



臺南市家庭教育中心  
Family Education Center, Tainan City

# i.家

2017  
*i=Information*  
秋季號





# 心·家目錄 秋季號

## CONTENTS

### 專題論述

2 現代家庭的新家人關係

### 一般論述《社會組》

4 恢復孝順的能力

6 社會環境變遷中的孝道

8 科技文化反哺

9 孝道之家

10 突破親子間的那道鴻溝

12 學習，讓愛不止息

### 一般論述《高年級組》

13 文化反哺 代溝消弭 孝道流傳

14 家中的神祕客～搭起親情的橋樑

15 「孝順」是一種體貼、關懷的行動

### 回家專欄

16 徬徨路上的聲音

18 家

19 我的幸福

### 資源網路

21 各局處室相關資源連結





## 現代家庭的新家人關係

國立空中大學生活科學系兼任講師 蘇森永

**原來，那個讓主角有很多不解與偶爾不耐的叮嚀—媽媽的「嘸通」，早已深植主角的內心。**

「直到當了爸爸，才明白媽媽的『嘸通』，都是對平安的執著」，這是農曆七月的應景廣告，「嘸通」是這個家庭的隱藏規則。家庭是一個規則管理的系統，因此有許多管理的規則，這些規則中，有些是公開的，如：子女們應該在幾點鐘之前回家；有些規則是隱藏的，雖不說，但家人都知道，如：小孩「有耳無嘴」（周麗端，2016）。廣告隨著主角的成長歷程展開，女兒一句：「爸爸，什麼時候去海邊玩？」，在主角的媽媽喊出「吔！」時，他搶先說出：「嘸通，七月是什麼時候，嘸通玩水。」，媽媽的欣慰神情與主角的覺察表情，說明了世代互動的家庭規則，原來，那個讓主角有很多不解與偶爾不耐的叮嚀—媽媽的「嘸通」，早已深植主角的內心。廣告中的親子互動，有人會提出質疑：看似媽媽的關心，有時會不會是「情緒勒索」的包裝？走在家庭教育路上，我們相信的是：主角與媽媽親子情感銀行裡的愛的存款應該十分豐厚，不然，怎禁得起一味的「嘸通」！

### 伴侶關係是婚姻家庭的主體

家人關係是要經營的。在現代家庭的互動倫理中，親子相互關愛與子女主動的文化反哺、夫妻互惠與平權的關係、合作與友愛的手足關係（周麗端，2016），都是現代家庭需要學習的課題。家人關係是從「親密」開始發展的，這是與生俱來的，但卻不是自

然就會好。親密關係需要不斷地努力經營，親密感才會愈來愈好。家庭是孩子建立「親密感」的開端。伴侶組成婚姻家庭後，當第一個孩子出生，兩人便進入了家庭生命週期的擴展期，也就是所謂的「共親職時期」。孩子的出現可能會影響到伴侶關係。很多伴侶將孩子的成長視為婚姻家庭的首要任務，有了孩子，卻忘了關照另一半，致使孩子成了影響兩人關係的「隱形第三者」，加上生活與經濟的壓力，常常會讓伴侶關係陷入緊張。當伴侶關係不穩定時，首當其衝影響的是親子關係。辦理新婚教育時，我們總會不斷地提醒伴侶們：「成為伴侶之後，才是戀愛的開始」、「婚姻家庭優先，感恩原生家庭」和「穩定的伴侶關係是給孩子的最大祝福」。婚姻家庭是孩子的原生家庭，也是他們安全感與親密感的源頭，而伴侶關係是婚姻家庭的主體，唯有穩定的伴侶關係，親子之間才可能有健康的關係。

### 「陪伴」是共親職的重要功課

現代的親職角色要隨著孩子的成長階段不斷更新。父母陪伴孩子的時間會隨著孩子的成長階段而改變，大致可分為四個階段：新手父母階段、家有學齡前兒童階段、家有學齡兒童階段和家有青少年階段，每個階段都有不同的發展任務。「陪伴」，是共親職時期共同且重要的議題。孩子的成長只有一次，不會有第二次的機會。大家都期待孩子





是帶著我們的祝福來到這個世界，所以，我們教養孩子絕對不是爲了生氣而來。讓維護孩子最佳利益的主張不再是口號，將其化爲行動，這將是身爲父母的最大善意。陪伴孩子一起成長吧！

### 全家共讀 同樂 一起動一動

3C產品是現代家庭生活不可或缺的工具。家人之間的互動，似乎已被3C這個「虛擬的第三者」制約，不時地查看手機的「紅色警示」。通訊軟體的貼圖十分便利，感覺也簡單易懂，但如果想把關心的話語說得更清楚些，家人可能要多花些時間，讓彼此的互動多些溫度。3C是一股擋不住的浪潮，可否讓3C爲家庭生活加分，是大家可以思考的議題。教育部自民國105年開始提倡「善用3C，幸福3T」—全家共讀、同樂、一起動一動，同時，也建置了三個可以讓家人互動更有技巧，並增進家人感情的網站：iLove戀愛時光地圖、iCoparenting和樂共親職和iMyfamily愛我們的家，期待透過學習的連結，讓3C不再只是影響家人關係的壞東西，而是可以善用它、親近它，讓它成爲家庭的有利資源。

### 學習 讓我們更相愛

瞭解家人和關懷家人，是每一個人都要學習的功課。世界的腳步愈快，心要愈靜。家人的關係可能隨著環境的刺激而改變，但家庭的功能與價值是我們必須守護的，如果可以讓家人關係有更好的可能，我們都要試著努力。不管家庭如何變遷？科技如何進步？家人關係互動的基礎：尊重與瞭解，始終都要放在最前面。學習，是家人關係的加油站。努力更好的自己，爲了愛，我們要不斷地前進，讓家成爲學習型組織，家人的關係將更會更加親近。

### 善用「愛之語」

想要有良好的家人互動，其實，是有辦法的。善用Gary Chapman的五種「愛之語（love language）」：肯定的言語、精心的時刻、貼心的禮物、服務的行動和身體的接觸，透過「愛的語言檢測」可以清楚自己和家人可以感受到愛的方式，適當的表達情感語言，對於家人關係會有不錯的加溫效果。

### 「愛家123」一起來

忙碌的生活佔據了你大部分的時間嗎？再忙都要和家人說說話。每天找「1」個時間，和家人分享一天生活中的「2」件事，分享後，給家人「3」個鼓勵或「3」分鐘的擁抱，這就是所謂的「愛家123」。愛的行動要時時做、天天做，持之以恆，相信家人會因彼此的用心與投入，讓關係溫穩流長。

面對各式各樣的挑戰，家人關係很難不被影響。多元的年代，需要更多包容的智慧。喚醒家人關係的親密感，找回初始的感動，以愛爲出發點，點滴堆疊的家庭記憶，會讓家人關係的親密感與時俱增。新世代，新倫理，將心動化爲行動，保持家人互動的彈性，一起做個可以隨時「update」的現代人吧！

### 參考書目：

王以仁、周麗端、吳明燁、利翠珊、陳富美、唐先梅（2016）。婚姻與家人關係。臺北：空大。





## 恢復孝順的能力

王宏政

假日我常到住家附近的大橋國小運動，這所國小最大的特色是進校門右側有一座顯眼的「羔羊跪乳」雕像，每一次對兒子們說教時，我總會提到這座雕像，因為他們都畢業於這所學校，這樣的比喻「言不下帶」較易理解。當他們對媽媽有叛逆行為時，我就會把這座雕像的意義為他們理一理，同時也將大兒子週歲時疝氣開刀，小兒子三歲時發燒住院，媽媽照顧他們，病榻之側寸步不離，不時擔心流淚，這舐犢情深的往事，給他們爬梳一遍。雖然「想像我已把想說的說完。想像你聽懂了一答我以靜默」(註)<sup>1</sup>或許喚醒了他們的良知。

