

#11 | 李心潔專訪：父母從小用恐懼飢教育你 長大後恐懼就會變成你的絆腳石

LIKE: Hi 大家今天過的好嗎?

歡迎收聽理科PD

我們今天來了李心潔

李心潔: Hello 大家好

LIKE: 我在開始之前我必須要先講說

對於妳的認識從來沒有想到有一天妳會自己當紀錄片導演

因為以前聽妳唱歌

後來看妳演演戲

但是恐怖片我不敢看啦

就是金馬影后那一部

李心潔: 喔

妳沒看

LIKE: 見鬼

我不敢看!

我看預告

就覺得很可怕了

但是妳執導的我有看

然後今天要跟妳來聊

先先從當媽媽的心情聊起好了

我相信大家都知道說妳一開始還沒有生過小孩之前

就有一個繼女

她很小的時候就

我有看到

我有看到那個照片

真的很小

李心潔: 嗯

大概我

我第一次認識她的時候她才兩歲多吧

LIKE: 噢

那真的很小耶

李心潔: 恩，很小

我也很小!

LIKE: 對妳也很小

李心潔: 我那時候才20幾歲
但是當她差不多五歲的時候
我就把她帶在身邊了
我那個時候才27歲

**LIKE: 哇 真的
妳那時候真的很小**

李心潔: 對
我很
好像自己還是個小孩的時候就去
帶一個小孩的那種感覺

**LIKE: 很勇敢
很勇敢
然後之後
過了真的很久
然後妳生了兩個兒子
我想問的不是什麼太溫馨的事情
而是我想問兒子跟女兒的差別
因為沒有的東西就會很想要
像我沒有女兒我就很想要有一個女兒
但妳有沒有看過Louis CK (路易CK喜劇劇人)
那個standup comedy
他是一個 standup comedian
然後他有說生兒子跟女兒的破壞力不一樣的
生兒子他頂多就是破壞的物品
把東西弄壞
把地板搞砸
牆壁亂塗
可是女兒
因為他自己有兩個女兒
他說女兒是紮你心的
就是那種內在的**

李心潔: 內在的破壞力

**LIKE: 就他講了很多很好笑的東西
但我不知道對妳而言妳的感受是什麼?**

李心潔: 對我而言喔?

嗯，我分別我的女兒跟我兒子
因為我跟他們不同年紀的孩子的關係都不一樣
對，因為我跟我的女兒關係是我不是她親生的媽媽嗎
所以一開始的時候
其實沒有辦法真的用一個母親完整的母親的胸懷去
去
喔
怎麼說去
去跟她相處吧！
應該這麼說
還是複雜一點
我們一開始的時候這是兩個陌生的人
要彼此認識
她還那麼小
她要時間適應我
我還要時間適應她
所以我覺得我這個關係我跟我的老公然後加這個小孩子
三人關係是
跟一般的愛情關係不太一樣
我們是稍微再複雜一點
可能我們是必須要同時三個人去適應彼此
然後找到一個和諧的相處方式
所以這個過程其實我可能比別人經歷的更多不一樣的情感層次
但嗯，因為我真的太
太愛小朋友
我不知道為什麼
我天生就是很喜歡小朋友
只要是任何一個小朋友不一定是我自己的孩子
需要我
我一定會不顧一切完全毫無怨言的去為她付出
只要她需要我
所以當時
我第一次見到我女兒的時候
我們一起在泰國相處了三天
我記得我就問她
我記得跟她說叫她叫阿姨
她就三天都沒有叫我
到最後一天
她突然開口叫我媽媽
對，然後當下我聽到這句話的時候我就走到她面前問她「妳是不是比較喜歡叫我媽媽」
她就很靦腆地點頭
我大概兩秒的時間想一下就跟她說好啊

那你就叫我媽媽吧
真的就是
我也沒有想到說我那個當下的決定就是一輩子了！
其實我沒有想過
我也沒想那麼多
我只是覺得
我覺得這個緣分很難得
她遇到我
然後她這麼短的時間以內她就覺得她選擇了我做為她的媽媽
所以當然我許下這個承諾以後
後面就很多的事情
要去，要去學習啦
那喔，我覺得女兒比較好帶的部分當然是他們沒有那麼的好動
那而且我女兒也是屬於比較安靜的女生
所以也沒有什麼家裡物件被破壞的這個經歷
但是因為可能她從小就是她的心理層面
我就是比較需要小心的去呵護
對，就是我會
讓她那很小就知道我其實不是她親生的媽媽
但是我跟她說
其實這一點都沒有關係
最主要我很愛妳
然後我就要用很長的時間去陪伴她然後證明
證明讓她心裡有一個安全感這個媽媽是真正愛我的
所以我那時候剛帶她
她五歲的時候
我帶她在身邊的時候
我那個時候是我的事業發展最好的時候
我那時候
剛剛拿了金馬獎
對
但是我還是做出一個決定
就是
我還是想先暫時
暫緩我的事業的發展
然後嗯
全心全意的陪伴她
這個是我自己做的決定

