的確如此。 說及找一些你可以全力以赴的事。 ..告訴我您的婚姻情況。 您是46歲並且結婚二十年。

G · O · : 是。如我說，我在同性戀的圈子內混了四年，直到我25歲，但我非常抑鬱因為這對我無效。我來自內布拉斯加州，決定搬到加利福尼亞洲。我估計會這是同性戀者的最佳居住環境，如果那也不成功的話，或許我在那裡會找到一些幫助。

在加利福尼亞，我遇見了一位年青的牧師。他是大約比我大七年，已結婚和有兩個孩子；並且沒有您書中所提供的知識—那時您還沒想到寫它-- 他用您建議的方式幫助我。我們兩人都不知道發生了甚麼事，他是一個關心我的英俊男士，和他認為我是一個想做正確事的人，只有不知道該怎樣行。我記得坐在他辦公室時他說，「您可以認為我有吸引力，但什麼也不會發生，因為我和您不同。」他說，「但這不會使我對您有任何不同；我會繼續愛您和關心關您。」他的態度完全分散了我的注意力。那是他開始幫助我的地方。我大約有一年時間接受了他的輔導。在那期間我遇見了我將來的妻子和我們成為了真正的好朋友。在我結婚之前，我想至少一年完全沒有任何性生活。

J · N · : 她對您有性的吸引力？

G · O · : 直到接近我們將結婚前沒有性的吸引力。我開始想我很快就結婚，因此我開始在性方面想我的未婚妻。如果我能

在25歲時輔導自己，我會給自己更多幫助和方向，但在最後，我仍然會鼓勵婚姻。我的立場是接受事實上我們全部是喜歡異性戀的人，如此如果我相信男士將尊重他們對婚姻的承諾，我鼓勵男士結婚。我不要他們危及或辜負婦女。但如果這男士會重視承諾和將尊重它，把它放在所有誘惑之上，那是一件另外事情。我自己是一個守紀律的人，那十分有幫助。

J · N ·：當然，這婦女應該知道。

G · O ·：絕對是如此，這婦女應該知道。在我們結婚之前我告訴了我的妻子。這對她有新鮮的感覺因為她找到一個會愛她作為朋友，並且不僅要求性的伴侶。我認為這是我們婚姻的一種力量。今天我是祖父。我們有三個孩子-- 二個女孩和一個兒子，他是13歲。

J · N ·：現在您的家庭生活怎麼樣？

G · O ·：我結婚的第一年似乎只是要「做正確的事。」然而當您用許多時間與某人一同生活和養育孩子，您不能不學會真正地愛那個人。今天我愛我妻子就好像大部份男士愛妻子一樣，甚至可能更多。我們的性生活可能不是完全和那些沒有在同性戀方面掙扎的人一樣，但它也令人滿意，我盼望和她有性行為而且這

是一種享受。如果我失去了我的妻子我會完全被摧毀。我認為我改變了，不僅是我的行為，而且我認為自己的思想方式也改變了；我改變了我的身分。我覺得作為丈夫，父親並且現在是祖父，我也非常滿意。

J · N ·：您的孩子知道您的背景？

G · O ·：是。我的女兒是 19 和17歲，我19歲的女兒已經訂了婚，將會在8月行婚禮。我與我女兒的關係是非常美好的。但我認為一些同性戀者認為我們因為有同性戀的背景，可能對男孩不會是一個非常好的父親。

J · N ·：是，特別是如果這男孩對他的陽剛之氣有很多憂慮。

G · O ·：第一二個孩子是女孩，我認為，"很好，神給我女孩，實在太好了，我不必擔心要做男孩的父親。「我告訴您，愛小女兒對我來說是難以相信地自然。即使在她們十多歲時也是一樣，是最美好的生活樂趣。然後我的妻子想要第三個孩子，如此我們得到一個男孩，並且他帶給我們難以相信的歡欣。實際上，晚上走入他的房子為他蓋帳和講故事或輕拍他的背，現在他是長大了些，翻動他的頭髮和對他稍為嚴厲一點，幾乎像有人對我做同樣

的事。它是難以相信地有建設性-- 我「因為施與而得到癒合」並且使我非常感激。它是像有第二次機會。

J · N · : 由對別人做一些事您解決一些您以往的需要。我認為對所有父親這是真實的。

G · O · : 我會認為如此，因為大家在以往也有一些不曾滿足的需要。我是極端滿意我的生活。我不會為任何事轉換我的生活。在初期-- 我是結婚二十年-- 在第一個十年婚姻期間我會偶爾有些消沉和我會覺得非常抑鬱，感覺我是缺乏了一些東西，但現在這幾年，我完全沒有因為抑鬱而掙扎。

J · N · : 您知道些其他前同性戀者是結了婚？有沒有一群互相支持的朋友？

G · O · : 有幾年我主持了一個支持小組，大約有八個或十個人。人會來也會去，但有極少數已經結婚和有孩子，並且他們是好的支持者。我能想及我的朋友標(Bill)，他剛告訴我他的妻子懷孕了，是他們第二個孩子，並且他為此非常興奮。但您知道，正如您在書上所說，其它克服同性戀的人可能成為好朋友，並且那些友誼是極端可貴的，我從未想過要使輕視它。但說到癒合，我從異性戀的男士中得到更多。