人類之所以異於禽獸，在於人類有反省能力，因此產生文明，我認為臺灣人最幸福的事，不在經濟的發展或政治制度，而在我們傳承了人類四大文明之一的中華文化，這種精神財產，實比任何物質財產更加可貴。英國歷史學者，湯恩比博士曾說：「要解決二十一世紀的社會問題，祇有大乘佛法與孔孟學說。」對中華文明給予最高肯定，而中華文化與佛教文化的共同點都是建立在孝道基礎上。孝順是天性，更是與生俱來的能力，否則就談不上恢復。對湯恩比博士的話，很多人抱持嗤之以鼻的心態視之，因為不相信。我年輕時也曾經叛逆過，因我自小發育不良、體弱多病，讀書也沒兄長出色，父母親總是給大哥很多獎勵而忽略了我，我曾經心中抱怨父母親自小沒照顧好我。這種情況讓我與父母親感情漸疏，一直到我接觸佛法

後，才恍然大悟，人生一切皆是因果，同是兄弟，既有共業，亦有別業，與父母不相干。後來又讀到「弟子規」：「親愛我，孝何難？親憎我，孝方賢。」意即如果你覺得父母親對你疼愛有加，那麼孝順父母何難之有？如果你覺得父母親並不喜歡你，那麼能孝順父母，才更加顯示你的賢能。古人智慧之語，人間即是修道場，孝順這件事，就是個人修身的試金石。古德言：「百善孝為先。」孔子云：「孝悌也者，其為仁之本歟？」人類所有善行都是從孝所延伸出來的啊！

改變了想法後，我開始從「孝」與「順」來實踐。簡言之，孝順就是讓父母身心愉悅。父親是公務員退休，領有月退俸，但母親沒有，兩老靠著月退俸過生，日子也僅是勉強維持老人尊嚴而已，以往過年、父母親生日、父親節、母親節，我塞紅包給兩老，他們總推辭不收，但自我決定要及時行孝後，我都會請求父母親一定要收下，讓我有機會盡孝，看著父母親終於收下紅包，我內心無比喜悅。我常對內人說：「我現在所做的事就是為孩子立典範，無論他們將來是否能繼而效之，但身為父親的我，責任已經盡到。」

每一個人都希望老有所終，暮年時子女承歡膝下，這種天倫之樂不是養老院或西方社會福利制度所能取代的，中國文字是智慧的符號，「孝」是個會意字，有子指老，也有世代傳承之意在其中，孝順是一種對「我」的根源的愛護。曾經在網路上看過這一段



話：「1歲孩子把屎尿拉在褲子會被原諒，但80歲的老人會被責備。孩子怎樣成長，老人就怎樣退化，當他們忘記如何吃飯、說話，請耐心對待，這就是生命的輪迴，也是子女們回報父母的機會，我們應該珍惜。」很多人常問，父母親未盡養育之責，甚或傷害子女，子女難道還要盡孝嗎？真是大哉問，二千多年前就有人提出相同懷疑，孟子對這個問題的解答是：「責善朋友之道，父子責善，賊恩之大也。」意思是說，相互指正對方缺失，這是朋友之道，但是如果用這種態度來對待父母，便會減損對父母感恩之心，因為人不能選擇父母。不可否認，有些父母確實不稱其職，甚且貽害子女，但這是因為「先人無知，不識道德，無有語者，殊無怪也。」(註)<sup>2</sup>做子女的，祇有如弟子規所言：「親有過，諫使更，怡吾色，柔吾聲，諫不入，悅復諫，號泣隨，撻無怨。」行有不得，反求諸己，只聽過孝感動天，豈能冤冤相報？因此，孝須有智慧，論語、孟子裡討論這方面的實例很多，都在闡明孝的意涵，必須通權達變，如固執僵硬，陷父母於不義，亦是不孝，因此，中國科舉制度前，選拔官吏的標準只有「孝」、「廉」，以其能修身、齊家者，任於政事，必能治國、平天下，實有其道理。如果我們希望我們的社會祥和，世界和平，現在就該從自我做起，把孝順的本能恢復起來，即使父母不在人世，然而「父沒觀其行，三年無改於父之道，可謂孝矣。」孝思不止，這樣的人生才能與性德相應，得到真實的幸福快樂。

#### 引註：

- 1.引自楊沛容作品「想像」，蒐錄於《光合作用》，斑馬線文庫出版社2016年5月1日出版。
- 2.引自佛說大乘無量壽莊嚴清淨平等覺經。





## 社會環境變遷中的孝道

許朝傑

### 從生活場景體會社會變遷

公教人員的年金改革在紛紛擾擾中決定了結果，在過程中，身為教育人員的我非常淡定，我看到身旁的同事時常情緒非常高亢，言談中吐露出心中不滿和不平，但是我總是在旁邊默默不語的傾聽著。很多人說我膽小怕事，不懂保護自己的權益，或者覺得我只是一個坐享其成的投機份子，不管別人衝鋒陷陣，爭取的是大家的福利。我不想澆息別人爭取權益的熱情，但我內心真的有一句話不敢說出來，「你們有沒有孩子，事情發展到這樣，我真不知道下一代的將來是怎樣？」政府債台高築，各種公共的年金雖然改革了，還是不保證破產，在這樣的前提下，年輕人將來面對的環境不知有多嚴酷？掙錢養家活口已是不易，各種社會公共基金或資源也消耗殆盡，若是我兒子到時面對我這個老頭子，不知心情會是怎樣？

最近從日本傳來一句「下流老人」的說法，背後在訴說許多當下日本社會悲哀的問題，反映了人口老化突顯的照顧問題。日本經驗殷鑑不遠，值得臺灣好好反省和檢討！記憶中的日本個案是這樣的，一個有名企業的中產階級幹部，收入豐裕，隨著公司的發展似乎前途無限，突然父母病倒，長期照顧無法解決，在中壯年的他只好辭去工作，負起子女的責任，沒想到一拖就是十幾年，磨掉了人生的精華歲月，花光了年輕努力的積蓄，父母最後順應了生物的必然法則而往生，最後留下的是案主悲慘晚年。他用心照顧

父母的晚年，卻沒有後人照顧自己的晚年，風中殘燭，令人不勝唏噓！當我看到這樣的故事，心情激動不已！我內心深深的感覺著，孝道不能廢除，但是不同兩代，都應該有隨社會環境調整的觀念才是。

我也聽過一個笑話，有個上了年紀的老人家，兒孫們因為工作或求學不能常相聚，但是子女們還是會趁著長假帶孩子們來探望老人。老人勤奮一生，日子過得相當簡樸，晚輩在做得到的地方也會多盡一些心力。老爺爺沒什麼娛樂，主要的活動也只有看電視而已。子孫們特地買了現代化的科技產品讓老人享受，老人相當愉快。正當老爺爺自得其樂時，有個小孩子說：「爺爺愛看電視，我回去『燒』一大堆好片子給爺爺，讓爺爺看不完。」沒想到老人家誤會晚輩的意思，一時生氣到說不出話來，直到家人的解釋，才漸漸釋懷。這個故事告訴我們資訊落差在不同世代是會存在的。因此在面對生活方面各種事物，也會有不同的觀念和做法，若不是長期相處在一起，誤會難免，我們更應該儘量避免這樣的事情發生。

### 社會環境變遷中的孝道應如何調整

在過去，無論是家庭、學校或者是社會都會給我們一些傳統的刻板教條式觀念，諸如：「養兒防老」、「父母在不遠遊，遊必有方」、「不孝有三，無後為大」、「出人頭地，才可以光宗耀祖」、「重男輕女」等等。但隨著社會環境的變遷，這些傳統的孝道觀念想要執行都會有很大的困難。但是這





