

我們的「本來」，本來就不一樣

每年七到八月往往是基金會非常忙碌的時期，這段期間，親密之旅列車會環島一周，祝福每一位需要愛的夥伴。上過親密之旅課程的家人們一定不陌生以下這個例子：有一位太太擅於烹飪，不過，端上桌的魚總是只有中間身體那一截，這讓先生困惑了好一陣子。有一天，先生納悶地詢問太太：「為何妳煎的魚總是沒有頭和尾巴呢？」太太沉思了一會回答道：「我也不知道耶！我在我家吃的魚就是這樣。」事後，先生藉著機會向岳母討教一番，煎魚的謎題才揭曉，原來以前家裡只買得起小鍋子，無法將一條完整的魚身放進去，僅能將魚去頭去尾才煎得熟，日子一久，吃魚不吃頭尾這件事也就深根蒂固在孩子的心中。

每每我在分享這生活實例時，都不禁讓人莞爾一笑，有人告訴我：「換了大鍋子就應該要變通呀！」也有人取笑太太傻呼呼的。但，若我們所接觸的生活就是這麼自然而然，沒有新的刺激，又如何能在認知上有所改變呢？

而「家」正是一個讓我們的觀點、想法、態度在不知不覺中被影響的地方。一對夫妻曾為了要生幾個孩子吵得兇，太太堅持只生一個，先生卻覺得一個孩子太孤單，兩人一度為此冷戰。後來才發現原來太太心裡有一個結，有四個兄弟姊妹的她，在成長的過程中一直覺得被忽略，並認為父母偏心，因此下定決心以後只生一個孩子，好讓這孩子擁有完全的愛。由此我們可以發現她的決定並非當下一時衝動，而是從小累積了傷與痛，以致發展出一種保護自己及未來孩子的方式。

人的「本來」本來就不一樣，當我們能看見原生家庭對我們的影響時，不僅能夠幫助自己，也可以體會對方，進而轉變我們看待事情的角度，為愛點燃一盞燈！

總編輯

鄧皓引

敬上

2013.8. Focus on the Family, Taiwan

讀者迴響

把愛放在對的位置

李怡萱

今年3月《愛家》雜誌的專題內容讓我非常認同並且感同身受。在現在這個價值觀開放、資訊發達的社會中，每一個孩子都能夠更多元地去接收訊息，從中找到一塊屬於自己的天地。

而父母和孩子之間相處的最大問題往往是大人們常用自以為的方式來保護孩子，因

為愛，所以幫他們決定要走什麼樣的路；因為愛，總希望孩子永遠在自己的視線範圍內，結果最後也因為這份限制的愛，傷害了彼此。大人應該要適時放手，看見孩子的獨特性，讓他們去闖一闖，找到一條屬於自己的道路。

《愛家》雜誌是否觸動了您的心？您最喜歡哪篇專欄或文章？歡迎分享您對《愛家》雜誌的想法、感言，文長300字以內。來稿請寄**台北市大安區仁愛路四段68號6樓之1**或**email至info@family.org.tw**，亦可傳Facebook訊息給**愛家文化事業基金會**。稿件一經刊登，即贈愛家真皮浮雕手機吊飾乙個或《幸福快遞》乙本。



在新家庭的 建立中彼此成全

一生當中，對我們影響最早、最有力，也持續最久的，就是「原生家庭」，而每個人都會長大，終究要離開父母的保護傘，學習與另一半建立起新家庭……。

社團法人台灣幸福家庭職能發展協會祕書長 鄧慧文

凡走過必留下痕跡

從童年、青少年、成年到結婚建立新家庭之前，我們的生活習慣、人格特質、情緒表達、價值觀……，受到環境與原生家庭的影響甚深，有些成為根深蒂固的模式；有些則成為我們的信念，當這些影響成為習慣後，想要改變可能不容易，當然也會對新家庭的建立帶來影響。

原生家庭對建立新家庭包含正負面的影響，例如：新家庭中出現原生家庭的優良教養與品性、溫暖的待人方式等正面影響；而負面影響則是因為相處出現碰撞或摩擦，有些是因生活習慣，如：家人間互動的親密度與彈性度；有些是因價值觀，如：對工作、金錢、婚姻、子女教養態度等等的差異；有些是因對角色不同的認知與期望，如：與父母同住或搬出去、是否給父母生活費等等，這些常常影響新家庭的建立，甚至造成親密關係的衝突。