J · N · : 從那些「一向也是異性戀的人。」

G · O · : 對。那我真正喜歡和異性戀的人在一起，那是非常有幫助的。然後有少數是特別有吸引力的，對那些人，我有點兒要迫使自己好好地了解他們，使他們不會成為威脅，和不會使覺得自己是弱者，和他們比較起來是「低了一級，」這會在我身上觸發一種不需要的吸引力。

J · N · : 是，的確如此。那是一個非常好的觀點。設法克服同性戀的人們應該知道您學會了排除威脅，特別是從一位俊男身上而來的威脅。您必須了解他們，才可以衝破其中使人迷惑的地方。

G · O · : 當您這樣做是真正很滑稽，因為如我所說，我強迫自己做這事，因為這人將來可能會在我要走的路上出現-- 我可能和他在同一個委員會中共事，或什麼--和我注意到我以往的模式會是將我自己收藏起來和自覺不配，然後開始注意他們。他們是一個殘餘的對象--因為過去和人接觸的方法所留下來的一種殘餘對象。因此我反而設法了解他們，可能甚而輕拍他們的背，或稍為接觸他們的皮膚，例如握手，或者甚麼，然後突然我會發現他們的弱點--他也只是一個男人，這樣我就會衝破了這奧妙。

J · N ·：您看見的是他們的人性，您看到您們共有的元素。您看見您和他如何可以真正連接。您打破那緊張，也因而使您的幻想幻滅。

G · O ·：在某情況下這是我認為同性戀現在對我的意義。它是像那裡有一「神奇男性」他像甚麼？為什麼我不感覺我像他？因此能夠更加親密地了解這些人，就可以把那引人入勝的質素除去。

J · N ·：不錯。是否有一個關鍵時刻在您的生命中，幫助您洞察一切而有這理解？

G · O ·：是，大約十年前我正陷入中年危機-- 我是大約35, 36 歲左右-- 並且有三個健康的孩子，我的業務優良，我們有一個美麗的家，我駕駛新車，我「成功了。」在這時候，人會問自己，「是這樣就成功嗎？」對我來說這大問題是，「好像我從未真正體會和男性有關係的感覺。我是否有所欠缺？”

我想用來得到「那感覺」的方法是同性戀，在我結婚後的初期，我用以處理這殘餘感情的方式是保護自己免受俊男影響，因此我盡量疏遠他們。有些以前認識的男士會說，「您知道嗎，我剛認識了哥頓和他一起做事，然後我們突然疏離了。我不知道發生甚

麼事。」當然，我知道發生了甚麼事。我不要他們成為一個性對象。我不想有障礙，如此我只有退下來，這會是一個防禦式的疏離行動。

有一個人-- 實際上，他是我的舅子。我們到全國各地旅行去取一輛古董車。我開始與他分享我仍然掙扎著要脫離不需要的同性戀想法。他知道我的背景，但他有這想法，「很好，哥頓已經結婚，問題就解決了。」

他沒有為我的感覺譴責我。當我們駕駛這車回家時，我們談論了我的掙扎和成為好朋友。他不會讓我與他疏離。他使我保持聯絡。他只是不斷的要求我參與。他說，「我不知道，我不是心理學家，但似乎我繼續和您來往是一件好事。」

能夠和我的舅子開明地討論問題幫助衝破我的中年危機。與他相處促進了情感癒合，雖然在理智上我已經痊癒了。

J · N · : 今天，您會說同性戀對您已經沒有吸引力？

G · O · : 不，我不會這樣說。但那感覺是很不同的。我希望解釋它的方法是，在早期，它就如我穿著有一大大的「H」字在我的襯衣前。那是說明我是誰：襯衣說，「同性戀者。」現在它

是有點兒像一張小名片在我的襯衣口袋裡，是稍為磨損和破舊的。偶然我發現自己把手放在那裡，拔出這舊的卡片，它稍微打擾我，但我繼續超出那範圍而生活。它是偶爾的激怒，但不再使我著迷。我今天的生活是非常好的。

J · N · : 您的經驗告訴我們很多關於心理變動的本質。任何一個人的困難-- 毒癮，暴飲暴食，酒癮，低自我形象-- 是不太可能因為改變而把一切老毛病也「刪掉」。通過洞察和新經驗您有一個很大的*情感轉移*。但一些性感覺將再次出現，因為您瞭解它們的特性，使它們丟失了控制您的力量。

有時，一個人必須憑意志做出一個決定，把往日纏繞不放的殘餘感情放在一旁，不再需要的，同性戀的自己，放下來，正如您所做的一樣，並且決志向前行和結婚，如果那是他想要的生活。

非常感謝您哥頓，如此動人和誠實地分享您的生活經驗。