樣是否就代表孝道已淪喪或式微了呢？基本上，孝道即是一種對父母以及祖先的感恩行爲，人不能忘本，否則就失去了爲人的基格，這是每個人都必須遵守的，更是一種人性的表現。只是傳統的教條非常刻板，規範與目前社會環境現況格格不入，若違反教條即是不孝，如同俗謂：「吃人的禮教」，直讓人無法調適。一個人只要有基本的孝道思想，內心有父母和祖先，常懷感恩之心，盡己之力，那怕是棉薄之力，那都是人世中真善美的孝道表現。在這樣的前提，處在當今社會環境下的每個人都應順應時勢做適當調整，讓孝道更能發揮人性光輝，更能深入人心，成爲穩固家庭的重要力量，更進一步能維護社會的安定與和諧秩序！

現代人工作壓力非常大，尤其是年輕人，剛踏入社會要找個理想的職業似乎不易，想要成家立業、安身立命非得經過一番奮鬥不可，這種壓力實在令人難過。每個人似乎要做好自身的財務規劃，對於老年的生活，有一定的心理準備，不能指望每個年輕一輩，都有能力給予充分理想的照顧，所幸科技的進步，仍可以給予我們突破很多限制，減少不同世代的疏離與隔閡。家庭生活的圓滿，仍需家人的用心經營，培養彼此之間感情，代間要多付出關懷，多些經驗的交流，也共同面對人生的各種風險，承受壓力、解決困難，平安度過可能危機。用愛和關懷代替責備和怒罵，用體諒和理解代替懷疑和不解。長輩可以少一點的輩份權威，年輕晚輩可以多點尊重與敬愛，兩代間的摩擦和不快的機會就會降低。更重要一點，都已經是成年人了，更應該勇於學習新的事物。目前的時代處於知識爆炸，在日常生活中很多的產品，汰舊換新的速度非常快，個人若不能抱持

隨時自我充實學習新知，很可能與年輕主流方式格格不入，有落伍的感覺，與別人相處也會鬧笑話。有了終身學習的心態，年老世代和年輕世代的落差就會降低，易於溝通與營造和諧的家庭生活。

孝道是固有的傳統美德，尤以農業社會，從家庭到社會維繫完整的人倫規範，時至現今已是科技時代，機器人呼之欲出，但「百善孝爲先」代表的意義和價值不應有所改變，只是應該少些繁文縟節，出自內心反省，做出實質行動，讓不同世代的家人都有幸福溫馨的感受，不只是金錢的提供或物質的享受，使「老有所終，壯有所用，幼有所長。」家庭本來就應有的功能得以發揮，讓遺憾不再，孤獨消失，人人都有圓滿的人生，家家都有快樂的生活。





## 科技文化反哺

楊儀佳

網路日新月異，不少新世代的名詞就像雨後春筍般崛起，加上智慧型手機盛行，通訊軟體普級，老一輩的父母們，也隨著活到老學到老的精神，學習如何與新世代連結。家中父母出生於四、五零年代，那個牛車田野及滿街跑的世代，沒有高樓大廈，沒有電子化商品，而且那時只有筆友，沒有網友，只用寫信，不用電子郵件，而今現代生活中接觸到的網路通訊軟體、電子化產品可說已經是日常必要的條件。

我發現網路的流行用語，永遠讓我父母傻傻分不清楚，因為無法理解為什麼會有這用語，也衍生了不少笑話。譬如說：「GG」是Good Game（玩得不錯）的簡稱，是電子遊戲術語，在遊戲結束時用來向對方表示剛才有一場良好的遊戲體驗。媽媽就曾用「我完蛋GG」、「剛剛消防車GG來了」等的言語，他很想用我們的世代語言跟我們溝通，但無法正確使用，這是網路流行帶來的衝擊，但也因為有著流行，才能「學習」新一代的用語。

電子化的進步，讓許多在鄉村活到半百的長輩們嘆為觀止，甚至舉足無措。我曾經帶著阿公來一趟火車一日遊，我幫他準備了一張「悠遊卡」，這樣旅途中省去瑣碎的購票時間，可以讓旅途更順利開心。但阿公根本不清楚那張卡做什麼用的，還以為是防走失的卡片，一到火車站就急著去售票口排隊買票，經過一番解釋似乎半聽半懂的走到剪票口，我說：「阿公，把卡放在感應處，聽到B一聲就可以走過去了」，阿公的表情感

覺神情緊張：「卡要正面反面？B一聲後多久能走過去？我剛把卡放在感應區了，到底過卡了沒？」，站內人員見狀關心提醒：「阿伯不用緊張，慢慢來，多體驗幾次就知道怎麼用了，阿伯你剛已經刷過卡，可以走進去囉！」可見阿公體驗新一代文明的便利，有點興奮，但有更多的茫然，因為阿公總覺得沒買票進去站內是一種罪惡，不時再問我們車票呢？這樣要如何計算票價等等之類的問題。

新時代文化，不管是電子化普及，還是網路流行，都改變了現有的生活，也因為科技進步，讓我們享受到更不一樣的生活便利，此時文化的反哺，要由年輕一代反過來教導長輩在生活上、溝通上去適應，去做改變，讓長輩不斷的進步，融入新科技，等我也到了阿公的歲數，或許又有更多新科技讓人無法想像，等著我藉由年輕一代的反哺，來活到老學到老呢！



## 孝道之家

詹孟瑄

古云：「百善『孝』爲先」孝道是做人處事的根本，「孝」在一般人的解讀之下，多半是爲雙親分擔家計或解憂，像我這種還沒有賺錢能力的青少年，只能分擔掃地、洗衣、拖地…等微不足道的家事而已。但是，孝順長輩是不分年齡、老老少少都能做的事，面對長輩有一顆恭敬的心，凡事必得順從，不有半分怨言，平日主動問候長輩及談話時要用敬語，這都是「孝順」的表現。

八月第四個週日是溫馨的祖父母節，「孝道之家」在這個時刻，家族透過大小歡聚，可以彰顯祖父母節的精神，讓「孝」的展現爲家增添一股暖流，爲家人的感情加溫！如何行「孝」道，只是在方法與形式上有不同的表現而已。

我所認爲的孝道，應從兄友弟恭開始，因爲社會新聞中不分貧富，常有爲了爭奪家產而撕破臉的兄弟姐妹們。其中有兩則，我感觸良多。前幾個禮拜，有一男子因不滿自己分到的家產不多，心中怒火熊熊燃起，於是在長輩與兄長身上潑汽油，點燃火苗，火燒親人；還有一則是讀高一的十六歲少年，與小她一歲的妹妹發生爭執，一氣之下竟拿木棍打妹妹，還把她的頭壓入水中噙死。這些人因個人情緒或慾望殺死自己的手足，這樣的人倫悲劇太叫人震驚。追究其因，源自於不知「孝」的真諦，手足爭吵或相互殘害中，傷得最深的是自己的父母，若手足之間感情和睦，那父母才能頤養天年。

幾個星期前，媽媽因爲要去醫院照顧親人，所以把我和妹妹留在家。在家時，我發

現妹妹變得懂事許多，不僅自發性寫功課，更令我訝異的是，寫功課速度是平常的兩、三倍之快，還自己乖乖洗澡，沒耍公主脾氣，我以疑惑不解的表情瞪大眼睛問：「妳怎麼了？」，她說：「媽咪告訴我，只要能讓她『笑到』就是『孝道』喔！」，說完還不忘調皮的對我吐了吐舌頭。我想了想，是這樣沒錯啊！能使爸媽快樂笑口常開何嘗不是「孝」道？年紀輕輕的我們，從兄弟姐妹情開始，只要不吵架，母親出門在外，就不必擔憂。何況父母不可能陪著到永久，但是姊妹手足培養好感情，就可以一起成長陪伴彼此到老，長輩自然就不必煩心。我相信大家也有聽過郭台銘的事蹟，他們家族爲何能彪炳千秋呢？除了他的努力，最重要的是他與手足們的情感互動緊密，而且非常孝順長輩，孝悌在先，這是他事業成功的一大原因。