**LIKE: 一般大明星是為了結婚愛情
然後暫緩他事業
在巔峰的時候
可是妳卻是**

為了一個小孩

李心潔: 為了一個小孩

LIKE: 對，一個小孩

可能對一個小孩

可能可能當時詞彙不多

不知道阿姨是什麼只知道媽媽這樣子

李心潔: 哈哈

對

嗯

我覺得每個人的生命好像都有他的那個使命還有他要走的那條路

這些都已經定好了

你什麼時候會遇到什麼樣的人

就是安排好的

LIKE: 那妳怎麼這麼這麼大的commitment(承諾)

人家叫妳媽媽

然後妳就要愛她一輩子這樣子

李心潔: 嗯因為我

我覺得我是一個

我覺得我是一個比較聆聽自己內心聲音的人

就譬如說

尤其我生命中很重大的決定

譬如說我要不要當藝人

我要不要來台灣發展?

然後我要不要跟這個男人在一起

然後我要不要接受我的孩子

我的孩子然後當媽媽

其實他都沒有經過思考的

它不是說

我經過分析

然後這樣這樣

然後恩恩

好

我做

沒有的

其實我不知道為什麼

我從小就這樣

我就會

好像可能我是

我是一個跟我自己內心很連結的人
所以到了那個moment(當下)我需要做決定的時候
不知道為什麼我的內心就會有一個聲音出來
然後它那個聲音帶著我去做那個決定
所以我當時當然決定的時候
因為我真的找不到任何的理由去拒絕一個孩子
我真的覺得
嗯

LIKE: 那是因為妳很喜歡孩子
要是我20出頭歲
然後有個小孩叫我媽媽
我會跟他說
喔 是不是叫錯了

李心潔: 哈哈
喔!

LIKE: 真的是每個人不一樣
但我非常好奇妳說妳是跟妳內在非常連結的人
我很好奇第一個妳怎麼知道
第二跟自己的內在很連結是什麼感覺?

李心潔: 就是比如說
好當年
我還在唸高中最後一年
我18歲的時候見到張姊嗎 (張艾嘉)
然後後來滾石唱片就說他們要簽我
那因為我住在一個小地方長大
就馬來西亞北邊
一個很小的地方長大
所以呢? 那裡的人
全部對娛樂圈的那個印象
都不是太好
因為常看到報紙很多負面的新聞
然後很多人就反對我就是做這一行
然後還會有一些可能遠親會講一些很難聽的話給我爸爸聽
就是說
噢 你家又不是沒有能力
為什麼要推女兒進火坑?
妳知道以前都會講這種話

LIKE: 火坑

李心潔: 對
但是我父母親很支持我
就是例如這樣子的情況的時候
我不太容易受外在的聲音干擾
我就會很清楚
我心裡就是有一把聲音就是告訴我
這是我的聲音
這是我很想做事情
我的夢想
我就是要去完成
我不管你們怎麼說
然後我
而且我的這個心裡的聲音
是伴著一個很強的直覺
覺得這個事情是對的
真的
然後我就很堅定
然後我就把所有反對的力量化成同意
然後我就會說我一定要做
而且我要做的
我就會付出兩百分的努力
做到很好
就有一點像是證明給大家看
我就會這樣
我比較不容易受到干擾
比如說
我答應我的女兒說好那妳就叫我媽媽
那會不會有人
他們也不是反對
反而有很多人很擔心我說
妳還那麼年輕
妳就要去當一個小孩的媽媽
妳可以嗎?
很多人是心疼我覺得我會很辛苦
對
但是
我從來沒有猶豫過
對
完全沒有
因為我的裡面的聲音她又出現了
就是
我就是要愛這個小孩

我就是要當她的媽媽給她她可能所缺乏的母愛
然後我就很認真
這可能是一輩子
然後就很認真去履行我的這個mission（任務）

**LIKE: 像妳剛剛說妳心中的那一把尺
妳不會管外在講什麼
妳確定了這個是一個正確決定就會去做
那並不是每個人都有的**

李心潔: 定力吧
可能
我也不會去跟誰說什麼反正就是
而且我可能會有一點叛
我覺得跟我的家教有關係

LIKE: 妳是爸媽教的？

李心潔: 對
就是因為我爸媽也不是受很高的教育
他們從來在教育的這個部分他們也不會給我們什麼限制或者是壓力說唸書一定要念的很好
成績一定要很好
然後妳一定以後要當醫生，律師，之類的那一種
他們從來不會
而且我們從小
好像就一直被鼓勵
我小時候從小就很喜歡表演
自己跑上舞台唱歌啊
表演的那一種
然後我爸我媽就特別鼓勵我
我還記得有一次我們有一個什麼小型的服裝表演
然後要扮演不同的角色
我還記得我媽媽熬夜
車了一個的天使的衣服
做了一個天使的翅膀跟我
然後就到學校去
演一個天使
我就拿了冠軍
然後我爸爸
也是因為我爸爸說他很內向
他覺得他因為他內向的個性
而讓他沒有辦法跟很多的人有很好的交流
所以他覺得他不是一個那麼容易快樂的人

