



家人的愛是最大動力！

曾擔任《我愛紅娘》主持人的張月麗，活躍於電視、廣播圈，主持許多醫療保健節目。女兒和母親是她「甜蜜的負擔」，她們卻也成為張月麗生活中最大的動力。

張月麗口述／劉純婷整理



張月麗的父親從事船務工作，經年在外；母親則同時母代父職。父親的郵輪都跑中東航程，三個月才回台一次。對家裡而言，父親就像客人一樣。張月麗小時候看到父親，最常說的一句話居然是：「什麼時候走？」

慈父嚴母，相敬如賓

張月麗在家中排行最小，有時候母親會帶著還沒上學的她到高雄去找父親，所以她和父親相處的機會，比哥哥姊姊多了些。父親對她也相當疼愛，她還記得自己總是穿著連帽外套，父親會把奢侈的蘋果放在她的帽子裡，也會拿巧克力、餅乾等舶來品來逗她開心。

小時候，父母之間的相處總是「相敬如賓」。母親經由媒妁之言嫁給父親後，扮演著賢妻良母的角色。好客的父親在休假回家時總愛招待朋友到家裡吃飯，母親一手包辦所有的菜色，但自己卻忙到都沒吃。母親連衣服、家居裝飾都自己動手做，還會繡花呢！是個傳統的好妻子、好媽媽、好媳婦。

母親自我要求高，也嚴格要求兒女遵守自己的「規矩」。第一，就是成績要達到一定標準的分數；第二，晚上九點半之前要回家。張月麗曾經因為帶救國團活動需外宿，母親就要求她每天要打電話回家報備。

可見她的原生家庭相當保守，家人也不會用言語來表達愛意。她只在很小的時候握過

媽媽的手，通常看到「嚴母」跑都來不及了，彼此很少有身體的接觸。父親臨終時母親說：「我這一輩子總算對張家有交待了。」這時張月麗主動牽住媽媽的手、擁抱著她最敬愛的母親，以行動陪伴、支撐著母親。

甜蜜的負擔成為最大的動力

在張月麗三十五歲之前，對於婚姻無怨無悔全心付出。她把婚姻比喻成放風箏，她說：遺憾的是她放風箏放到把風箏放走了。她後來理解到：風箏線是聯繫，而非掌控。在自己生了小孩當媽媽之後，開始重新檢討自我。這段婚姻雙方都有問題，因為和先生對未來生活的目標不一致，讓她決定走出婚姻。

之前女兒有一年的時間跟著前夫重組的新家庭同住，但因為不習慣，所以回到張月麗身邊。獨生的女兒和兩年前不幸得到老年痴呆症的母親是她「甜蜜的負擔」，她們卻也成為張月麗生活中最大的動力。

上一代的教育方式讓她點滴在心頭，她自己則選擇用較為民主自由的方式來教養孩子。想到母親對她的管教讓她心裡有陰影，所以自己從來不會動手打女兒、也很少罵她。女兒犯錯的時候就採取「冷處理」，讓女兒洗洗碗、整理家裡環境，或短暫剝奪她的喜好，禁止她出去看電影、逛街。

她與女兒的相處方式就像朋友，女兒形容

她是一個「民主、好溝通」的媽媽，母女倆最常一起做的事情就是拍照、畫畫。

溫和管教但把握住原則

張月麗的女兒其實很乖巧，小時候出門前和她約法三章，告訴她這次出去玩預算只有一百元，她都會乖乖遵守。但動作慢吞吞的女兒，常讓講求效率的急驚風張月麗直呼受不了慢郎中！尤其女兒不愛整理房間、三個鬧鐘都叫不醒，不想當「鬧鐘媽媽」的張月麗則另有對策。

她會將女兒的窗簾拉開、一邊放音樂讓她起床，她告訴女兒：交通車坐不到就得走路上學，結果女兒遲到過一次就不敢再賴床了。張月麗用這種溫和但有原則的方式訓練女兒獨

立，她小三以後上下學都自行處理，除非生病或風雨很大，張月麗才會送她上學。

她對女兒的期許也不多，就是希望女兒健康、快樂。女兒的成績從來沒有很好過，張月麗說：沒關係，及格就好，健康更重要！尤其女兒從小過敏，更是讓她不捨。她也希望女兒未來快樂做自己，然後把貢獻回饋給社會。 

給家人的話：

女兒，希望你健康、快樂。
保護自己、活出真善美！

愛家行動：

不管是擁抱，或是訴諸文字
的一張Memo、一封E-Mail，
總之，愛要「表現」出來！



親子萬花筒

共創親子的快樂時刻

何宇鴻

我是個單親媽媽，兒子平日與前夫生活，我每個月僅有兩次探視兒子的機會，聚少離多讓我倍加珍惜與兒子的相處、互動。

週六去接小鑫，葫蘆裡先賣個關子，這一次沒有告訴他去哪兒玩，到了內灣，走到沙灘車場地內，發動引擎上路後，小鑫屏氣凝神、雙手抱緊，顛簸的路程及重力加速度的奔馳快感，讓他一路尖叫：「哇！真刺激、好好玩哩。」

隨後到吊橋下嬉戲玩水，涓涓細流的溪水順勢而下，我對小鑫說：「彎下腰來向前看，層層水波與石頭衝撞的瞬間，激起水花的樣子也好美，是不是？」小鑫發覺到，原來水中的浮游生物竟有如此之多。踩著長滿青苔的石頭是最好的腳底按摩，直到小鑫有點兒酸麻地說：「媽咪，腳好痛。」我讓他坐下來休息。他竟頑皮地朝我踢水，當然我也不甘示弱馬上反擊，母子倆快樂地打起水仗。

夕陽無限好，只是近黃昏，踩著夕陽伴我歸的餘暉，母子倆一邊聽著露天民歌演唱、一邊享用美味佳餚。雖然無法朝夕共同生活，但彼此培養默契，正努力地收集快樂記憶。

創造快樂是一種疼愛孩子的方式與表現，每一次接觸孩子，皆用心收集儲存快樂的感受，用心情記事本記下當天好玩與有趣的開心事件，儲存在電腦裡，當生活需要加油時，打開筆電，即可重溫屬於母子倆的快樂時光。 