孝道之家的形成，要從友愛手足開始，接下來是對於父母的尊敬與順從之心，然後是整個家族的和諧。一個充滿著「孝」和「愛」的家，一定十分和睦，沒有大聲爭執的糾紛，取而代之的是兄友弟恭，笑聲不絕的歡樂生活。





## 突破親子間的那道鴻溝

蕭獻榮

本人出生於純樸的務農家庭，很多觀念和價值觀都沿襲典型農村和保守派的大男人主義。我有兩位女兒，目前大約二十歲左右，在孩子成長過程，原本一直堅守著刻板的教養方式和原則，但經過教養觀念的磨合和親職講座等課程的引導後，對於教養觀念有不同啟發和想法。

自從兩位女兒出生以來，我始終扮演嚴父的角色，而白臉角色則由妻子負責，這點主因是我從小生長的家庭父親就是一家之主，父嚴母慈的價值觀根深蒂固，讓我也持續堅守這樣的信念來養育孩子，因為我的教養態度較為嚴厲和權威主義，所以女兒們從小就相當怕我，只要本人一聲令下，眼神銳利閃過去，兩位女兒就會乖乖聽話。而我始終堅守著父親就應該夠嚴厲，無論對於女兒的課業、行為和交友狀況，總是得通過我的許可，在這樣的教養方式下，女兒在國小以前，表現都相當乖巧，課業方面也一直是水準以上，讓我對於自己的教養相當有自信和認同，不過當時這樣的嚴厲管教，也使得女兒在學校屬於比較內向的性格。

第一次和孩子衝突是女兒就讀國中時，她收到一封卡片，因為女兒正值青春期，對於她的交友狀態，本人更是相當注意，所以拆了女兒的信件，那次女兒相當生氣，表現出以往不會出現的對抗和頂嘴，當時我很生氣，因此飆了重話，女兒爲了這件事情，將近半年在家裡不說任何話，那段期間我常常想，我是一家之主，所有的孩子應該服從我的規矩，且我出發點是怕她們交到壞朋友，

才這麼過濾信件，她們還小不懂事，將來一定會感謝父親的嚴格，這一切都是爲了把關她們的交友狀態，特別是在國中這個時期，容易受同儕影響，身爲父母關心孩子交友是很合理的事情。

當時跟女兒有較大的衝突還包括女兒對高職比較有興趣，但以我的觀點是覺得將來讀普通高中升大學比較有前途，這點也是我和妻子常吵架的議題，主要是妻子覺得孩子有興趣最重要，但我會覺得女兒成績算是前幾名，怎麼可以去讀職校，這個升學的議題也讓我與妻子及孩子間成爲很大的衝突點。

開始改變教養方式的契機，主要是當時女兒的國中辦理親職講座，我還記得當時講師是成功大學從事教育研究的董教授，講述如何親子溝通，當時他一再告訴在場家長，如果和孩子相處最後演變孩子什麼都不說，事情是很大條的，講師也教我們青春孩子，開始有自尊心和較爲受到同儕吸引的特徵，身爲父母要以尊重同理孩子的角度出發，和他們溝通，而不是命令或強制的方式讓她們服人。這堂課後讓我想了很多，雖然一下子無法立即修正，但我有先用行動表示，就是當往後孩子的信件來時，我不再先過目，也請妻子代爲轉達，她們慢慢成熟，保有自己的隱私和自主性，但希望當她們對於事情感到困惑或無法決策時，務必找父母聊聊。這也讓我發現，我的教養方式正是親子專家所謂的「代溝」，代溝往往意指親子間衝突的原因，代溝指我們這代與下一代之間在行為、態度、觀念上所表現的差距。教授說青



少年的成長正處於追求自我認同，獨立自主的階段，特別在這個世代很多新的觀念和想法正在演變，使得親子代溝更加明顯，身為父母應該對青少年的成長特徵有所認識，而我也從親職講座學習到青春期特有的想法和溝通技巧。

當我慢慢修正自己的態度時，女兒也恢復和父母聊天的狀態，經過這件事情，在女兒國二時我又參加親職講座，那次的主題是親子溝通藝術，當時講師說，青春期孩子最討厭家長老師講妳應該怎樣，不能怎樣，換個說話技巧，就會溝通更順遂，講師教導在場家長，和孩子溝通時，讓孩子了解你是為他好，譬如爸爸是擔心妳怎樣，或是希望妳能怎樣更好，所以才這樣做，不同的言語表達，得到的孩子回饋就會大不同。講師所談到的溝通技巧讓我也獲益良多，後來我和孩子講話時，比較會用同理心和溝通的方式出發，不再用以前命令式，這點也讓孩子不再是用敬畏的態度對父親，比較願意和父母討論事情。講師也告訴在座父母要明瞭世界上沒有兩個人的價值信念會徹底一樣，更何況父母和孩子生活的年代起碼相差二十年，現在晚婚世代搞不好差距平均三十年，彼此的生活環境有很大的差別，因此，親子間的價值觀念有所差距也是理所當然的，父母應該明白這點，不要以為子女處處和大人作對。就像本人本來以為孩子是在跟我作對，但了解他們的立場後，知道他們青春期以後有自己的想法和隱私，也有獨立的狀態慢慢展現和學習，父母可以站在輔佐、亦師亦友的角色協助她們，重點是孩子願意讓父母一起陪伴學習，若因為代溝，父母不願意懇切溝通，造成孩子隔絕父母於外，這是身為父母所最不樂見的狀況。

對於孩子的升學目標，想必是家長們容易遇到的棘手問題，起初堅持女兒就讀高中的我，後來妻子和女兒與我溝通，介紹職校可以考科大，也有很多有名的科大就業率是數一數二，那時候女兒還特別找了台北科大和高雄科大的網頁介紹，讓我知道原來時代真的不一樣了，高職不再是以前傳統中認為比較不會讀書的人去讀的地方，而是同樣有能力和努力的人可以在技職體系闖出一片天，終於解開父女間的歧見。

孩子的成長過程中，我的教養態度從冷峻嚴厲趨於溫和接納，歸功於願意改變與學習的心，感謝學校提供的親職教育課程，讓我有機會學習正確教養態度與觀念，讓我們親子關係得以改善，及時領悟家人相處之道，而能一家人和樂融融。





## 學習，讓愛不止息

賴怡如

自從爸爸退休後，他常常喊身體不舒服，覺得自己越來越沒用，憂鬱傾向越來越明顯，面對這樣的狀況，媽媽也不知所措，常說自己壓力大到喘不過氣，這些事看在我們兒女的眼裡，實在焦急、難受。

直到有一次，爸爸談起小時候的生活，他說他的乾爹很疼他，所以每次乾爹在拉二胡時，他總是搬個板凳坐在一旁仔細的聆聽，那景象仍讓他深深懷念！我聽完順口問了他一句：「那你要不要也去學二胡？」爸爸聽完愣住了，連忙說自己老了，學東西很慢...等，自認不可能再去學習。但是我舉了許多長輩到社區學習的例子給他聽，並硬拉著他到社區大學報名二胡課程。為了鼓勵他，我和弟弟還帶著他去挑了一把特製的好琴呢！