他就特別鼓勵我要開心的做自己要做的事情然後多一點上台表演讓我變得比較外向
然後我從小好像喜歡做什麼事情我父母親就沒有阻止過我
然後我們生
成長的那個環境
就是一個小鎮嗎？
然後就很多稻田
我小時候真的很野
就是晚上晚餐開始之前你就不會看到我們在家裡
我們都是往外跑
然後去田裡抓泥鰍啊
爬樹
什麼採水果啊？
然後就是就是那種很鄉下的有點野孩子

LIKE: 很接近大自然這樣

李心潔: 對
所以我覺得有可能因為我有一個很自由成長的童年
而且那個那份自由就是讓我可以做自己
所以在我長大以後
我要決定一些事情
我生命中一些事情的時候
我就很清楚啊
我就會很清楚我自己喜歡什麼因為我從小就很清楚

**LIKE: 聽起來是妳在一個充滿愛跟鼓勵的環境長大
因為這些鼓勵讓妳在做小時候
長大再做決定的時候妳都覺得是對的是對的
而且我的爸媽覺得這樣子很好
這樣可以到讓妳很有信心去忠於你自己終於自己的決定
然後執行我覺得這個是一個很寶貴的經驗
因為我聽到大部分的人的故事都不是都不是這樣子的
所以我想他多多少少也影響到你應該比多少少應該很大一部分影響到妳怎麼樣照顧妳的下一代**

李心潔: 對
我覺得我後來長大以後才發現原來很多人不是這樣的
我有我身邊好多的女性朋友就是到現在都覺得很痛苦
就是因為她們從小不被鼓勵的去認識自己
然後可以做自己喜歡的事情
到現在她們就每天工作就覺得很累
因為她的工作不是都喜歡做的事情
那我就會問她說如果今天重新讓妳選擇的話

