

#總團部徵文：我的愛你一輩子家庭

我的愛你一輩子家庭

文：040期陳伯娟 2022-05-17



「在成為一位母親之前，我沒有把握能全心地愛著一個誰，更別說是要給出一輩子。」乍聽之下，任何人難免都要猜，這樣的我，在成為母親之前的日子，是不是過得輕率了？

過去，我的確不懂「愛」。而是當了媽媽之後，才啟動了生命一連串不思議的轉變，更在歷程中學會愛、了解愛。我得誠實的說，過程，並不容易。前些日子，認識多年的玉子來邀稿，承蒙賞識，正好藉著機會梳理「我怎麼學會愛」這件事。

因為在人本教育基金會工作的關係，雖沒有小孩，卻早早簽署「不打小孩」的約定。也正因為沒有小孩，許多現實的衝突都還不在我的腦袋裡，簡單地說，就是人們講「站著說話不腰疼」的意思吧。幾年之後，我終於也嚐到「腰疼」的滋味。我成為一對雙胞胎的媽媽，所有生活面、親子之間會遇見的問題一股腦兒地襲來，「由不得我不承認，自己其實沒那麼會。」這話現在說來坦然，彷彿還帶點風清雲淡的味道，其實是掙扎過後的餘味。

好比說，我堅持雙胞胎要擁有個別陪伴的時間，不讓孩子一出生就被迫接受對分資源，所以透過調整哺乳時間，將兩個孩子清醒的時間錯開。這個瘋狂的想法執行不到兩個禮拜便草草結束，主要是我總算“清醒了”，以新生兒常態二至三小時喝一次奶的頻率，加上雙嬰輪班，媽媽我這是熬著肝在哺乳啊。累，還在其次，因為疲憊不堪而無法給出好品質個陪的挫敗，加倍奉還，使我無能為力，快樂不起來。

再舉個例子。喜歡蓬蓬紗裙、喜歡跳舞的女兒，上了小學之後的時間緊縮與課業壓力，足以將跳舞的日子從絢麗變成黑白。我看著女兒對舞蹈的熱情瞬降，心情從不期不待到勉為其難，我哄著、勸著，直到女兒忐忑地說：「想到今天放學以後還要上課，就會有點難過。」意識到孩子的忍耐與壓抑，我才急急伸手接住孩子的不安、才放掉緊抓不放「擁有文藝女孩」的幻想。

社會習慣給父母分門別類，像是：雷厲風行的叫狼爸虎媽、過度保護的叫直升機父母、舉止暴走的是怪獸家長，還有割草機父母、無人機父母等等……新穎標籤不停地推陳出新，彷彿這個世界不斷地有新品父母上市。這想法戲謔極了！撇開花樣般的歸類與屬性標籤，我相信，所有父母面對孩子的初衷都是疼愛，只是父母們都一樣，我們「沒那麼會」。

就像前頭二個故事，都在揭露我的「沒那麼會」。我以為自己是一個想到就能辦得到的母親，我要給孩子們最細緻的對待，結果，累壞自己不說，還徹底潰敗。我以為自己是當孩子軟弱時可以給支持、挺一把的母親，結果，孩子顧慮媽媽，反而無法輕易把真實心情說出口，這根本是連續重拳，我深受打擊。束手無策之下，我只能回到最原點，扣問自己：「我想成為什麼樣的母親？」

回答這個問題，「愛你一輩子守護團」的五字箴言便是一個重要的指引。

愛 愛心回原點	愛你原來的模樣 讓你做自己
你 寧靜多一點	讓你身健康 心平靜 人平安
一 意義多一點	讓你成為一個身心靈均衡的人
輩 背書少一點	讓你終身喜歡學習 靈活有創意
子 指揮少一點	讓你能獨立思考 團隊合作 成為好公民



我不將「當父母」視之為一種情懷，愛並不是孩子來就會有的產物，愛需要學習，在每一個當下練習與實踐。在親子生活中、不見得是在處理衝突的狀況下，我習慣的自問：「現在這個決定是我的需要、還是孩子的需要？」

初期這個練習很卡，因為大人想法很快，往往很短時間裡就盤算好所有得失，也正因為這樣孩子一直是處理被動配合的狀態。一旦我開始在行動之前加入一個考慮——『現在這個決定是我的需要、還是孩子的需要？』我就得停一停，來觀察與商量。日子一久，方法愈來愈順手，不只如此，我在孩子們身上也看見改變。他們很能溝通，可以清楚表達自己的意見與想法，也可以在不合己意的情況下適度調整、配合大人。

對於愛，人本心理學家埃里希·佛洛姆(Erich Fromm)說：「愛是喚起愛的能力。」我相信的、給出的，在親子生活裡成為滋潤孩子心

靈紮實的養料，接著，孩子在浸潤中習得，也將他相信的、傳遞的回送給我，這就是屬於愛的交流。是彼此相愛的家庭。到這裡，我就有了把握說，關於想成為什麼樣的母親這題，我的答案是：有能力愛孩子、愛自己，自信自在的臺灣人。

徵稿：「我的愛你一輩子家庭」故事

愛你一輩子家庭運動自2008年起推動至今，從讓愛上餐桌、親子共廚傳家菜、寧靜家庭....許多人在不知不覺中都在推行這個運動，您所知道的所定義的「愛你一輩子家庭」是什麼？而你是否知道妳也是愛你一輩子家庭運動的執行者？非常歡迎您分享您的愛你一輩子家庭故事喔！

稿件格式：**500字以上書信體/word檔案**

投稿信箱：**20187office@gmail.com**

主辦單位：**愛你一輩子守護團**

注意事項：**參與投稿活動視同同意將投稿內容刊載在愛團官網、電子報、粉絲團。**

什麼是 愛你一輩子家庭



[回到愛團主官網](#)