

112 學年度第一學期 華岡藝術學校・閱讀心得寫作 推薦作品

學生姓名	王蕙雯	班級／學號	演二善／111704
指導教師	沈建興		
標 題	那年，現實與我		
書 名	《媽咪，我們會這樣幸福多久？》		
作 者	施又熙	編譯者	
出版單位	我們出版	書碼 (ISBN)	978-986-90246-5-5
出版年月	2014 年 8 月 出版	版次	初版

■ 圖書作者與內容簡介：

「幸福，會停留多久？」父親為美麗島事件政治受難者之一，因為入獄，缺席也影響著作者的整個人生，辱罵、凌辱、壓力，社會持續的攻擊作者與其母親、姐姐，壓抑，成為了他們生活的代名詞，因為幼時生活環境的影響，作者總是自卑、恐懼，缺失家庭溫暖的作者，長大後便組成了一個家庭，原以為是幸福的甜頭，擁有溫暖的家和一個可愛的女兒，沒想到是惡夢的開始，丈夫的不理解與冷漠、女兒出生就帶的心臟病，本身就擁有憂鬱症的作者深思熟慮後下定了決心，和丈夫離婚後，開啟了單親的開始，沒有人可以依靠的作者，選擇一個人帶著小孩，獨立、堅強，絕不倒下，卻受到了現實的壓迫，誣陷入獄、女兒癲癇，從一開始的絕望到最後和自己「和解」作者將這段時間的經歷、心態轉變皆寫在了書中。

■ 內容摘錄：

1. 我們家雖然沒什麼錢，但是我們很幸福、很快樂。雖然我功課不是很好，但是我懂得知足常樂！這些卻都是很多人沒有的。這個世界有兩種人，一種是懂得是非對錯知足常樂的人，另一種則是顛倒是非糟蹋生命的人。(P. 138)
2. 原生家庭是我們人生的起點，是不可也無能拋棄的，屬於我們內在的一部分。理解原生家庭帶給我們的影響或許是面對自己生命故事的一個開始，每個人都是自己人生與生命的專家，那被模糊掉的生命故事也只有我們自己有能力改寫，寫成另一部我們希望的故事，只是我們可能無力從原本的版本中掙脫，甚至是不知道自己可以掙脫。(P. 226)
3. 我們都沒有能力叫人放下，因為所謂和解，那是一個跟自己角力也是跟自己和解的過程，只有當我們被這怨恨折磨到受夠了，只有當這被傷害的憤怒被自己徹底的接受也認知了，我們才有能力自動結束這一切，因此，和解的對象不是對方、不是他人、而且真真切切的自己。(P. 230)

■ 我的觀點：

原生家庭，真的會影響著一個人嗎？我的答案是會，一個人的悲劇，往往是個性造成，一個家庭的悲劇，更往往是個性的產物，每個人生的起跑線皆不同，確實有人家裡會比較有錢、爸媽條件好、家庭美滿幸福，這些都是大家出生的起跑線，但最後勝利的，不一定是起跑線離終點最近的那個人，努力奔跑還是可以改變這一切

的。作者在書中被原生家庭影響，個性、思想都隨著環境變化著，從一開始的自暴自棄，到後面為了女兒努力奔跑著，她的成功得來不易，也因為她選擇和自己所發生的一切以及原生家庭和解，才會擁有更好的一切，在那陰暗絕望、落寞狹隘的世界裡，她不懈努力的走出來了。

我的原生家庭是和睦、美滿幸福的，我的爸媽不會吵架，也很恩愛，家庭很幸福、我在學校的表現也很好、功課好、有很多想法，很多人覺得我基本上不會有什麼煩惱，但我的生活也很疲倦，家裡負債，母親重病，為了追逐夢想的我，選擇了國中畢業後便去工作，付學費、家裡支出以及自己的生活費，上了高中後更是放學就衝去上班，回家就做家务，每天只有凌晨時才擁有著自己的時間，但沒過四個小時，又要早起搭車去學校，這樣疲乏倦怠的生活使我對生活沒了希望，恐懼、害怕、壓迫成天圍繞在我身旁，就像故事中的作者一樣，陷入無盡的惡夢，母親的狀況越來越差，甚至危及到了生命，每天像循環般停不下來的我，含著淚也只能向前走，無法停下，甚至連看母親一眼都無法，是什麼時候開始我選擇了和自己和解？是什麼時候我脫離了我心中的牢房？也許是那一天，凌晨五點，正準備出門的我突然被叫住了，是母親，她從來不會在這個時間起床，是發生了什麼嗎？「抱一下」母親突然抱住了我，我視線漸漸模糊，因為那天，母親要去住院，這次的情況未卜，早出晚歸的我雖然生活在同屋簷下，卻已經將近二個星期沒有看到母親了，那天，母親特地設了鬧鐘，早早起床，就是為了給我一個擁抱，含著淚的我，離開了母親的懷抱，還是只能出門，那天晚上，我就收到了母親的一則訊息，我們從來沒有跟對方聊過心，但我們卻相信、依靠著彼此。

「你不要害怕，相信你所選擇的，媽媽知道你很辛苦，你真的很勇敢了，媽媽身體不好，連累你了，不過你放心，一切都會好起來了，相信你所相信的一切，不管經歷了什麼，都要原諒自己，不管發生了什麼，媽媽都會給你依靠。」

這本書作者到最後選擇了面對事實，並且與自己和解，就讓我想到我的處境和到最後的面對以及和解，作者和她女兒的互動也像我和我母親一樣，堅信、依賴，家人就是愛的港灣、理解、包容、幸福，就像作者最後寫的一樣，我們通過重重難關來到這裡，仍然擁有彼此，有什麼是比這個更幸福的？

「回首來時路，再苦也值得。」

這本書有一部分要在描述作者與自己和解的內心世界與想法，我覺得與其說和解是在解決問題，我覺得和解更像是在面對問題、和平共處，面對過去的一切不會消失，和解並不會忘記一切，但和解可以度過未來。

「人生最大的難題就是和自己和解，但是放下了，就能真的自由。」

■ 討論議題：

1. 自卑，是惡夢的根源，怎麼樣的方式可以改善自卑？
2. 臺灣有十分之一的人口皆患有「憂鬱症」，如何能有效的讓憂鬱症比例減少呢？