剛開始，他興致勃勃，但是上了幾次課後，他開始抱怨聽不懂、學不會...我們都很擔心他會打退堂鼓。還好，那是針對銀髮族開設的課程，所以老師早有心理準備，對這群老寶貝們相當包容，總會耐心的一教再教，甚至還利用下課「補救教學」呢！回到家後，他努力的練習，我們總會「乖乖的」坐在一旁聆聽、遞茶水。期末成果展時，家人們一定到現場獻花、吹口哨。就這樣，在老師跟家人們的協助及打氣下，他已經持續學習了八年，從不間斷，因而拉了一手好琴，還常常支援廟會的活動或是喪家的演出。偶爾，表演有額外的收入，爸爸總是開心的買東西請大家吃。更重要的是，孫子們在耳濡目染下，也都對音樂產生興趣，所以祖孫們

聚在一起，有的彈琴、有的吹笛，我爸則拉二胡伴奏著，把家庭氣氛炒得火熱。最近祖孫三人還相約要去考街頭藝人呢！

此外，因為認識的人越來越多，爸爸也開始積極的參加更多元的社團活動；例如登山隊、腳踏車隊...等。只要社團有活動，爸爸也會帶著媽媽參與，後來連媽媽也加入社團，兩人忙得不可開交。這幾年，看著爸媽年事漸長，他們身上的霸氣跟固執卻漸漸消失，取代的是開朗的笑聲和處事的彈性。還常回家分享自己在外面看見的人事物，並自勉要改變許多想法來應對世代的改變。因這樣的改變，家中的氣氛變得比以往更和諧。

今年的父親節，我們依舊一起聚餐慶祝。就在酒足飯飽後，媽媽感慨的說：「還好有你們這群孩子的鼓勵和支持，讓我們有機會再去接觸外面的世界。」但是身為子女的我們，更感謝爸媽願意鼓起勇氣走出去，他們帶給我們「活到老、學到老」的良好身教。現在，我們成立了一個「開心一家人」的通訊群組，大家三不五時就將自己得到的好資訊分享在裡面，例如：爸爸最近就放了一個動畫，指定每個孫子都必須看過，只要主動跟他分享心得的，就可以換取冰淇淋一支；這讓每個孫子都趨之若鶩，好好的鑽研起那個頗具深度的動畫影片呢！

因著學習，家中不但順利的度過爸媽的憂鬱危機，更將家庭氣氛形塑得更加和樂。不管是爸媽或是我們做子女的，能在精神上相互的滋養，這讓我們彼此的關係更加美好。這樣的生活，真好！



## 文化反哺 代溝消弭 孝道流傳

佳里國中 黃沛芸

在現今這個家庭功能急劇衰退的時代裡，不論是價值觀的認定、行為態度的認知，或是面對各種新事物的推陳出新與學習使用等，在新舊世代之間產生隔閡，親子之間產生代溝，甚至在家庭中發生許多逆理違天的人倫悲劇。所以，「文化反哺」、「代溝消弭」、「孝道流傳」正是我們需要學習的重大課題，學會如何接納不同世代的風俗及觀念，習得孝道的真諦與實踐，也學會傾聽與保有一顆尊重的心。

何謂「文化反哺」？晚輩需學習並尊重長輩的風俗習慣，而長輩也須向晚輩學習並接納新文化，因為時代的進步，晚輩在許多新文明都優於長輩，例如：次文化中的火星文，由晚輩教導長輩認識及運用，而這種現象，即為「文化反哺」。如果我們能做到「文化反哺」，讓新科技不再只是晚輩的專利，而是老少通用，使晚輩和長輩之間有共同的話題，如此可以減少不必要的衝突，進而「消弭代溝」，不會再因觀念的差異而有太大或過多的紛爭，逐步縮短兩代間的距離。

如何實踐「孝道流傳」？「百善孝為先」，「樹欲靜而風不止，子欲養而親不待」，人在世時應及時行孝，從孝敬父母到尊老愛幼；除此之外，社會上仍有許多孤苦無依的老人需要我們伸出援手，我們也要竭盡所能的關愛他們。若能做到孝順父母、關愛他人，那麼你的孝心孝行、善行義舉，就會在無形中，潛移默化的影響你的後代，如此一代傳一代，細水長流，這樣的孝心傳遞、孝道傳承，能使愛世世代代永生不息。

有一隻小羊問媽媽說：「媽媽，您對我這般的疼愛，我要怎樣才能報答您的養育之恩呢？」羊媽媽說：「我什麼也不要，你有這份孝心，媽媽就心滿意足了。」小羊聽後，情不自禁的流下眼淚。牠知道是媽媽的奶水將牠扶養長大的，因此為了報答母羊的養育之恩，小羊每次吃奶都是跪著的，這是大家熟知的「羔羊跪乳」故事。父母對我們的養育之情恩重如山，是一輩子都償還不完的，所以身為子女，不僅要尊敬父母，更須實行孝道，以報答父母的恩情。

在這個多元進步的時代，世代之間難免會發生對於事情觀念不同的爭執，但是只要我們願意以包容之心接納，並教導長輩，以感恩之心孝敬長輩，就能將彼此間的代溝慢慢填補起來。讓我們用「愛」，攜手共同面對並享受新科技的文化。



## 家中的神秘客～搭起親情的橋樑

海東國小 黃瑞恩

遠看，我家座落在幾位巨人的身旁；走近，仍須仰著頭朝上看，一棟白玉磁磚貼滿外牆的四層樓房，是我可愛的家。家裡成員單純，一家四口，生活幸福而簡單！既是精緻小巧的家庭，一有風吹草動，總是能引起不小的騷動。平日總愛養花草的爸爸，因為最近迷上種植果樹，所以開啓一連串的田園耕種生活，讓我家的成員，有了一些變動。

首先，先從芭樂、芒果、棗子、檸檬、蘋果、藍莓的幼苗開始一一添購，再分別移植到大盆栽裡，等過了一些時日，待幼苗有所成長後，再計畫移植到家人的田地裡，直到它們開花結果，就能豐收，當然，這需要時間的累積。時序已進入立秋，暖暖和煦的風迎面拂來，我幫忙爸爸悉心的照顧這些果樹，爸爸也教了我許許多多關於果樹的知識，每次總是聽得欲罷不能，意猶未盡。而隨著四季的遞嬗更迭，秋天緊咬著夏姑娘的衣角隨之而來，正是這些果樹茂盛生長的時節，金黃色的陽光豪情的灑在鬱鬱蔥蔥的綠葉上，蒼翠欲滴，閃閃動人，和我們家和樂融融的融和在一起。

也許是大量的植栽，先後吸引了一些昆蟲及鳥類前來，有一隻鳥甚至在果樹的枝頭上築起了巢，養育下一代。我和爸爸非但不擔心牠們啄食樹上的果實，反而悉心的保護著鳥巢，我們甚至突發奇想在鳥巢下面幫牠們搭建「馬桶」，讓母鳥和幼鳥的排泄物，可以被收集在便盒裡，不致於污染家裡的環境。平日裡，都能偶爾看到鳥媽媽來來回回

的為巢中幼鳥準備食物，就這樣，這些神秘的訪客陪伴我們一段時日。突然某天早晨，我們一如往常來與牠們打聲招呼，左顧右盼，卻怎麼也找不著巢中幼鳥的蹤跡，後來聽爸爸說了才知道，原來巢中的幼鳥已羽豐成形，飛向無邊無際的湛藍天空。

此外，有時還會偶來幾隻蜜蜂盤旋採蜜，調皮的上上下下，尋尋覓覓著那一朵牠最愛的花兒，牠們那雙透明的羽翼披著金黃陽光，飛舞時好似一顆流星畫過前庭陽台，那條弧線真是美極了！又有一次，一隻鳥兒沿著窗臺輕輕鬆鬆散步著，一不小心，誤闖家中大門，在家裡頭漫無目的的盤遊好一陣子，都找不到出口，引起家中大小成員的一陣騷動，慌亂之餘，只見爸爸不疾不徐的拿出捕蟲網，熟練的緩緩引導牠飛出家門，這才結束這場虛驚。