建立新家庭的四項建議

一、發展健全人格：新家庭成員願意不斷學習並發展健全人格，是很重要的第一步。不同原生家庭的關係模式、家庭文化，規則自然不同，兩個來自完全不同原生家庭的人，帶著各自家庭的影子組成新家庭，如同在漆黑的房間裡，共跳一支很難的探戈舞。雖然受到環境與原生家庭的影響，但我們有選擇的能力，我們可以選擇不成熟、不改變，也可以選擇將幸福快樂掌握在自己手中。



二、長大成熟，離開原生家庭：離開原生家庭之意，不只是離開家、建立自己的新家庭，更意味著在心理、情感、經濟上的獨立自主，在父母面前，成為一個獨立自主的人。組織新家庭時必須學習獨立出原生家庭，轉而去認同接納新家庭，若遇困難，可以主動尋求父母看法，但不依賴或只聽父母意見，同時應顧慮配偶的想法，這才是真正的長大成熟。

三、不批評配偶原生家庭及成員：提及配偶原生家庭時，說話要格外小心，用尊重的方式對待他人，不要對其成員有所批評。當原生家庭不尊重你的新家庭時，可以溫柔堅定地表達，不需說服對方，例如：如果對方一定要說你錯，這時我們可以禮貌但清楚地表示：「我不這麼認為。但我不想談這個話題。」重要的不是爭論誰對誰錯，也不是強迫對方配合，而是尋找出最適合的相處方法。

四、彼此成全：認識新家庭成員彼此內在的心理狀態，也是解決衝突、建立親密關係過程中不可缺少的環節。從不同的角度去觀察、分享與認識，有助於彼此的調適，並在問題中作出成熟且正確的抉擇，進而減少差異與衝突；雙方也可藉著情緒被引發的機會，跳脫原生家庭的負面影響，意識到這些問題會深深影響彼此的關係。

搭起良好關係的橋樑

當我們建立新家庭後，如何與原生家庭保持有點黏又不會太黏的關係，是一項不易學習的功課。以下分享維持新家庭與原生家庭良好關係的方法與態度：

一、孝敬雙方原生家庭父母：建立新家庭後，要做好時間管理，願為對方著想，去孝敬對方父母。想想今日新家庭能建立是因為原生家庭父母的養育，所以，對父母的孝敬感恩是理所當然的。絕不可因父母年紀大了，身體行動不便就藐視他。父母有人生寶貴的經驗，是智慧的結晶，尊榮父母將帶來祝福。

二、傾聽父母說話：放下自己的喜好，坐下來陪父母看他們喜歡的電視節目，陪他們一起歡笑。父母內心深處會因為看到孩子圍繞身邊而開心。若父母說了你不聽的話語，請學習靜靜地聽，別表現出不屑、看不起的样子；相反地，我們還可以對父母描述外面的世界，平和地說出正確的觀念。

三、在父母面前別發脾氣：在父母面前耍脾氣是愚昧、不成熟的表現，特別是若和配偶吵架，不該把自己的情緒發洩在父母身上，也不要遷怒於配偶的父母。



2013.8. Focus on the Family, Taiwan

雜誌主題專訪於
8月20日上午10點10分，
於漢聲電台《愛家總動員》
節目播出。

漢聲電台頻率表：

北部 106.5	花蓮 104.5
高屏 107.3	嘉南 101.3
宜蘭 106.5	關山 105.3
台東 105.3	中部 104.5
金門 107.3	

原生家庭孕育了什麼——追溯篇

人生最美的風景——我的家

在人生歲月中，許多事情需要等待、琢磨、灌溉，尤其是在與人的關係上更是如此，因此我們珍惜與對方成為家人的緣分。

梁慧雯

說起我的原生家庭，它就像故事般填滿我的記憶，深深影響我的處事與人生。我的母親慈藹和善，總是給予溫暖的陪伴與支持，而嚴父對我們生活中的禮儀及品格則是嚴格要求，自然這些價值觀內化於心，在生命歲月中給予深沉的滋養。

原生家庭大不同

直到結了婚、與先生建立新的家庭後，才發現要去適應新的生活與價值觀是如此艱難。外子與我的原生家庭有如天壤之別，他的父母因忙於工作，對養兒育女毫無心思，面對壓力或在疲累之後，打罵已成家常便飯。早年又因被朋友欺騙而傾家蕩產，因此認為錢財才是唯一，事事都以金錢衡量價值，這樣扭曲的觀念充斥著他的原生家庭，更成為我們建立新家庭後的大挑戰，許多的生活規矩及差異讓我有好一段時間都無法接納。

