

淺談第三者—三人不成行

撰文/陳煒

你是否，意外落入了三角關係的謎題裡。好像電影裡的情節，發生在你身上，而你卻不是電影裡的那個主角，可以在兩個小時的劇情裡得到解答。希望本文能夠帶給你一點幫助和一些新的想法。

一、釐清定義

根據較為嚴謹而狹義的法律定義，「第三者」是指本身已有配偶、或者自己雖無配偶但明知他人已有配偶，然與他人建立不正當的男女關係，妨礙他人正常婚姻關係者。但是廣義來看，則不管對方已婚或未婚，只要插足他人情感都稱為「第三者」。現在的社會傾向採用廣義的定義來認定第三者。

二、破除迷思

不論你是在關係中的哪一個角色，當第三者介入了兩人的感情，所形成的三角關係就變成了需要去處理的謎題。儘管兩人的感情因為第三者的出現而受到影響，「受害者、加害者」的善惡二分法必須要重新考量，因為那是三角關係謎題裡的一個陷阱。本文並非要為第三者開脫，但客觀的去觀察及思考三個人的關係及角色，才能將自己從這個謎題裡掙脫。

第三者並不一定是三角關係中最得逞的那個。因為他們背負著許多來自個人、家庭、社會道德的包袱。第三者，許多時候倍受批判，被貼上破壞別人感情的標籤，在這種情形下，很難找到傾訴的管道。周春林（2002）就曾說：「『第三者』，在平常人眼裡，是『不道德』的代名詞，是可恥的象徵，但是局中人往往不一定如此認為。我們認為，對「第三者」的區分和評價不能一刀切。歷史上不乏這樣的冤案，我們總愛把某一類人歸類為可恥者，然後一旦遇到此類人，就不管實際境遇如何，一棍子打死，這樣我們就容易犯絕對化的錯誤。」

簡春安（民 80）在所著的《外遇的分析與處理》中，用吸力和推力來解釋外遇的成因：外遇是因為原配偶的推力使然，而第三者的吸力助長了外遇的形成。在這裡，不管是吸力或推力，都是以出軌者為中心去思考。這種邏輯思維也是危險的，在此出軌者化身為沒有行動力、缺乏思考能力的被動體，在另外兩人的一推一拉間身不由己的挪移。給了出軌者出軌行為一套合理化的說辭。

若把注意力放在三個人之間的相互關係，而非將重點放在其中一人或兩人身上，將可以避開憎恨或不甘心的情緒循環。出軌者與第三者固然有傷害到原情感的責任，元配(或出軌者的原伴侶)亦要重新思考自己與出軌者情感關係的樣貌，從多方面去考量然後做決定，而非把對於事情的認知套至由刻板印象所產生的假

想之上。

三、回歸原點

首先給自己一點空間，不要直接把自己放入棘手的劇情及情緒裡面。要了解自己的狀態，才知道要往哪前進。我們需要放下防衛，勇敢面對自己的想法與感受「我想要的愛情是什麼？我擔心什麼？」也問自己，是否真的懂得對方的需求？「一個巴掌拍不響」，關係的問題通常是兩人共同製造的。

如果是伴侶出軌，也可以問問自己，自己是否也為這個出軌事件埋下了伏筆。自己是否喜歡吹毛求疵；或是否常常覺得伴侶永遠不夠好；或是消極破壞，常說：「好，但是...。」；又或熟知對方弱點，喜歡命中其痛處。當然，你可能認為上述這些皆非出軌的理由。但可以回頭想想，是不是可能有那麼百分之一的責任在你身上。想得足夠充分之後，再找伴侶談出軌的事情。談的時候，盡量不要從模糊的問題切入 (ex：你還愛我嗎？) 也不要急於得到承諾 (ex：答應我，你不會再跟他見面了！) 從伴侶的感受著手，你將可以得到更多的資訊，好做為日後採取行動的基礎。

四、從原點重新準備好、再出發

假使你在愛情中受挫了，更應該好好的愛自己。假使你覺得徬徨無助，那請你抬起頭看看有什麼資源可以使用。是否有家人朋友可以支持你，是否有學校資源(ex：學輔中心)可以做為你前進的輔助。整頓好，下了決定就盡早去執行。可以想想，如果這已經不是你要的愛情，可以怎麼去做；如果你決定要去修復破損的感情，又可以怎麼做。延長下決定的時間也許可以讓你想得更清楚，但請記得，猶豫不決也可能會耗損你的精神，讓你錯失採取行動的最佳良機。這個道理也同樣可以應用在出軌者與第三者身上。任何人都值得擁有幸福的愛情，願我們都有足夠的勇氣對抗突如其來的風雨。

參考文獻：

周春林 (2000)。《愛情的背叛》。宏文館