還有一次，在盆栽中意外發現一隻拇指般大小的蝸牛，正在啃食著果樹的葉子，眼看事情不妙，爸爸靈機一動把牠放在一片高麗菜的葉子上，讓牠盡情的享用。一個晚上過去，清早起床，突然不見蹤影，讓全家人翻箱倒櫃的找了好一陣子，最後，終於在電視櫃旁的箱子上看到牠的蹤跡，讓我們百思不得其解，牠究竟如何悠遊到那兒呢？

我們家，因為種果樹的關係，才有機會吸引這些神秘客，而這些神秘客為我們原本平凡的生活添增趣味的色彩。也讓我和爸爸之間，增加了許多互動，親子共處的時間變多了，也增進了家人之間的情感。這些家中



的神秘客，為我們家搭起了美好互動的橋梁，在這座橋上，澆灌著親情美麗的花園，愈來愈美，愈來愈繽紛。我和爸爸及家人之間

原本有的一條”代溝”，似乎消弭於無形，拉近了家人間的距離，而且愈來愈親近。

## 「孝順」是一種體貼、關懷的行動

南大附小 陳亮瑜

記得有一次媽媽的脖子不舒服，頭不能輕易的轉動，一碰到就會很痛。此時，我就如熱鍋上的螞蟻，急得不知該如何是好。上學一整天，終於熬到放學時間，一上媽媽的車，我發覺媽媽看起來更虛弱了，我語氣堅定的跟媽媽說：「走，我陪你去看醫生！」媽媽沉默不語，我一邊勸媽媽去找醫生處理，一邊幫她揉一揉，心理希望她能快點好起來。

到了診所，媽媽得知還要再等半個多小時，媽媽擔心我餓著了，於是叫爸爸先帶我去外邊吃飯，我則擔心媽媽一個人留在診所。心裡掛念著，所以就胡亂扒了二口飯又回

到診所陪媽媽了。當天的我像個小媽媽，一回到家便開始整理家務、打點媽媽的晚餐、囉唆的叮嚀吃藥要注意的事項，最後還餵媽媽吃藥，並幫她貼上藥布。

其實，我並沒有把這件事放在心上。只是有一天我突然問媽媽最令她感動的事是什麼？媽媽才細數當天的總總經過，我才明白「一個舉動、一份關懷」，是媽媽覺得最開心的事；這樣的體貼和關懷，這樣溫暖的傳送，應該是這個年紀的我可以「做」到的「孝順」！





嘉義監獄為穩定囚情，自87年起與嘉義大學家庭教育研究所合作，辦理「受刑人家庭支持方案」，由中華民國家庭教育專業人員協會講師群，以受刑人電影讀書會、讀書會、親子共讀、成長團體及家庭日等多元方式，帶領受刑人與家人連結，增進其家人關係。

本刊自105年度起增設「回家」專欄，提供受刑人針對自己在家庭支持方案的體會與期許投稿。主要目的除了鼓勵在生命歷程中曾經跌倒的朋友，勇敢的與家人修復關係，同時提供自己生命經驗與讀者分享。這個過程難免傷痛，卻也是受刑人肯定自我的基石，請大家給予最大的鼓勵。

## 徬徨路上的聲音

莊立杰

人人似乎都在追求一個又一個的圓滿。  
 考上好學校是一個圓滿，  
 找到好工作是另一個圓滿，  
 擁有幸福的婚姻又是另一個圓滿。

曾經，我也擁有這些令人稱羨的圓滿，一時深感志得意滿。可惜，不懂得知福惜福的我，得意忘形，內心慾望無限膨脹，抱著僥倖的心裡，因而做出錯誤的決定，造成所擁有的一切，在霎那間全化為雲泥。

剛成為社會新鮮人時，便幸運的考取了銀行工作，錢多事少離家近，真是令人羨慕的生活。但伴隨著工作業務增多，人際關係逐漸拓展，交友也愈來愈廣闊，諸多的交際應酬，三教九流的朋友充斥，我並未發覺單純的生活已逐漸變質。

我原本在金錢上就不知節制，如今又經常出入複雜場所，最後更染上賭博惡習。過慣了享受的生活，渴求慾望的滿足，內心裡貪念暗暗滋生，常做著一夜致富的美夢。幾經掙扎，貪念終於戰勝理智，我將靈魂出賣給惡魔，卻讓我很快的嘗到在鐵窗下垂淚

的滋味。自由的被剝奪和獄中繁多的規定，周邊又都是龍蛇混雜的同學，心情上不僅苦悶，家中雙親更是擔憂、不捨，還好蒼天保佑，法官只是輕判，終於，在父母妻兒的殷殷期盼下，我總算平平安安的服完刑期。

重享一家團聚的生活，但白紙已被染上污點，我無法再回到原本的專長領域工作。幾經思量，我充滿自信的決心創業，運用自有店面，經營飲料和冰品生意，儘管初期的業績並不理想，我仍然充滿自信。

妻子的個性十分賢淑，寶貝兒子活潑伶俐，他一向扮演著開心的角色，三個人的小世界裡，最不缺少的便是陣陣歡笑聲，我最愛擁抱著他們，那種心靈相通和血肉相連的感覺，讓我瞬間想成為一棵參天大樹，想永遠保護著他們，不讓他們受到任何委屈。

生活一切漸趨於平靜，儘管受到不景氣



的影響，業績始終不能成長，但全家人一起快樂的生活，這不就是我們一直擁有的幸福嗎？

唉！再次入獄已數年，心中一直悔恨走上錯誤的回頭路，仔細回想，除了我的意志不夠堅定，還有我並未完全脫離舊友的生活圈，導致抗拒不了誘惑，走上不歸路。

逃亡期間，尋得一片佔地廣闊的廢墟躲藏，想起嬌妻愛子，只能每日借酒澆愁，妄想忘掉這一切的不愉快，酒醒後，只有更多的痛苦襲來，我好想念妻兒，卻又畏懼那奪取自由的枷鎖。日日酒精的麻痺，我的意志更加消沈，絕望下竟生出極端的念頭，燃起炭火，封住房內所有的縫隙，大口飲下剩餘的高粱酒，希望眼睛一閉、兩腿一伸後，便能遠離所有煩惱和痛苦。不知過了多久，背部一陣灼痛讓我驚醒，只見黑煙滾滾，下意識反應，我衝向屋外大口喘著氣，生平頭一次感覺空氣的甘甜，驚慌的情緒稍定，我知道剛才已在鬼門關前走一遭。

月明星稀的夜裡，下起霏霏細雨，彷彿上蒼正憐憫我的無知和悲哀。返身鎖定的撲滅餘燼，靜靜的走上未加蓋的樓頂，夾雜著小雨的微風逐漸增強，一時衣角隨風嘎嘎乍響，神祕的月夜彷彿伸手可得，靜謐的柔美充滿心靈，眺望遠方萬家燈火，不覺我已淚流滿襟，腦海裡思緒依舊紊亂，耳畔忽然傳來一聲嘆息，說著：「世人沒有不犯錯的，逃避永遠解決不了問題。」頓時讓我陷入沈思…

幾日後，在好友的陪同下，我前往警局投案，坦然去面對漫長的刑期。重回不算陌生的牢籠，或許是心態上已選擇接受，更抱持著贖罪的心態，我日復一日的按表操課，循規蹈矩，但思念家中妻兒的念頭，縈繞心

頭，揮之不去，日思夜夢。

不經意間，發現有位同學，每天早晚戴著老花眼鏡，捧著書，小心翼翼的輕聲讀書，好奇心驅使我向他請教，才知道他是虔誠的基督徒。他告訴我：「藉由經文裡，耶穌教導的人生智慧，我們才有可能看見生命的曙光，面臨到苦難、沮喪、失敗、改變、壓力、自卑、選擇和綑綁等情形時，有足夠的智慧應對，進而提昇自我的生命力。」同學話說完，拿出一本聖經送我，當我內心正猶豫的時候，奇怪的聲音又響起：「接受它、讀它。」於是我下定決心開始研讀聖經。

