



## 一切都從改變開始

「怎麼辦？我懷孕了！」知道自己懷孕的那一刻，我躲在電台錄音室哭泣。一直以來，我喜歡能掌握自己人生方向的生活，沒想到結婚後第三個月無預警的發現自己懷孕，從此踏上了一條計畫趕不上變化的人生旅程。

### 掙扎

原本以為我會是個職業婦女，畢竟精彩的人生正等著我一一實現夢想，但是成為母親的過程有許多掙扎。從懷孕開始，懷疑自己是否預備好成為一位母親；能不能承受生產的疼痛；一直到新生命的來到，手忙腳亂的開始；照書養孩子的壓力……，突然間人生本來可以自己掌握的百分之八十，瞬間變成百分之二十。

一切不在期待中的變化排山倒海而來，本想快快回到工作崗位，好讓自己能在不適應母親的角色中獲得喘息，哪知道卻在這過程中發現自己內心的渴望。

我只記得當初告訴自己，在有限的範圍下，一定要自己帶孩子。對於自己的童年，因為父母忙於工作無法親自照顧我而有總有些遺憾，內心渴望父母常陪伴我。記得小時候，常常看著父母離去的背影，這些過往記憶，一幕幕在自己成為母親後都湧上心頭，我告訴自己「不要成為忙於自己事情而不顧孩子的父母」。

### 關鍵

但這樣的決定背後其實是「我不想和我媽媽一樣」。於是在孩子出生的第一年，大部分面對自己原生家庭與母親關係的掙扎。我發現自己許多模式好像上演和媽媽一樣的劇碼，我內心有極大的抗拒，我不想成為那樣的父母。

在掙扎中，是孩子的單純釋放我，原來愛不是任何形式，沒有非得一定要什麼行為才是愛。小時候的我，對於父母回應的期待，讓我沒有看見他們用另一種方式在愛

我。人本來就不完全，從孩子無條件愛媽媽，讓我明白其實我最想做的是和自己的媽媽和好。

就在一次又一次關係的調整當中，我開始記錄下自己內心的困難，如何重新面對自己的原生家庭，好讓我在面對自己所建立的家庭時能夠更自由，重新面對自己，雖然仍想追尋夢想。

但是，孩子最需要我的時間就是這個時候，夢想延遲個幾年也不會不實現，我問自己，如果不陪伴孩子的童年是否會後悔，那個答案是肯定的，於是我勇敢的做決定。

### 改變

除了面對自己的原生家庭的掙扎，那時也面對到許多新手爸媽的棘手問題，例如孩子無法照書養、突然間失去工作，成就感及自我價值的低落、前輩們對育兒經驗諄諄教誨……，發現許多的建議不一定會成為幫助，反而會成為壓力。雖然我的生活變得單純，但是內心有許多複雜的情緒！

印象中，那時真的只能照書養，孩子出生後，發現育兒書籍沒帶到醫院，心裡非常恐慌，深怕自己沒有牢記育兒方法而對嬰兒不知所措；之後又為了遵循某些育兒方式，讓我和孩子吃盡苦頭。

在這育兒的過程中，我發現自己並不完美，時常在發脾氣之後反省與孩子的互動。當與孩子相處變成對抗時，就發現「孩子考驗我的不是極限而是我的軟弱」，於是我和孩子道歉，重新調整相處模式，我們常聽說需要給孩子時間等他成長，但我發現我

們也需要時間改變自己。

### 收穫

良好的人際互動會互相成長，即使是凡事都需要我們教導的孩子，他給予我們的並沒有比較少。

孩子教我單純的愛、無條件的愛、單純的看待這個世界，孩子也教我看見家庭的美好。也許有人說，有了孩子後，夫妻關係多半會因為忙碌，焦點放在孩子身上而減少彼此單獨相處與對話。這或許是真實的，但是有了孩子後，我卻看見先生的好，特別是在討論孩子教育問題上，我發現彼此的想法與默契。也因為孩子，讓我更多思考與先生建構良好的溝通模式。

孩子讓我看見傳承的美好。在傷痛中，我曾緊抓著過去責怪自己的母親，但是我生命中許多美好卻是她傳承給我的。媽媽帶著我一起學做料理、一起去旅行、一起聽音樂，這一切的美好也傳承到我孩子身上。

上帝知道頑劣個性的我，有了孩子後會更完美，是因為希望「家」能被建立起來，而開始學習拋下任性的自我，慢慢的為著這些關係來改變自己。

我們可以教導孩子許多事情，孩子也幫助我們看見自己，就如同我在最近出版的著作《孩子教我的那堂課》所分享的：「成為媽媽的我，總認為自己是在給予，在與孩子一來一往的相處中我才發現，孩子像一面鏡子，清楚的映射出我的軟弱與自卑。於是我才恍然大悟，原來成為母親並不是一個決定，而是一生的課題。」■