



詹維明

從野婆娘到 尊貴女性

詹維明 (Ruth)，是香港早年少數有機會出國留學的女學生之一，1970年代和一眾「海歸」學者，把輔導引進香港，是將信仰和生命結合的生命導師；早年《突破》雜誌明心信箱主持人，人稱「明心一號」的，正是她。從稱為「野婆娘」的小女孩長大成為樂觀自信的傳道人，Ruth 探索女性之為女性的獨特性，由內到外認識自己，接納自己，包括自我價值，如何看自己及異性……

撰文・紫蘇 | 攝影・王婉薇

「小時候我常欺凌、取笑人，長大後卻要給別人建立自尊心

「小時候很頑皮，真的是野婆娘！當時什麼都做，爬樹、打人……不搗亂的時候就愛把膝蓋的傷口結疤處揭開，聞一下膿包的味道！」

很難想像，作為傳道人的 Ruth，小時候最愛把自己的快樂建築在別人的痛苦上。「最記得的是，有一位同學從鄉下來，每天上課帶著一大袋生命麪包作午餐。午飯時，我們會故意圍坐，瞪著他。你說他能吃得下那麪包？當時不知道這是情緒虐待，還很快樂……小時候我常欺凌、取笑人，長大後卻要給別人建立自尊心！」

Ruth 從小是「Tom Boy (狗仔頭)」個性，由「男人頭」成為「女孩子」的轉捩點發生在十一、二歲的時候，「母親向我清楚解釋我會成為一個大女孩，因為上帝喜歡造我為尊貴、寶貝的女性。從那時開始我就喜歡自己的性別，渴慕快快長大。」

Ruth 擁有動與靜的性格。她今天成為一位思想開放又專注聆聽的生命成長培育導師，母親的功勞不少。「我媽是智慧女性。她知道我不能安定的坐，就讓我做『男人頭』。她開放門戶，我青少年時代開始，家裏整天擠滿男女朋友，彈琴、唱歌、吃飯。我媽是他們心事、難處傾訴的對象。這一點對我學習聆聽和分享生命有很大的影響。」

「我是一個 people-person (善解人意)，願意聆聽，又能聽懂」，她表示「要學習全神貫注聆聽，包括對方沒有說的話 (身體語言、聲調等等) 而不是邊聽邊心裡盤算自己要說的話。」

「即使我不是最好，但在上帝眼中我是可愛的

從「野婆娘」搖身一變為今天的生命培育導師，四十多年的心靈培育工作，加上個人生命經歷，Ruth 十分肯定自身的女性角色，也明白現代女性的挑戰和問題。她在錄音製作《啊，我這個可愛的女人》中指出現時普遍女性的問題，是「單單顧及身體的外在美而忽略栽培心和靈」。說穿了，無論男女，能夠自我定位，就是找到內在的安全感；對 Ruth 來說，自信和安全感是來自上帝的愛。

面前的 Ruth，談吐之間充滿自信，但她強調，這種「自信的特質」不是自大，而是知道自己是誰，相信「即使我不是最好，但在上帝眼中我是可愛的」，心靈有了這種被愛的肯定，自然產生安全感及流露自信。

常說女性非常情緒化，去年大受歡迎的電影《玩轉腦朋友》，大抵讓許多人明白和接納情緒是與自己共生的朋友，彼此要學習相處。Ruth 坦言自小十分敏感，情緒波動也很大。不過，也因為她出生於戰亂時代的廣西，從小因為爸爸的工作調動，住過廣東廣西大大小小的城市和鄉村，閱歷廣，適應能力也很強，敏銳覺察到自己內在的波動。她表示，「我們需要處理自

己作為女人的壞脾氣，留心自己的情緒什麼時候會波動，例如經期前後，懷孕初期、生產後，更年期等。」在她日常崗位上，看見很多人對這方面不認識而產生嚴重的情緒問題。

Ruth 雖然自信又樂觀，但人生中有三次因情緒受打擊而陷入抑鬱的經歷。第一次是父親重病，但當時並不自知；第二次是感情問題，自我價值徹底摧毀，需短暫服用抗抑鬱藥；第三次是作為女性代表的器官：子宮及卵巢一併切除，荷爾蒙失調，強烈缺乏安全感，有兩年時間在深深抑鬱中渡過。

要過渡這些打擊，「開朗」、「高度幽默」的性格特質很重要。「留學前有美國宣教士對我說：無論你到那兒，千萬不要失去你的幽默感，它可以幫助你度過困境」。現時仍是單身的 Ruth 自嘲說：「我的朋友到現在還在為我籌備婚禮呢！不過有些人已開始放棄了，因為大家都老了！哈哈。」

「每一次完結不愉快經歷後， 我一定問自己，我學到什麼功課

Ruth 在對談中常會自嘲，這種自嘲多是出於接納現階段的自己，以及強大的自我認同。她表示，有些女性經常感到被男性欺負，有些女人一定要比男人強，有些女性靠手段去獲得關心及注意來建立自我價值，這些想法在一般的人際或婚姻關係中出現的話，就會產生問題。因此，女性要清楚認識自己的位置，由內到外認識自己，接納自己，包括自我價值，如何看自己及異性，願意改變……等。

面對挫折，Ruth 體會到要有安靜時間審視自己的內心世界。「如果發現最近經常批評別人，就要回家好好檢查自己內在出了什麼問題」她的良方是，栽培內心的敏銳，反思自己做人原則是否與聖經教導一致。

面對人生百態，Ruth 認為除了輔導，預防及教育也十分重要。因此，「每一次完結不愉快經歷後，我一定問自己，我學到什麼功課，讓我更明白自己及如何與人同行？」

「我曾落在抑鬱裏，明白這是很多人生命中共同的經歷，重要的是不可以讓情況一直拖延幾十年。要承認自己『搞唔掂』，接受這是當下的自己，尋求幫助，找出抑鬱的原因及處理的方法。要自愛，與自己交往，無論獨處或困難時都接納這個『我』。」

「每次哭個不停的大多數是幾十歲的男人， 訴說的是小時候與爸爸的關係……

Ruth 的工作包括內在醫治，她發現「每次哭個不停的多數是幾十歲的男人，訴說的是小時候與爸爸的關係，缺少了父親的形象。」

Ruth 說，許多男性沒有真正成長為男人，缺乏自知，容易感到不安全。主要是因為父親失責，母親沒有長大。「有些母親與丈夫關係不好，有傾向將安全感建立在兒子身上。亦有不少媽媽過度保護兒子，令男孩無法長大成為真正的男人。」



Ruth 以不同媒介分享豐富的生命成長培育的經驗

Ruth 強調，男人非常要面子，女人要學習尊重男人，「尊重男人不是基於他的能力高低，而是因為他是一個人，同時亦是男人」。女人協助男人成長，是讓男人領悟到自己該如何成長，而不是改變他們。

筆者也是一個男孩的母親，Ruth 特意提醒：「媽媽需要明白——媽媽不能栽培一個男孩做男人，正如父親獨力栽培女兒成為女人會有困難」。爸爸在教育男孩上要負起很強的角色。

男女大不同，自古已然。女性的尊貴氣質是由內而外，細水長流。尊貴的女性當然也同樣能與自己和男性平和相處，互相尊重，互相補位。這是上帝創造人的美好心意吧。