妳會選擇做什麼？

更悲哀的是她會跟我說她根本就不知道自己真正喜歡什麼

所以我就看著他們的人生我就覺得很苦

為什麼我希望說我可以透過各種的方式去從

從我以前我父母親給我的家教然後到我自己怎麼帶孩子這個過程跟大家分享

就是希望說我們可以尊重每一個生命

然後去聆聽他們的聲音

其實我們在這個世界上跟任何人相處都是一樣

我們只是去扶持跟幫助別人完成他生命的使命

然後讓他們能夠活出自己的樣子我覺得很棒啊

LIKE: 我自己也想要

就是在我30歲之後我去諮商之後我才長出我心中那把尺

所以我剛聽到說妳從小就有

我就很好奇說妳是在什麼樣子的環境？

長大的爸媽的parenting style(育兒關)是什麼？

因為我除了我想要自己長出這把尺之外

我希望我養育長大的兒子他也可以成為

自己成為他自己

李心潔: 我覺得主要我先回想起來

我爸媽帶我們和我現在我帶我的孩子有一個很重要的重點就是我們都沒有恐懼！

因為我覺得很多的控制限制跟

喔，妳是安排都是來自妳的恐懼

妳很擔心他怎麼樣？

妳很怕他未來怎麼樣？

對未來很多的恐懼會造成妳要控制一個人

但未來真的是一個不存在的事情

但我爸媽帶我們的時候因為我們可能在小地方生活

真的好簡單

就是他每天就是很刻苦耐勞的去做生意

然後賺錢養這個家

然後孩子每天餵飽

睡好

有讓你上學

其實就是都很基本的東西

其他而其他時間其實我覺得我童年裡面有一個部分是過得很完整的

還有一個就是玩耍

我在我小的時候真的玩得很足夠

我覺得一個小孩很需要遊戲

我曾經看過一本書說不會遊戲的小孩

他的心就已經死

所以玩是多麼的重要這個玩不是說荒廢學業或者是什麼正經事都不做只是玩

不是

其實就像我的紀錄片裡面有講說其實我

玩是孩子表達自己的一種方式

因為他們以前在接觸這個外在的世界有很多的東西

他看了以後他的感受內化以後

他從遊戲的一個方式裡面去把它釋放出來

所以你可以在遊戲的時候看到他的一些心裡的感受或是心理的狀態

那我們小的時候就是我覺得是環境造就了我們

因為我們有一個很大自然的環境

所以我覺得環境就幫我的父母照顧了我們至少50%

一個安全的環境

那我們小時候就跟大自然一起長大是我們有的是一個很因為當你回到大自然他很遼闊

你小時候在一個遼闊的空間長大你的心就會是遼闊的

然後你沒有恐懼因為你在遊戲的當下

其實它是好玩的

然後它是很當下的

你不會在遊戲的當下想說我明天怎麼樣嗎？

我今天怎麼樣？

我在抓蝌蚪我就是享受我在抓蝌蚪的樂趣

但是如果我每天都只有安排在學習

然後我這個是為了應付我下一個考試

下一個考試完我就為了要上什麼大學

我覺得這一個孩子從小就背負了太多的壓力跟對未來的恐懼和成長的話

我想說一個孩子從小就這麼大的壓力這麼不快樂

他長大怎麼會有力量呢？

LIKE: 而且這個恐懼其實是大人的

那不是小孩的恐懼

你因為你的恐懼

你把這個東西

用某種方式放在小孩身上

你恐懼可能你說你現在大人有金錢的壓力有工作的壓力

那他不要

可能因為恐懼小孩以後會有這種壓力

所以才會說你一定要讀書

然後這個有轉化成讀書成績一定要好才有競爭力

然後一路就這樣子一個連鎖連鎖效應之後就變成fear base (恐懼)的parenting

威脅你如果不這樣子以後就會這樣

李心潔: 他就告訴你以後

如果你不這樣一定會怎樣

其實我真的完全沒

我真的我完全沒有這個框架

我從小孩的時候我就沒有這框架而不是我當了媽媽才沒有
我真的覺得非常簡單
其實我們真的把事情都搞得太複雜了
一個人活著是非常很簡單的
就是你心
你從小就一定知道你喜歡做什麼啊
然後我真的覺得一個人喜歡
為什麼他喜歡做
因為他可以駕馭
為什麼他可以駕馭
因為那是他的天份嗎？
所以你的孩子喜歡做什麼？
你就是讓他去做什麼啊？
然後他自己你也不用教他太多
他就自己去探索
這樣以後他長大的時候他就很獨立呀
他不管在什麼樣的環境跟什麼樣的人相處
他其實都都可以生存的很好
就我們小時候
我父母親也不會特別教我們什麼跟我現在一樣
我的孩子我也不會特別教他們什麼
我就是給他們一個環境
然後他們每天看我喜歡說什麼他們就跟我做
然後我也陪他們就說他們喜歡的事情
生活跟成長就是這麼自然的一件事情
我們要相信孩子的能力

LIKE: 或許我們也要對大人有一些鼓勵！
因為這些大人我們可能需要先安撫他的恐懼說我沒事
你看李心潔也好好的！

李心潔: 我沒有唸大學

LIKE: 她非常好
like (像是)
教育或者是學歷是it's overrated(高估)

李心潔: 你要聆聽你的孩子啦
譬如說我們家四個
我跟我三個弟弟
我媽媽真的是讓我們四個長成自己的樣子
四個都不一樣
我們的路

我們做的事情都不太一樣
當然
兒子
我弟他們年輕小的時候也是很叛
但我媽就就不會那種
就是要每個孩子都一定要做他期望的事情
他從來對我們沒有任何期望
然後在我們的成長過程中很壞蛋或頑皮的時候
發生一些很棘手的事情的時候
她跟我爸就會去面對就會去處理呀
就會陪伴你呀
因為誰的生命會完美的嗎？
一定是有這樣子的這個挫折你才會成長嗎？
他就用他們的愛默默的去陪伴我們支持我們
然後像我們四個孩子裡面
三個都沒有大學畢業
我甚至講的更那個
我的一個弟弟他連高中都沒考
他連高中的大考都沒考
但是我們有一個特質
這是我們四個從小就很清楚自己要做什麼
我是七歲
第一次站上那個乒乓桌的舞台
我就告訴我自己這件事情我做得非常開心
我看台下人也挺開心的
所以我就跟我自己說
我就是要一直做讓我開心的事情
所以我從小就是自己舉手要參加比賽的那種小孩
然後一直做到。。。
妳看我一輩子從7歲到現在40年了
我就一直做到現在
一直都永遠不會覺得疲倦妳知道嗎？
就算工作很累的時候就覺得
哇我的創作靈感源源不絕
然後每一次做都覺得自己有很多的學習
甚至是遊戲的心態
就覺得好好玩喔
我可以認識很多新的人
然後就懂得遊戲
到了長大到社會你還是很懂得遊戲
就把每件事情都當好玩來做
然後像我的弟弟那個沒有去考到那個高中大考的弟弟

他13歲就告訴他自己他以後要做家族事業的生意
他從13歲就沒有跟家裡拿過一毛錢
他就自己就這邊闖那邊闖
就做很多很多很多的事情
但他也比較叛逆
他的人生也是經歷了很長的起起落落
但是都很年輕的時候
他現在是一個蠻成功的生意人