漸漸地，我與外子的衝突也在心裡蔓延開來，雖無形於外的爭吵，心裡卻有著跨越不過的障礙，例如：夫家人的表達不夠有禮，我便心生不悅。當外子與我的家人相處時，覺得岳父自恃甚高，驕傲得難以親近。而最大的挑戰更在小孩的教養觀念及做法上爆發。

為關係開啓另一扇窗

好在我們有著相同的信仰，上帝總在我們心裡為對方開扇門窗，我選擇誠實地表達委屈與擔心，而外子也卸下心防，說明原生家庭對他的負面影響，於是我們決定往後遇見差異時，先不以負面的思維來解釋，而是去檢視問題背後的起因，進而轉化成明白與接納，雖然不是每次都能馬上成功，但我們都知道要學習用上帝的眼光，寬容慈愛地看待對方的家庭背景。

在人生歲月中，許多事情需要等待、琢磨、灌溉，尤其是在與人的關係上更是如此，因此我們珍惜與對方成為家人的緣分，並且感謝在這條路上有雙肩膀可以依靠，彼此同甘共苦，學習相互尊重與欣賞，這條路何嘗不就是人生路上最美的風景？

營造幸福續航力

某天，我隨口問已婚兩年的大兒子：「你從我們家裡把什麼帶入你的新家庭？」他立刻回答：「重視家庭價值，夫妻彼此忠誠。」

陳雪晴

家務分工的藝術

我家男主人二十九年前就秉持夫妻一體，家庭優先的理念，一結婚便主動和我討論家事如何分工，例如：我負責煮飯，他洗碗收拾……。我很喜歡他說的真心話：「家事是大家的事。做家事本來就是我的事，不是幫妳做的。」有了孩子後，他怕我忙不過來，下班後立刻回家，一起照顧嬰兒。而這二十九年來，他對這理念一直奉行不悖。

此外，他也曾教導兒子吃完飯不必等人吩咐，能主動收拾、洗碗才是合宜的態度。如今我看到大兒子在他的新家庭中，也確實活出夫妻同為一體，彼此委身的關係，並將「家事就是我的事」貫徹始終。小倆口因此十分親密和睦，著實讓我看眼裡，甜在心裡。

奠定穩固親子關係

我生產時已在高中任教兼導師有年，當時高雄市開風氣之先，剛立下「教師可以請育嬰假」的院轄市單行法不久。我深知孩子早年教育關愛的重要，因此就在生小兒子的時候請了兩年育嬰假。這兩年給予我非常大的幫助，除了學習到許多經營家庭、教養幼兒的方法，更和孩子建立起很深的連結關係。若是缺了這段過程，我們的夫妻、親子關係可能不會這麼好。現在，我的孩子剛成為新手爸媽，他們也認為用心經營家庭是重要的事，決定像我一樣，由夫婦其中一人請育嬰假照顧孩子。

美國創新大師克里斯汀生在《你要如何衡量你的人生》書中說：「在家庭生活投資時間和精力所得到的回饋，當然不如職場的成就那麼顯而易見；然而只有家庭生活能帶給你長久的快樂。」當我們看重並優先選擇用心建立、經營一個和諧甜蜜的家，它將讓我們此生無悔。



愛家好好讀



《傾聽就是愛》

黃維仁 著

定價：NT\$150 元

傾聽就是愛

——為愛點燃一盞燈

人人都渴望擁有親密、良好的關係，然而在情感的世界裡，太過親密容易受傷，太過疏離又會感到孤單……。其實，愛是一份來自上天的特殊禮物，永遠值得我們好好地去學習與珍惜。

愛家出版編輯部 陳子揚

俗語說：「相愛容易相處難。」這句話不僅適用於夫妻、親子關係，與朋友、同事間的相處也常是生活中會遭遇到的難題。一般來說，人與人之間的關係愈親近，愈容易發生衝突；而每個人的生長背景與價值觀不盡相同，一旦以自身的標準去看待、衡量彼此間的差異，很可能會產生出誤解，衝突也就一觸即發。