轉眼，數年匆匆而過，內心猶自記得首次讀到的經文：「我的心哪，你為何憂悶？為何在我裏面煩躁？應當仰望上帝，因我還要稱讚祂，祂是我臉上的光榮，是我的上帝。」（詩篇四十二；十一）原來，無所不能的上帝，早就提醒我留意內心聲音。

信了主耶穌基督後，我的生命正慢慢被改變，即便獄中仍常見許多難以言喻的難過與挫折，我時時保持正向的想法。憶念起耳旁多次出現的聲音，提醒我，引導我走向正確的方向。聖經上說：「上主是慈愛的，你們向祂求援，祂就答應。主要使你們忍飢捱餓，但是祂仍在一旁教導你們，你們用不著尋找。假如你們徬徨路上，偏左或偏右，你們會聽到有聲音對你們說：『這是正路，走上去吧！』（以賽亞書三十章十九～二十一節）。」

主耶穌基督的恩典，改變了我，改變了我和家人間的隔閡。如今，我守護我的心，服刑中努力充實自我，更和妻子建立良性的互動。我相信，我已有力量面對未來，因為上帝的恩典必不離開我們。



# 家

莊立杰

故鄉的老宅，總讓我聯想到，宛如一本一本被攤開而忘了合攏的舊書冊，全部書頁雖已泛黃，霉斑如碎花散布，部份且遭蟲蛀，卻照樣有陽光有清風和月色，飛奔過來勤快的翻閱，認真朗讀。

想家的念頭一動，立刻有如按下啟動鍵，太多的故事陸續湧出。傾頹的土角厝，一旁是茂盛生長的土芒果樹，尤其在半竿斜日照映下，褪色缺損的磚石及土塊，同樣被敷上一層耀眼的金粉，看來像一落落厚重的經典書籍，收藏著好幾代親人的身影。

想著活潑古靈精怪的兒子，想著總露著笑容的溫柔妻子，老宅處處有我們的歡笑聲，釋迦樹旁的竹躺椅，桃子樹下的百寶箱，百歲高齡的老楊桃樹……這些不時出現在夢裡。

老一輩的，個性通常比年輕人保守，過日子不到山窮水盡，鮮少離鄉背井四處漂泊，而三、四十年來，外在環境和經濟狀況變動太大，沒有多少人能從小到老，穩當的守住出生那個家。

順利的完成學業，也有了收入不錯的工作，很快的便組建自己幸福小家庭，故鄉老宅常常出現我們身影，雖然已部份完成翻修，可礙於現況，我已成了過客。

正採摘著幸福果實，得意於人生順遂之際，我卻因為貪心，一腳踏入損友的陷阱，官司纏身，家庭、事業毀於一旦。導致缺席，兒子珍貴的童年，也讓溫柔的妻子孤寂的邁入中年。

歲月悄悄走過，鐵窗上的鮮黃緩緩褪去，滿佈斑斑鏽跡。然後，一年一度的修補，鐵窗胖了，裡面的人兒更削瘦了！

監獄的格局禁錮我的身體，卻限制不了我渴望親情、渴望自由的心靈。三年前，偶發突想，報名參加家庭支持方案之「電影讀書會」，終於讓我找到心靈自由飛翔的方向，不再沈浸於回憶過往的輪迴中，改變我原本毫無目標的生活方式。

閱讀著一本本勵志書籍，逐漸明白自己人格上的缺陷和觀念上的偏差，藉著影片後老師的講解及同學們的討論，我試著寄出尋求原諒的書信，吐露未盡人夫、人父責任的歉意，希望消除和妻兒間的隔閡。

夕陽西下，天邊群鳥歸巢，遠處飄來陣陣炊煙，家的味道如此的濃馥，低頭想了想，原本這是我心底最懷念也遺落多年的感覺。每當極目四野，偶爾會幸運的發現遠方亮起一盞燈，縱使僅僅一星孤伶伶的昏黃，心底總以為它是為了自己才燃亮。

我心裡明白，這興許只是一時幻象，但也反映出我潛意識中的渴望，我也相信，每個人每到夜晚，便會避免不了如此回想過去，不會有人在意那盞燈光強弱明暗，身心全沉浸在那種有如觸電般的感覺，這是一種誰都樂於承受的震顫與溫暖。

心底有個願望，能有一盞熟悉的門燈為我亮著。



## 我的幸福

黃耀賢

**我們該怎麼定義所謂的「幸福」呢？是聰明？還是財富？亦或長壽？成功的事業？還是…？我認為是能夠擁有家人的陪伴，再平凡的事物都有美的足跡。**

記得日本名作家村上春樹使用「小確幸」來形容「微小但確切的幸福」，如今「小確幸」這詞也經常出現在我們的身邊，提醒我們，多留意身邊隨手可得卻又稍縱即逝的美好。領悟這個道理必須建立在「感恩」與「信靠」裡。

人的一生相當短暫，許多人事物將隨著時間慢慢流動前進，跟著消失在這浩瀚的宇宙中，永遠找不到，剩下後悔的回憶存在心頭迴盪。過去錯誤的選擇使我失去了我的「小確幸」，且靠著自以為的「聰明」，不計代價的走進另一端坑坑疤疤的世界，忘記背後默默支持自己的力量為何？一味渴望那個世界帶來的華而不實的夢。這幾日的綿綿細雨，我抬頭望向淒涼天空，眼角一滴淚光，想著家人，那些輕輕雨落聲似乎在告訴我，過往的恩怨情仇、貧賤富貴，又如何呢？人們辛苦奮鬥了一生，最後留下的，也不過是短短幾行碑文罷了，所有功名利祿都將化為寂靜的塵土啊！淚水便像那不經意的細雨悄悄滑落我的鼻樑，內心呼喚我該寫封家書回去了。

猶記得那些年全家一起過中秋節。父親仍循往例，播起某張CD，興高采烈準備了許多應節的食品，待全家人都到齊後，才在父親的一聲令下，開始歡樂進食，而幼時的貪吃鬼，第一個動作就是拿起黃澄澄的月餅，

想一口咬下，滿足口腹之慾。那時的父親告訴了我們，對於中秋月餅的另一番解釋，記得父親是這般說道：「這月餅的由來我們暫且不論，如今當我們全家人在此團聚的同時，共享月餅之際，表示著全家人的心都緊緊相繫在一起。不論工作或求學的原因，必須各奔東西，但此時此刻我們的心卻都在一起。就好像你們手中所拿的月餅般，中間的內餡就是我們全家人的心，而包裹它的外皮，就如同這個家，讓我們所有人都能將心和這個家，全部包容在一起。」

那時仍尚年幼的我，天真的問父親，不過是個月餅，好吃就好了，怎麼還有什麼心不心，家不家的？父親也只是笑著摸著我的頭說，等你長大了，成家立業時，就明白了，似懂非懂的我，噢的一聲，繼續享受著美食。一會兒嘻笑伴著音樂裡歌手賣力的嘶吼，交織成一幅最嘈雜又最幸福的家庭樂章。

而今一晃十幾二十個年頭了，只要一看到月餅，都不由的回想起當初這些畫面。而父親當時所說的每一句話，如今都字字如針，刺痛著我的心。因為隨著年紀的增長，我已懂了父親當時話中之含意，雖然只是短短幾句話，無非是要我們一家人心連心，不管是分隔各地，亦或時間久遠，也都要時時刻刻的關心彼此，更要牢牢記著我們永遠是一家人。