LIKE: 但我必須說

很多可能有些七歲小女孩站上箱子說她要去唱歌
她爸媽就會說妳下來
他們可能第一個害怕說
當歌手。。。。

李心潔: 恐懼呀！

LIKE: 就是都是恐懼！

歌手可能路走不遠或者是你譬如說有小朋友想要去韓國當實習生好了
那家長想到的是什麼
跟小孩想到的絕對不一樣！
小孩還想到的是
他可以變成BLACKPINK
然後家長想到的是
哇 實習生那麼小要去當實習生
被刷下來
然後出團又不一定會紅

李心潔: 很辛苦喔

LIKE: 大人想到的是各種東西

又變回恐懼
就會又回到妳剛剛講的恐懼了

李心潔: 但妳有發現嗎？

我後來為什麼可以把反對的聲音化為我的動力
是因為我發現反對我的人的恐懼都來自於他們都不熟悉這些事情
他們沒有做過所以他們才有恐懼
其實妳真的去問那個專業的人
他不會給你這種恐懼的
因為很多講自己負面的話的人
他們其實是因為他們都沒有經歷過這些事情
他們都沒有做過

LIKE: 畫重點

李心潔: 所以因為父母的經歷不夠多的時候
像我們為什麼對孩子可以這麼的開放
因為我們自己的人生經歷很多啊
我19歲就離開家裡
然後我就一個人在台灣跟香港打拼
有過程啊
但是沒有那些過程我怎麼會成長呢?
然後所以我也就是從年輕就一個人去旅行啊
所以對我來說
我孩子要去哪去去去去
最好你多去不同地方
就是見識
然後我都會很鼓勵他們
像我的女兒
那時候疫情的第二年
她就去上大學嗎
然後可能我老公有點擔心
我就跟她說
有什麼好擔心的
那麼年輕
妳就去啊
妳要有妳自己的生活
妳每天關在房間就很健康嗎?
因為妳的上網課
每天關在房間
我覺得好不健康
然後我就跟她說媽媽支持妳
趕快去
一定會很好玩!
然後我就
而且她其實去的時候我也沒陪她去呀!
我就跟她說妳人生難得第一次出國
追尋妳的夢想
妳一定要一個人自己去體驗!
因為我當時也是這樣
一個人就坐飛機就來台灣了!
然後我就會
我都會很相信她要做的這些跟她喜歡的事情都一定很棒
然後呢她一定會很enjoy(喜歡)!
的確

她到那邊她就很開心！
她就很enjoy(喜歡)她的life(生活)
反而她更多東西跟我分享
我們的感情變得更好更像好朋友
所以我我不知道談
可能我
我覺得人就是要有經歷
千萬不要怕小孩子就是有挫折

**LIKE: 像妳這麼樂觀的人
然後不怕小孩遇到挫折
那妳自己遇到挫折
妳怎麼帶自己走過呢？
雖然外在看起來可能覺得妳沒有什麼太大的挫折
事業都很成功
然後。。。。**

李心潔: 阿
一定有
對
我記得我第一個最大挫折就是
我剛到台灣
然後發了第一張專輯
然後專輯賣得很不好
然後就很多創傷
就覺得自己很失敗！
然後所有人看我
我都會覺得你就是一個專輯賣得不好的歌手
很失敗
那年剛好農曆過年
我就回來家裡
那回來家裡就覺得好溫暖喔
這邊有愛我的人我就不用再回去那個戰場
再繼續去奮鬥這樣子
我真的我的腦海裡是有一秒是想過我就放棄我就不回去了這樣子
但是第二秒我跟我自己講我說你喔
如果現在有這個挫折
妳不去面對的話
以後
妳還逃避的話
妳有什麼事情都做不了
妳做什麼事情都不會成功
所以我就跟我自己講妳在哪裡跌倒一定要在哪裡爬起來

我就會自己會有這種很很正面的聲音出來
就是我有時候會有個魔鬼負面出來
但是我同時也會有一個天使
就是我的內心
當然我還會
也是會有一些掙扎
還有對話
但是我感覺我好像如果我的內心的對話負面的情緒太多的時候
我就會趕快找方法！
我就會找一些很有正能量的人
或是說我的一些前輩
他經歷過類似這樣的事情然後他我就會去找他們談
我絕對不會
我比較少就是在自己的這個裡面一直鑽牛角尖

LIKE: 鑽牛腳尖

李心潔: 我不會
我很會利用我身邊的朋友
甚至是我後來為什麼會去學佛
就是因為有一次
因為我很熱情
很愛關心身邊的人
所以他們很多負面的情緒都會來找我聊然後我就會去鼓勵他們
然後就有一年
我覺得自己好累好累
大概可能也經歷了很多事情
我大概28 29歲的時候
我就在馬來西亞拍一部電影
那一部電影
演我媽媽就是台灣的一個很有名的演員劉瑞琪
以前演「酒矸倘賣無」的女主角
她就演我媽媽
然後有一天她就跟我說她有一個姐姐在美國出家
要來看她
從美國飛來
我馬上就問她說我可不可以跟你姐姐聊天一下？
她說好啊！
結果她姐姐到的時候她就安排我跟她姐姐有一個一對一的對談
然後我就問她說
我就跟她分享說
我覺得我最近身心疲累
工作忙碌