學習關係經營祕訣

既然誤解與衝突是人際關係中無可避免的事情，故如何處理衝突就成了雙方關係健康與否的關鍵。其實，衝突的發生大多是彼此看事情的角度與價值觀不一致，並沒有所謂的「對錯」；與其為了爭勝、爭理而傷了雙方的感情，不如選擇釋出善意，以尊重的態度傾聽對方的心聲，並溫和地表達自己的想法，幫助彼此一同走向雙贏。

本書作者黃維仁博士有鑑於華人文化對於情感的表現較含蓄，且不擅長用言語表達親密與處理衝突，因此特別整合了過去三十年最尖端的臨床實證研究，融合各種婚姻治療課程之精華，發展出專屬華人的婚戀情商與自我成長課程——「親密之旅」，幫助華人學習認識自己、了解他人。《傾聽就是愛》一書集結了

親密之旅十二堂課的內容精華，期望藉由對於課程的重點教導與提醒，能成為親密之旅帶領人、團體成員的輔助材料；此外，凡有心想經營親密與人際關係的讀者，也能透過本書的觀念與原則而獲益良多。

改變從調整自我開始

黃維仁博士也談論了許多觀念，例如：我們的言行舉止常在不知不覺中受到原生家庭的影響，可能是模仿父母的一些行為，或是反其道而行，刻意避免做某些事情。書中提到有一位非常疼愛孩子的母親，在孩子鋼琴彈錯時會很生氣地責備孩子，原來是因為以前她做錯事情時，總是會被父親以凶狠的態度指責，所以她也在不知不覺間學會用這種方式來對待別人。在了解生命問題的根源後，便能開始調整心理按鈕、內在誓言，為自己帶來新的改變。

想擁有良好的婚姻與人際關係不能單靠運氣，更要學習愛與被愛；但我們並不是要愛得更努力，而是要愛得更有智慧。本書循序漸進地教導我們在各方面學習超越自己，客觀地檢視人我關係互動的舞步，進一步與人建立起有意義的愛之連結，幫助彼此在愛中成長！



TAIPEI WAN HUA COMMUNITY COLLEGE

社區成長與環境

生命教育與心靈成長

上班族領導力

資訊應用

國際文化

精緻文化與生活品味

衛保體能

臺北市萬華社區大學

秋季班招生

十八週人生必修課

102/09/02起

全新登場

受理報名時間及方式

周一至周五14:00-21:30

周六09:00-16:30

攜帶身分證、1吋照片兩張、費用親臨報名現場。

※102年6月24日起，開放舊生報名；7月6日前舊生學

分費優惠95折（不適用學分費2000元及1500元等推廣課程）

※102年7月6日起，開放新生報名【7/6為成果展暨招生博覽會（報名者免收200元報名費）當日】

※暑假報名期間102年7月15日至8月30日

週一至週五（龍山國中校區）下午2點30分至晚上9點30分（週末假日不開放報名）

※報名截止日期為102年10月5日（六）【依據教育局核定公告為主】

報名費用

報名費：200元

製證費：100元

學分費：3000元

雜費另計

承辦學校地址及聯絡電話

龍山國中校區-臺北市萬華區南寧路46號

電話 (02) 23064267

萬華國中校區-臺北市萬華區西藏路201號

電話 (02) 23394567*194

學校網址: Whcc.org.tw

主辦單位: 臺北市政府教育局





申請人了解本會蒐集個人資料聲明

記得去年九月小學剛開學之際，教會有位姐妹跟我說：「我因為無法供應孩子好的學習，覺得好痛苦。」澄清後，得知孩子在放學回家後對她說：「我知道家裡窮，所以選擇免費的社團，捨棄原先喜歡的社團。」這位姐妹是既心痛又內疚，生氣自己「無能」的忿怒情緒，就轉移到孩子身上。於是，她斥責孩子說：「窮是我的事，你管什麼？想學什麼就去學啊！」

結果，孩子默然離去，帶給這位姐妹更深的痛苦。協談中，我同理並指出這位姐妹在貧困環境下展現的美好特質及正面的學習。最後，請她務必告訴孩子：「我們家確實很窮，但因為有一個體貼的孩子而富有！」這樣做的目的，是要讓孩子知道自己有能力接受生命中的現實，並且看見自己生命中的資源與能量。

