



# 堅守婚姻再加點改變， 家就幸福了！

名醫林青毅決定踏上行醫之路，家人總是他最大的後援，與妻子15年的婚姻，他努力保持對妻子說「愛」；陪伴小孩、帶著孩子出遊，則是他行程簿中絕不更改的行程。

林青毅口述／劉純婷整理

台灣癌症基金會董事、林青毅家庭醫學科診所院長林青毅，同時身為各大飯店駐診醫師。這位「御用的家庭醫師」，每有邦交國總統到訪，甚至是美國前總統柯林頓訪台，只要有任何身體上的不適，他都會在第一時間被通知，負責前往照料這些貴賓們。

## 父親驟然過世，更珍惜家人關係

林青毅的父親木訥寡言，在林青毅隻身前往台北念書的10年當中，他父親只來過學校一次。然而，每次他搭夜車返鄉，無論多晚到家，一打開門總是看見父親醒著在等門。

當林青毅高三時，正對未來的方向感到困惑，早上他撥電話告訴父親他不知道該如何是好？下午放學前父親已經從白河來到學校找他，父親告訴他：「我只是要告訴你，我支持你的決定，你怎樣選都可以。」後來林青毅和同學猜拳決定選組，他說這是上帝決定了他的行醫之路。

一家之主的父親在模里西斯空難過世，帶給林青毅極大的震撼與影響。他隻身前往空難現場，與當地政府溝通，等待著，堅持要找回父親的遺體，那樣悲傷與孤單的深刻歷程，更讓他對外國旅客在外旅遊遇到意外事故時的無

助感同身受，也因此他成了台灣5星級飯店的駐診醫師，已診療超過4萬名外籍旅客！

## 因為堅持相守，多年婚姻走過爭吵更相愛

回顧與妻子Sandy結婚15年，走來並不容易。林青毅與Sandy彼此個性差異很大，他好動、外向，她卻謹慎、保守，因此，兩人過去經常有衝突，吵架也是常有的事，但他認為，夫妻之間面對情緒不應一味容忍，應該立即溝通，而吵架就是他和妻子的溝通方式之一。但兩人即使經歷了數不清的爭吵，卻還是同心一意堅持著彼此的婚約。

爭吵並沒有減少他們對彼此的關心與在意，反而成了讓婚姻更加堅定的考驗。即便兩人間有許多的爭吵，有時難免也會對彼此不諒解，但是林青毅仍堅持將家中經濟大權交付給妻子，讓妻子明白他對這個家堅守的心意。過去，兩人興趣不同，很少單獨聚在一起做些什麼，但是，經歷了15年的「牽手」、投資事業的起落，生過一場大病後，過去只愛戶外活動的林青毅，開始會慢慢依著太太的喜好一起看看電影；相對地，太太也開始主動和他一起打高爾夫和旅行，兩人獨處時光越來越多，爭吵變少了，甜蜜變多了，他也領略，原來「堅守婚姻」再加上一點點的改變，就可以讓家更愜意幸福。

## 再忙，也要和家人相聚

身為醫師，生活的忙碌難以想像，但痛

失父親後，讓他對於家人更加珍惜，他一定會在早餐時間與家人共享早餐，和孩子抱抱、聊聊。不僅是自己的家庭，對於兄弟姊妹們間的聯繫，岳父母的問候，也是林青毅非常勤快、長年如一日的工作。兄弟姊妹定期的見面聚會，定時和岳父岳母聚餐，都是他陪孩子出遊的計畫外，不可或缺的行程。

因為認為「身教最重要」！所以他很努力工作、照顧家人、幫助別人、善待朋友，同時也努力讓自己面對困境時保有喜樂的心，他希望孩子未來的人生都可以成為幫助別人、值得信任，懂得生活的人，所以他不僅作給孩子看，也帶孩子騎腳踏車環島、出國旅遊，去體驗不同的經歷與風情。

家是溫馨的所在，喧囂的都市叢林中的心定；家人是上帝的禮物，是一輩子最知心的朋友；喜怒哀樂、悲歡離合都是親情。這些都是林青毅經營「家」多年的心得。



### 給家人的話：

給岳父：感謝您刻苦耐勞的羅東水牛精神，18年溫馨接送一家人，呵護4個愛孫成長。

給岳母：18年同住，發揮蘭陽精神勤儉持家，您是德術兼備的永遠阿媽。

給Sandy：謝謝妳與我攜手共創事業、家庭，耐心陪伴18年，晨昏歲月共享喜怒哀樂。

給Wendy：最貼心的姪女，努力向上、溫文婉約、細膩有勁，願妳開展璀璨人生。

給Julia：永遠的情人、貼心的女兒，願妳快樂健康、熱情活潑，以樂觀進取面對人生。

給Dustin：最像自己的大兒子，希望你永保樂觀開朗正面積極，衝破難關、開創豐盛人生。

給Ponpon：聰明有情才智過人的小兒子，悲天憫人樂觀向上，願你成為新世紀的領導人物，改善世界。

給菲律賓雙胞胎媽媽Lily：謝謝妳為我們家主動積極、熱情有勁的付出，無怨無悔。

### 愛家行動：

早起與家人共享早餐，晚上睡前聊聊，週末安排運動或旅遊。和老婆一起看電影、打球、旅行，珍惜彼此的獨處時光。



全家，我們最像

## 珍惜家人相伴，互動連結更密切

連銘聰



他，是我老爸；她，是小我六歲的老妹！我們彼此習慣不同，但其實仔細觀察，會發現我們的一些個性，根本就是同一個模子印出來的。

據我老媽長久以來的觀察，爸在媽眼裡就是一個脾氣很倔強且很固執的男人；我和老妹根本就是將老爸的個性學了十成十！很久以前，家裡常常有爭執，因為彼此的個性都很硬，互相碰撞的後遺症就是情緒的影響非常大！一直到現在我和老妹都成年了，開始會去體諒家人；而我也慢慢了解，其實老爸的一些動作和話語都是在關心子女，只是表達的方式不是我們所習慣的，我們現在的互動連結反而比以前更密切了！更重要的是，我們很珍惜現在在家裡相互陪伴的時間！