然後做很多事情都不開心
而且很多人跟我分享他的問題的時候我都覺得我自己心很累
我沒有辦法幫助他們！
所以我就想說我是不是都不要再愛這些人
是不是都不要做這些事情！
她就跟我講了一個很簡單的故事
她就說
妳知道嗎？
孔雀是吃有毒的植物
牠卻開出最漂亮的屏
所以她講完我就很明白
她就是意思是說妳不要放棄妳現在在做的事情
它都是好事
但是妳必須要去增長妳的智慧
妳才能夠很自在地去幫助這些人
對，所以我就是一個
如果自己沒有辦法變成那個比較難的事情的時候
我就是會趕快去尋找我身邊的人
看是誰可以幫助我
就是比我更成熟
更有智慧的人

**LIKE: 那妳後來又學了畫畫
還有冥想
這些東西對妳的
就真的有帶來像
喔，找朋友聊或是什麼的幫助嗎？**

李心潔: 療癒啊！
其實我開始
我沒有學過畫畫
我開始畫畫就是因為那一年我的我最愛的外婆過世
對，那 嗯因為我外婆過世我覺得還年輕啦
大概才68歲
然後她得胃癌
而且我那時候還很年輕
我沒有辦法面對死亡這件事情
我就很不能接受我外婆一個這麼慈悲的人
她的晚年去承受這麼大的痛苦
因為胃癌是很辛苦的
她就是病了差不多半年的時間
非常痛苦
然後就離開了

我當時真的是難過到
不知不知不知道要怎麼接受這件事情
然後難過都我自己沒有辦法處理我自己
然後我就要回到台北
參加完她的葬禮我就回到台北
回到台北後就好幾天我沒有辦法講話
那有一天我就看了一部電影法國的電影叫做米娜的故事
那個店裡面就在講兩個兩個好朋友
其中一個女生她是很喜歡畫畫的
然後看完那部電影好像就啟發了我
我就想
很想畫畫
我就開始去買那些顏料回來
從那天開始畫畫到現在我沒有停過
然後我覺得我好像找到了某一種方式讓我自己有一個出口
然後這個畫畫的創作療癒了我
我對我外婆死亡的這個創傷
然後一直到現在我就一直很堅持要住豪華的創作當然因為我是演員
然後我又是歌手
要先琢磨
但是對我來說
這些創作本身它都還是需要語言呢
而需要某一種形式去表現
但是畫畫它就非常的抽象
它可以表達的是我更內在更無法用語言表達出來的某一些情緒跟狀態
所以在我做畫
而且它非常個人
我覺得這個真的很棒
我不需要去配合任何人
我不需要配合導演
配合這個世界所有的人
這是我的創作
它非常的純粹
所以我就一直堅持支持做這個創作到現在

**LIKE: 那妳知道這個紀錄片對妳來講
多多少少也有表達到同時療癒到自己嗎？**

李心潔: 肯定是會有
我覺得就在我拍山頂小屋的時候
我就在想說我要怎麼
怎麼講這個故事
因為我沒有辦法在一個小時裡面去講一個超一百年的教育

它那個教育的整個整個system（體系）是很大的

LIKE: 華德福

李心潔: 對，華德福教育
那我就想說
誼我就想到其實不管什麼樣的教育
其實重要的是去執行他的人
能不能把這個精神發揮出來？
所以我就，嗯 很簡單
我就拍這個老師
因為我
我也是因為接觸的這個老師才深深地對華德福的教育有認識跟那麼熱愛
所以我就拍她
其實從
所有的一切都是從人性開始
就從這個老師
開始去說這個教育
然後當時我當然在拍的過程中有很多的觸動很深
而且拍紀錄片就是這樣
它的好玩跟同時也是它的困難
就是你不能夠預設你也不知道到底每天會發生什麼樣的事情
被拍的人物他都不是真正專業的演員
那些孩子都不是受控的
妳知道嗎？
妳只能夠很清楚
內心有一個理念妳要分享
然後，很奇怪的喔
它就是每一天很多的事件
就會完成妳那個使命
我覺得很奇妙！
然後當然跟老師的對話也是越來越深入
拍的，我第一天開始先跟她做訪問
然後到了中間做一次訪問
最後也做一次訪問
在那個樹林裡面
就是
越來
我們談的事情就越來越深入
越來越進到不是教育
而是人的一個內心的狀態