上述的例子告訴我們，這位姐妹在成長過程中，對窮的自卑、對原生家庭無法供應學習的遺憾及自己一定要被看得起的「內在誓言」，被孩子觸動了！她的眼睛所看見的，不是孩子的靈魂；感受到的，不是孩子內在的渴望及需要，而是自己童年的缺憾及內心對貧窮自卑的情緒按鈕。由此可知，原生家庭對一個人的影響，不僅是個性、價值觀、人際關係、溝通模式，也會影響對孩子的教養。

愛家 Q & A

談教養前，先談談原生家庭

宇宙光關輔中心特約輔導員 周玉筍



常聽人說原生家庭會影響自己教養孩子，該怎麼知道「它」的存在及影響呢？



我們需要自我省察並走過原生家庭的創傷，了解在自己的成長過程中到底發生了什麼事，然後用現在較成熟、較客觀的眼光重新檢視過去所發生的事情。

2013.8, Focus on the Family, Taiwan

根據親職諮商的經驗，我確實發現原生家庭對管教孩子有極大的影響。例如：過去曾被父母嚴苛對待的人，在成為父母後，不是傾向重覆嚴厲的模式，就是過度溺愛；身上帶著過去傷痕的父母，若不懂如何面對自己的問題，將比較不能容忍孩子的負面情緒。那麼，我們可以怎麼做呢？

一、將「過激」的情緒，當成再次成長的鏡子：我們必須承認「情緒按鈕」及「內在誓言」的存在，並試著解決它。如此就能了解自身許多行為和反應的起因，進而讓自己有機會拆除並成長，而非怪罪孩子。我們需要真心地接納自己，關照自己的內在需要，且妥善處理起伏變化的情緒，如此才能真正且適切滿足孩子的需求！

二、原諒自己及父母：我們必須認知到自己和父母都是有缺點的人，接納自己的童年，以此作為生命的資源加以運用。當我們可以不用批判的眼光看自己與父母時，就能不再以功能不良的對應模式做出教養上即時的反應，而是對孩子的行為做出理性的引導。

名人愛家情

愛是一生 學習的功課

張茂松口述 / 謝佳君整理

大學四年級的張茂松是學校團契裡的領袖，當時一心一意想服事上帝的他，原本沒有交女朋友的打算，直到某天的黃昏時分，張茂松在一位宣教士的家裡，目睹一位紮著馬尾辮子的女孩從夕陽中出現，那優美的倩影讓他完全呆住了，「人間怎麼會有這麼美麗的女孩子！」就是那個瞬間，決定了兩人的一生；曾經滄海難為水，四十三年來張茂松對妻子的愛從未改變過。

成功背後的無私推手

張茂松牧師與陳耀欽師母的相識過程有如偶像劇般浪漫，但要攜手共度一生、結為夫妻卻不容易。當年張茂松只是個剛出社會打拚的年輕傳道人，薪水微薄、入不敷出；反觀師母家境富裕，雙方差距極大，然而師母依然堅持嫁給張茂松，並且無怨無悔地陪伴、扶持他直到如今。

猶記得在二十幾年前，當時許多人都很嚮往去美國生活，張茂松夫妻也不例外，曾考慮過到美國發展。只是當時新店行道會正在蓋禮拜堂，張牧師實在是放不下台灣的教會工作，他坦承：「我比其他人的膽小，因為怕得罪上帝，所以不敢丟下教會一走了之！」經過一番掙扎，兩人決定由師母帶孩子前往美國，張茂松則守在台灣牧養教會，也因為這個決定，牧師和自己的家庭分隔兩地，一分開就是十幾年。

陳耀欽師母為了維繫分隔兩地的家庭關係，曾付出許多心力。初到美國時，要撫養三個小孩的她一天打三個工，且由於三個孩子上下課時間都不一樣，她必須分三個時段輪流接送，再抓緊時間去上班。此外，為了幫助孩子與父親不因距離產生隔閡，她常陪孩子一起聽張茂松牧師的信息錄音帶，讓在美國生活的孩子仍能與父親保持「聯繫」。當最小的女兒一上大學，師母就毅然拋下美國高薪工作，立刻買機票回台灣和牧師相聚。回憶師母的種種付出與對自己傳道工作的支持，張牧師至今仍是感動不已。



原本他期望成為像父親一樣英勇的軍人，後來卻做了屬靈戰場上的勇士，為上帝打造屬神的國度；為了讓更多人認識神的愛，更創立了「新希望基金會」致力於社會福利工作。有人稱他「靈魂師傅」，為許多生命找到愛、喜悅與夢想之路，他，就是新店行道會的拓荒者——張茂松牧師。