現今將臨近這個時節，內心更不由自主的浮現，這從小就一直伴隨著我成長的記憶片段。我知道，也清楚的告訴自己，不論時間相隔多久，即便是如今的我，和家人隔著一道無情的高牆，都不會改變我們所有人心中的信念，因為那不單只是父親口中的一段話，一段簡單而用心良苦且深具含意的話。更是我們所有家人的心，都能緊緊相依在一起，不會因任何外來的因素，而動搖分解。因為我們永遠是血肉相連的一家人啊！

想來，幸福就是像是幽暗生命中微微發熾的火光，總在暗夜寒風中帶來溫暖，點燃一絲希望。希望，也是澄清而坦率的眼眸中

投射出的真摯目光，是寧靜的午後春光湖上一杯好茶，是一封泛黃的情書，是微風，是暖陽。如今對我而言，幸福莫過於和家人相聚時的美好。

十多年囚禁的光陰讓我深刻體悟到，幸福是在於相依相偎之間，也存在於家人的關愛與包容之中。幸福其實真的很簡單，它不假外求，當我們學會如何去珍惜所愛所有，幸福就會悄然降臨於我們之中。



## 各局處室相關資源連結

### 臺南市家庭教育中心

<http://family.tn.edu.tw>

#### 《活動項目》

- 1.落實推動家庭教育：親職教育、婚姻教育、代間教育及學校家庭教育等。
- 2.關懷與照顧弱勢：社區生活營校園輔導活動及夜光天使點燈專案。
- 3.培訓專業志工，提供優質服務：412-8185(幫一幫我)諮詢專線服務及個別化親職教育。

#### 《活動預告》

- 【106年度社區生活營暨學校家庭教育成果嘉年華】

時間：10月28日上午9:00-12:00

地點：新營區南瀛堂

- 【家庭教育i·家季刊】徵稿

冬季號：家庭資源溝通；11月10日截止收件。

- 【主題創作成果展示暨繪本導讀】

民治場：12月5日至12月7日9:00~16:00

永華場：12月12日至12月14日9:00~16:00

### 臺南市政府衛生局

<http://health.tainan.gov.tw/>

#### 《活動項目》

辦理家庭教育相關活動：國民健康系列演講、美好人生幸福列車系列講座。

#### 《活動預告》

- 【快樂職場工作人～葉金源臨床心理師】

時間：11月18日上午09:30-11:30

地點：新營文化中心4樓演講室





## 臺南市政府文化局

<http://culture.tainan.gov.tw>

### 《活動項目》

辦理家庭教育相關講座、說故事、親子活動等。

### 《活動預告》

- **【親子天空活動：家庭大不同X手作DIY】**  
 時間：11月11日上午09:30-11:30  
 地點：臺南市立圖書館3樓多功能室
- **【休閒活動與精神健康講座】**  
 時間：11月18日上午10:00-12:00  
 地點：臺南市立圖書館3樓多功能室
- **【媽媽說故事】**  
 時間：每週日下午3:00  
 地點：蕭壠文化園區兒童圖書館木板區  
 每月第三週為英文故事，其他週別則是中文故事
- **【女性照顧者的身心壓力與照護】**  
 時間：7月8日下午2:00-4:00  
 地點：葉石濤文學紀念館2樓視聽室
- **【女性壓力放鬆—音樂療癒舒活樂】**  
 時間：10月14日（六）上午10:00~12:00  
 地點：臺南文化中心國際廳會議室
- **【失智症藥物治療與照護】講座**  
 時間：10月14日上午10:00-11:00  
 地點：臺南市立圖書館3樓多功能室
- **【如何建立友善失智社區】講座**  
 時間：10月14日上午11:00-12:00  
 地點：臺南市立圖書館3樓多功能室
- **【戀愛行不行？如何與青少年談性說愛】**  
 時間：10月15日下午2:00-4:00  
 地點：臺南市立圖書館3樓多功能室
- **【正念教育與精神健康】講座**  
 時間：10月21日上午10:00-12:00  
 地點：臺南市立圖書館3樓多功能室
- **【精神與健康影展：女人四十】**  
 時間：10月21日下午2:00-4:00  
 地點：臺南市立圖書館3樓多功能室
- **【幸福婚姻，誰經營？】講座**  
 時間：10月21日下午2:00-4:00  
 地點：鹽埕圖書館2樓多功能室
- **【家庭、社區、校園、職場中的性別說】講座**  
 時間：10月28日下午2:00-4:00  
 地點：鹽埕圖書館2樓多功能室



## 臺南市政府民政局

<http://www.tainan.gov.tw/agr>

### 《活動項目》

辦理相關家庭教育活動：外籍配偶歸化測試、生育獎勵金宣導及新住民照顧輔導。

### 《活動宣導》

- 1.透過歸化測試，以了解外籍配偶是否具備我國基本能力語言，及了解我國國民基本權利義務，並做為申請歸化國籍條件之一。
- 2.為鼓勵市民生育，感謝並慰勞新生兒父母親生育之辛勞，本年仍持續發放生育獎勵金，本市產婦生產之第1名新生兒發給生育獎勵金6,000元；第二名以後之新生兒，每名發給12,000元
- 3.辦理新移民生活適應輔及語文訓練，提升其在臺生活適應能力，使能順利適應我國生活環境，共創多元文化社會，與國人組成美滿家庭；另於每月寄送生日賀卡給新住民時併附上本府各局(處)新住民教育學習課程及相關活動訊息。

## 臺南市政府社會局

<http://social.tainan.gov.tw/social>

### 《宣導項目》

臺南市兒童福利服務中心外展活動~「兒童幸福列車」開跑囉！

### 《政令宣導》

- 1.活動內容：本市兒童福利服務中心變身為寓教於樂的行動兒童館，以「兒童幸福列車」的外展服務方式，邀請大朋友小朋友一起來參加精彩有趣的活動。動動腦桌遊、動動手DIY、大小朋友合作闖關活動、兒童福利有獎徵答，以及激發想像與閱讀樂趣的世界繪本，讓大小朋友共度美好的時光。
- 2.辦理地點：
  - (1)後壁區-樹人國小
  - (2)六甲區-六甲國小
  - (3)東山區-青山國小
- 3.辦理時間：

9至11月共3場及參加方式請洽(06)299-9381臺南市兒童福利服務中心。



# 『心·家』家庭教育專刊徵稿啓示

i=information家庭教育相關資源

親愛的讀者，您好！

『心·家』家庭教育專刊在您的支持下，106年秋季號10月已出刊，全體工作人員在此感謝大家愛護，並祝心想事成！

投稿方式：於臺南市家庭教育中心網站下載徵稿格式，完稿後以電子郵件(family4128185@gmail.com)將稿件回傳至家庭教育中心。投稿作品經審查入選後刊登於『心·家』家庭教育電子專刊。

投稿相關訊息，請至本中心網站<http://family.tn.edu.tw>查詢。或電洽陳小姐(06)6591068轉23

指導單位 教育部、臺南市政府

發行人 李孟諺

總編輯 陳修平

副總編輯 張冰嫻

執行編輯 涂信忠、陳俐潔

編輯委員 王揚智、林水雲、許玉蘭、楊玉盆、劉信卿

出版機關 臺南市家庭教育中心

出版地址 溪北服務處：730臺南市新營區秦漢街118號

TEL：06-6591068 傳真：06-6592818

溪南服務處：700臺南市中西區公園路127號

TEL：06-2210510 傳真：06-2215349

諮詢服務處：710臺南市永康區華興街2號(永康區復興國小內)

TEL：06-3129926 傳真：06-3127455

諮詢專線 412-8185(手機請加02)

網址 <http://family.tn.edu.tw>

出版年月 106年10月

版權所有 翻印必究

承印 龍宏印刷有限公司 TEL：06-6321808

臺南市新營區永安街30號

ISSN 2313-2434



9 772313 243009