LIKE: 以一個媽媽的角度來說

選擇孩子的學校真的會有很多恐懼

那妳是因為什麼原因？

如果只能講一個原因

妳是因為什麼原因

選擇把妳的兒子送去華德福

李心潔: 我覺得特別簡單誼！

那真的就是

其實很簡單啊

就是孩子小的時候都是用模仿的方式去學習的嗎？

那他，小時候兩個他接觸最多的環境一個就是家庭一個是學校

那家庭教育的部分

那我就把自己做好

那學校就是他到底跟誰學習很重要！

我不管他是

那個老師是從事什麼樣的教育

就是我覺得這個人是我孩子值得學習的對象

我就會把我的孩子送去

因為這個老師她就是一個很有智慧的人

而且她很

她有一種很純粹的愛

我覺得她就是很正真愛小孩的人

然後我覺得這兩點就已經讓我

足以讓我把我孩子送去跟她學習

我就會很放心

LIKE: 那妳有比較過其它並不是那麼傳統

像蒙特梭利啊

李心潔: 沒有欸

LIKE: 就沒有？

我覺得這個好就去

李心潔: 沒有

當然因為我經歷了我的女兒的教育

那那個可能是其他媽媽可能不會經過

這個對我當然有很大的幫助在帶我兒子的時候

就我我女兒就是在香港的時候

我帶她

就是有一個我覺得比較不是很好的體驗

在教育的部分

就是因為妳知道香港是一個競爭非常大的社會

所以那小孩在那邊成長就很辛苦喔！
我是花了好大的力氣才幫她申請到一個學校
然後進去還要面試
面試還要第一班學習
然後因為她的個性又很內向
然後每一次見老師
老師就不停的跟我講她有各種的問題
然後甚至那老師還叫我帶我女兒去看心理醫生
一個媽媽每天都有人告訴妳妳的孩子有問題
甚至叫妳
妳知道嗎？
做這樣的事情
那妳一定會覺得很挫敗
而且我那時候還那麼年輕
所以我那時候就很痛苦
其實那時我帶我女兒在香港時是非常痛苦
而且我
我那個時候就有一個很大的問號對教育
我就在想說教育到底是什麼？
教育不是應該是扶持的嗎？
可是現在的教育大部分就是競爭跟比較
然後呢
我覺得
我所謂的扶持應該是
你應該把
更可能能力沒有沒有那麼好小孩
你應該更關心她
更照顧她
她才能夠
我們的社會才能夠平衡嗎！
但是現在的教育制度不是這樣
所以我非常的失望很沮喪
那，我就，而且香港那種環境並沒有什麼大自然
然後就是一個很擁擠的城市
所以我當下就覺得我是我女兒的母親
我應該要能夠為她做出改變
我不能再讓我的孩子在這麼不健康的環境裡面成長
我覺得一個人的童年是非常非常的重要的
它甚至影響著人的一生
所以我不希望她的童年有太多不好的這個經歷
而影響到她成長以後的人生
所以我當下就做了一個決定

我要帶她回家
我要帶她回馬來西亞
因為馬來西亞就是一個有很大的空間
然後節奏也是會有時間讓一個孩子正常的成長的一個地方

LIKE: 很勇敢很勇敢
而且很忠於自己的決定
不會因為別人怎麼說
因為通常
如果心中那把尺
或是自己也不太確定的時候
就覺得其實別人也這樣子
那我是不是應該要改變我自己
或是我的孩子

李心潔: 是不是我的問題呀?

LIKE: 對對對
大家會想到是不是我們的問題?
然後而不敢說不對
這樣不對喔

李心潔: 做出決定
做出改變

LIKE: 是
我覺得就是很難的

李心潔: 嗯嗯
後來發現
好像很多人都覺得很難
就是有很多的恐懼
但是我往回看這些人
喔
其實
誒 他可能小的時候就是因為他從小就是什麼都要聽父母的
然後父母有很多的安排
就是他可能人生很多的決定都是要隨著父母的意願去做決定
所以
因為他從小就可能沒有辦法用自己跟聆聽自己的聲音
所以就算他長大了做一個母親的時候其實他那些陰影
我所謂的陰影
就會跟隨他

然後叫他做一些決定的時候他過去的這些我覺得比較負能量就會跑出來影響他
就讓他的恐懼再次升起
所以為什麼我在我的紀錄片的時候
我說身教很重要就是說還有人的內心世界很重要
因為我們的內心世界其實是運作的我們的每一天
只是你是不是能夠意識到？
所以如果你願意安靜下來進入你的心裡
然後去整理自己或者是說
喔 去回看到底你的人生過程中有哪一個部分是你需要去轉化他的
因為如果你不轉化他
其實你雖然現在看起來是一個大人
但你真的內心可能還是那個小朋友