張茂松 提供

家庭傳遞生命態度

而張茂松牧師之所以如此看重傳道工作，或許和原生家庭帶給他的影響有關。他的父親是軍人，在第二次國共內戰時曾帶領軍隊在東北鞍山打仗；當時父親告訴帶著女兒、懷著他的母親說：「現在我不能夠照顧妳，我只能夠照顧我的部隊。」父親將國家的責任扛在身上，以致沒有餘力照顧家人。「父親守著部隊，我則守著教會。」張茂松回想起開拓教會的前幾年，發現自己的情況與父親相似，他忍著和家人分離的痛苦，一心希望傳福音的工作能夠拓展。

原生家庭影響了張茂松牧師，而他也影響了自己的孩子。張牧師的兒子看見牧者們生命的改變與服事，也羨慕並立志成為傳道人。一開始張茂松因為望子成龍、求好心切，對兒子事工上的表現百般嚴厲，使得孩子缺乏信心。反省過後，他改用溫柔的態度對待兒子，兒子也因父親的放手與支持變得有自信，在教會事工上做出很多貢獻。

找到通往親密的道路

回想從前忙著顧教會，張茂松牧師說：「我這輩子沒有對不起教會和弟兄姐妹，但我對妻子和兒女感到很虧欠。」夫妻倆為了教會的事工曾有很長一段時間沒有聚在一起，更使張茂松一度忘了自己是已婚的人，他自嘲道：「師母不在時，我是奧古斯丁『神父』；當她回來時，我是馬丁·路德『牧師』！」也因此，在十多年前師母剛回到台灣時，結婚許久的兩人再次經歷了一段磨合期，重新學習雙方該如何進行溝通。

這幾年透過親密之旅的洗禮，加上思想逐漸成熟，張茂松牧師開始誠實面對自己的感覺，傾聽內心深處的聲音，也因此有許多學習與收穫，「不管是夫妻或同工間的相處，大家在乎的不外乎兩件事情——『我可愛嗎？我有用嗎？』滿足這兩件事情非常重要，當我們滿足對方後，對方也會有所回饋。」

張茂松牧師從前比較愛講道理，後來才懂得人際關係不光是講道理，更要談感覺，他說：「要維持一段品質良好的關係，就得先投資、多存款，而不是一直提款。」現在，當妻子有情緒時，他不再是以講道理去解決，而願意先去接納她的情緒，並為兩人的關係存款。在親密之旅的幫助下，張茂松牧師經歷到家庭幸福的美好，家人間的關係也確實變得更加緊密。



給家人的話

- 給父母：感謝父親留下了好榜樣。謝謝母親一直守著這個家，辛苦了！
- 給妻子及兒女：你們是我生命中最大的寶藏，也是我永遠的愛和安慰，沒有你們我的生命就沒意義。

愛家行動

- 優先次序要記得，家人一定是擺在最前面。
- 不管孩子做得如何，對他們要完全接納。



成為孩子的楷模與榜樣

——《勇氣之名》影觀

當你研究我們國家中正在發生的事情：犯罪、槍殺、毒品、暴力、未婚懷孕，一個孩子生活中是否出現這些問題，首要的預報器是其父親是否在家中。

國立臺灣師範大學教育學系教授 方永泉

「勇氣之名」是影壇中少見以父親角色及責任為主題，並且進行有系統探討的電影。為了呈現「勇氣」這個「陽剛性」十足的主題，本片選擇了四個警察「父親」作為主角，後來又加入一位工廠經理。這五位主角，除了既有的工作外，他們同時也具備另一個共同的角色——父親。

人生旅途中的試煉

五個人因同樣的信仰，結為好友，他們經常聚會聊天，維繫彼此的情誼。但在看似平靜的外表下，五個人卻皆有不同的生命難題要面對。亞當原本家庭美滿，有雙可愛的兒女，但九歲女兒卻在某次車禍中遭酒醉駕駛撞成重傷，不幸逝世，他的內心始終難以平復。南森是個盡心管教兒女的父親，但他心中一直有個放不下的過去，就是自己的父親從未盡責好好養育過他，甚至在其年幼時就將他拋棄。大衛是個看似沒有家累的年輕警員，但背後卻有段不堪回首的往事——他曾未婚生女，一直不敢面對過去、總是在逃避的他從沒有一天盡到父親的責任。馬丁尼斯有顆單純