LIKE: 是

李心潔: 對啊
所以你其實一直都沒有長大過
所以你也很難很成熟的去帶領你的孩子
對，我剛開始帶我的女兒的時候是一個小孩帶小孩
但因為我的女兒給了我很大的提醒
然後幫助我找到了我自己
然後也讓我在這個過程中有很多的成長
所以其實我們跟孩子在一起的關係應該是一起學習跟成長彼此
而不是只有說我是大人
你是小孩
你就得聽我的
我是最對的
我的決定是最好的
我覺得不一定

LIKE: 是！

**而且有的時候我們會
大人很容易怕輸給小孩**

李心潔: 喔
會嗎？

LIKE: 會

有些大人會一定要

李心潔: 自尊心啊？

LIKE: 我覺得這個是他們無心的

就是小孩做什麼事情
譬如說小孩拗
發脾氣
大人就一定要把他壓過去
可是如果我們知道我們現在跟小孩不是比輸贏
我們不是要跟這個小小的朋友你說你不聽我的
我就輸給你了
他們通常沒有辦法。。。。

李心潔: 那個是很小孩的心裡啦！

LIKE: 他們通常沒有辦法很直白的講出來
其實我是怕輸給他
但是他們在行為上表現得這樣
通常大家看不到自己

李心潔: 喔，會這樣？
但我的
我可能很早的時候就決定做一個很真的媽媽
就是說我不會說在我的孩子面前就是一個
我不會撐
我累的時候我也會讓我孩子知道
活著是他們把我搞的崩潰的時候我也會跟他們說媽媽很辛苦
然後我就會哭
我想我面前哭的
然後我的情緒很多
有些時候我還是會跟他們分享
我不會過分的去把我的情緒發洩他們
但是我會跟他們分享
就讓他們知道說媽媽其實也有他的他的很多的不同的狀態
然後我從很以前就告訴我自己
我要是一個會say sorry的媽咪

LIKE: 我最近也是
我

李心潔: 也開始？

LIKE: 我昨天才跟我兒子道歉的！
跟他說我前天真的有點太兇了
我覺得不需要這樣子的
他還問我說為什麼？
因為我小朋友

很快，一下子就忘記了

李心潔: 對

LIKE: 隔天的事情但我跟他說你可能記不清楚了
可是媽咪要跟你說我覺得媽咪在陪你看那個書的時候
我就說你的態度
學習的態度
不會沒有關係
但是我們學習的態度要正確
不可以要跑開藥或是什麼樣？

李心潔: 認真一點

LIKE: 但後來我就覺得我太兇了
所以我就昨天晚上跟他道歉說媽咪對不起
但他還說為什麼？

李心潔: 他也沒有那麼在意

LIKE: 他沒有那麼在意
但我要讓他知道我跟他說媽咪不是永遠全對
我講話不是全對
媽咪也會做錯事
但做錯事之後我會跟你道歉
但媽咪會希望自己下次可以做得更好！
就是妳剛剛講的身教

李心潔: 我覺得這個很好啊
因為這樣的話
對孩子有什麼好妳知道嗎？
就會覺得孩子長大以後也不會把自己逼得很死
就他也知道說我媽媽以前也不是一個完美的人啊
那我也可以不只是我媽媽包容我
來愛我照顧我
其實有時候我可以也可以像一個大人這樣去給我媽媽抱抱
或者說去關心我媽媽
不是永遠就只有是大人
什麼都是要大人承擔嗎？
所以我覺得反而這樣子讓他們更輕鬆
對
所以我就跟我兒子他們相處的時候我就盡量我盡量就是很坦承
那他們

我盡量就是讓他們
其實照顧女兒的時候我那時候有年輕時候是比較兇
然後我經歷過那段時間就是比較執著以後我現在更不想那樣
因為我覺得一點好處都沒有
對
因為孩子在一個很景公的環境之下你跟他這樣子生活其實你跟他都不快樂
那你回想一下
孩子
其實很短的時間欸
他們成長的過程幾年就過去
然後他就跟你就不再是那種很黏的那個關係
所以有時候你太執著於某一個點阿
某一件事情
然後你過了那個那個孩子成長的過程回頭看你會覺得很遺憾
很遺憾
你失去的太多美好的時光你沒有好好再去享受你們兩個人之間的
應該是美好的生活時光
然後就因為你很執著件事情
然後那件事情到了幾年又發現其實它也沒有那麼重要！

LIKE: 真的

今天很開心可以跟妳有一番談話
然後我非常欣賞妳的parenting style ! (育兒方式)

李心潔: 謝謝

LIKE: 那我在孩子，你好嗎？這部片裡面

我覺得有充分的講了我剛剛很多的問題的答案
都可以在這裡面找到！所以。。。

李心潔: 希望大家可以去支持！

3月31號這個系列孩子，你好嗎？系列的紀錄片就正式上映了！

LIKE: 那今天就這樣啦

歡迎到YT或PODCAST留言跟我分享你們的想法

謝謝收聽理科PD

喜歡的朋友們幫我到APPLEPODCAST留言加按5顆星

理科PD

我們下次見