良善的心，好不容易有份安定的工作，同時也受到廠長的賞識，就在這時，他反而受到了試煉，廠長要求他必須少報生產數量，否則就不擢升他。宣是個離婚的單親爸爸，一直覺得自己經濟負擔沉重，因此不惜鋌而走險，違背了與亞當等人的「承諾」，犯下侵占贓物的重罪。面對好友宣的觸法，亞當究竟該如何抉擇？他似乎陷入了一個難解的習題中……。

勇氣來自信仰與責任

嚴格說來，這部電影的情節並不複雜，不過它透過五個主角不同的生命難題與角度，有技巧地剖析了「勇氣」的真諦。「勇氣」是個看似簡單，實際上卻又需要深思的一種行為與德性。勇氣的展現並不只是一無所懼的「血氣之勇」，像是本片中所呈現的「警察抓小偷」的外在英勇那樣，更應該是在面臨生命中真實限制與難關時，能夠作出堅定與正確抉擇的「存在勇氣」。

生命中的每一道難關，都是我們要學習的功課，而對難關所進行的突破，就成為我們必須展現的「勇氣」。對於宣來說，他要學習的勇氣是「戰勝誘惑，認罪悔改」；對於大衛來說，他要學習的則是「面對過去，誠心補過」；對於馬丁尼斯來說，他要學習的是「堅定信念，正確選擇」；對於南森來說，他要學習的是「放下怨恨，寬恕別人」；對於亞當來說，他要學習的功課則是「超越苦難，克服懷疑」。五個主角分別呈現了不同層次的「勇氣」，同時也突顯了勇氣真正的根基和動力——「信仰」與「責任」。

勇於面對不完美

一個真正有勇氣的人，並不怯於承認自己軟弱與需要依靠，也不會對於過去視而不見。相反地，他知道自己信念和信仰究竟植根於何處，也深切體認自己所依循的價值標準究竟為何，更願意針對以往所犯的過錯主動進行改正。一個有勇氣的父親，是一個願意「承擔」

的父親，且對於自己的子女與家庭生活的維繫擁有最多的責任與承諾。父親要致力於成為家庭裡的「頭」，但這個「頭」不是一個只知發號施令的「頭領」，而是一個能夠主動帶領家庭度過難關，成為家庭生活中最穩定勇敢支柱力量的「表率」。

在《勇氣之名》中，我們不僅了解到勇氣的真諦，也看見責任對於一個父親的必要性！（圖片由得利影視提供）



親子動動腦：

【問題對焦】

1. 你覺得五位主角中，哪些稱得上是「好父親」，為什麼？
2. 南森不讓自己的女兒去約會，你覺得他會不會管得太嚴？他的出發點是什麼？

【經驗擴充】

1. 在你印象中，「好父親」通常擁有哪些特質？
2. 你有沒有曾經被長輩管教的經驗？當時的心情是什麼？

【思考連結】

1. 你認為一位父親要有好榜樣，應該如何具體做到？
2. 在「父母不要管我」和「父母管我比較嚴」之間，你寧可選擇哪一樣？為什麼？有沒有第三種可能？

【精心發現】

※看完整部片後，你對於「勇氣」的想法有何改變？你認為真正的「勇敢」是什麼？

原生家庭關鍵解碼

原生家庭的解碼關鍵在於重返過去，深刻了解現今的我絕對與過去脫離不了任何關係，進而撫育傷痕，切斷往事的負向影響力，方能掙脫過往如影隨形般的鬼魅。

陽明大學心理諮商中心兼任輔導老師
杏陵醫學基金會特約講師 丁介陶

在成長的過程中，總有些力量影響我們的發展，其中最明顯的就是原生家庭。在電影《愛》中有個片段是方柔伊（舒淇飾）與李小寬（阮經天飾）敞開心扉談話。方柔伊娓娓道出之所以選擇被包養的生活，是因母親曾在她讀大學時為人作保，結果被倒了六千萬。從此，方柔伊開始覺得錢很重要，可以為人帶來安全感與幸福。

原生家庭之軌跡與影響

經濟方面對人便影響如斯，更何況其他層面的影響？因此，原生家庭的力量甚至深入到一個人對情緒的表達、成功的追求、性的觀點、憤怒的爆發……等部分。紐約新生命團契教會的主任牧師彼得·史卡吉羅（Pete Scazzero）曾語重心長地說：「我們往往低估原生家庭烙印在我們身上深刻又不自覺的痕跡，事實上，根據我的觀察，唯有年紀漸長，才能了解家庭影響之深遠。」

我在年紀漸長後，才體會到原生家庭對自己的影響。好比說我的脾氣，有時沒來由的大，孩子就會嘸起嘴對我說：「你可不可以不要那麼大聲講話，有話好好說。」從脾氣的釋放可以看見父親在我身上留下的影子。在我成長的過程中，父親一向有話就說，每當不順其意，

動輒咆哮與責打。我發現自己承襲了他留給我的人生遺產，其中有好有壞，壞的是我與父親同有脾氣火爆的傾向；好的是父子都很看重與朋友的交情。至於如何留下好的影響，修正壞的遺傳，則需要進行「穿牆之旅」。

掙脫過去痛苦束縛

史卡吉羅牧師提出「穿越痛苦之牆」的說法，亦即突破個人的心靈黑夜，方能解除原生家庭帶給人負面的影響力。這有時是透過回顧而生的頓悟，將之打破，方能獲得新生。治療師泰瑞斯·瑞爾（Terrence Rea）則會在協助當事人進行回溯之旅時，要求對方與過去的自己有所接觸，從中感覺從前的傷痕；他認為一個人想從原生家庭復原，必須穿越廢墟，若沒有對自己有深刻的了解，是難以繼續向前邁進的。

綜合史卡吉羅牧師與瑞爾治療師的觀點，原生家庭的解碼關鍵在於重返過去，深刻了解現今的我絕對與過去脫離不了任何關係，進而治癒傷痕，切斷往事的負向影響力，方能掙脫過往如影隨形般的鬼魅。儘管過程是撕心裂肺，但最終將如浴火鳳凰般重生。痛苦的過程就如同爬山一樣有高有低，且非一時半刻就能結束，然而當旅程結束時，就是復原之刻。

遊樂園中尋找法國藍帶的美味

接近中午時刻，傳來陣陣飄香，服務人員忙進忙出，為飢腸轆轆的食客們現做、現烤，而大家等候著的就是這一味，由法國藍帶主廚量身打造的手工披薩！

位於桃園龍潭的小人國主題樂園今年夏天很不一樣！除了園內最好玩、最清涼的「哈哇呷玩水節」主題活動吸引大量遊客前來消暑一番，於七月份全新開幕的小人國「美味樂」PIZZA店，更是今夏最熱門的美食新焦點！

「美味樂」引進法國藍帶專業主廚量身訂做的十吋手工薄皮披薩，秉持著現點現做現烤的堅持，以精準的烤爐溫度烘烤，層層溶化披薩上的滿滿起司，打造饕客級的美味！香濃綜合起司、生鮮番茄蘑菇、香氣十足燻雞乳酪到經典夏威夷，熱騰騰地出爐，道道令人垂涎三尺，忍不住一口咬下，乳酪牽絲不說，滿嘴濃郁在嘴裡立刻化開，真的是——一吃就上癮！想不到遊樂園中也能找尋到法國藍帶級的好滋味！

如此美味，小人國也不私藏，特別將店面設在園區外部，讓不論是入園遊玩的遊客，還是慕名而來的饕客，都能品嚐到法國藍帶的好味道！店內亦提供多種下午茶小點，小朋友最愛的吉拿棒、香蕉核桃馬芬、甜到心坎裡的巧克力聖代等。找個愜意的假期，或許瘋樂園一下，或許放慢腳步，邀約您的伴侶或三五好友們一起到「美味樂」，來個不一樣的遊樂園下午茶吧！

2013.8. Focus on the Family, Taiwan

美味樂

餐廳營業時間

平日：09:00~20:00

假日：09:00~20:30

(時間異動依小人國營業時間為準)

服務專線：03-4717211~6



小人國

哈哇呷玩水節

102/06/23~9/8

特價

399

元

水陸雙享 一票到底

(原價799元)

享特價再送

哈哇呷
花環

持本優惠券至小人國現場購買三張門票，即可獲得哈哇呷花環乙個。本優惠券限用正本、影印無效，團體不適用，每券限用乙次，有效至102/9/8止。本優惠券恕無法與其他優惠方案合併使用，小人國保留修改活動內容之權利。



15