

# 做幸福的事

## 張小燕 公益路快樂行

「綜藝教母」張小燕在娛樂圈的資歷超過一甲子，除對自己的工作不斷求精求進之外，許多知名藝人都是由她提攜出道。而她對公益活動更是不遺餘力，總是身體力行呼籲大家捐助支持。

整理／羅怡如 攝影／羅怡如 部分圖片提供／世界展望會、大鵬傳播



**張** 小燕五歲開始演戲，成為台視的基本演員和著名童星，從此進入台灣演藝圈。出道至今更獲獎無數，多次獲得電視金鐘獎「綜藝節目主持人獎」殊榮及諸多其他獎項。

張小燕主持的每個節目都膾炙人口、紅極多年，就像許多人都相當熟悉的《超級星期天》，一開始由張小燕和庾澄慶、吳宗憲、卜學亮搭檔主持，後來，主持陣容加入黃子佼和曾寶儀等人。該節目中的主持搭檔後來在演藝圈皆各有發展和表現，成績出色、獨當一面。而續作《快樂星期天》更是六度入圍電視金鐘獎「綜藝節目主持人獎」，於二〇〇〇年第三屆金鐘獎和二〇〇一年第三屆金鐘獎，二連霸獲得該獎項。

二〇一八年張小燕於

《KBS的綜藝談話節目《小燕有約》播出最後一集後，節目正式停播。節目停播後，張小燕暫無主持節目，工作告一段落、暫時休息；她對此表示：「我覺得老天爺要我休息，這個圈子待久了，最習慣的事情就是節目開與停，有捨必有得吧！」張小燕自出道至此，已活躍於演藝圈超過一甲子的時光。

### 多關心長輩

常以逗趣活潑的形象出現在螢光幕前的「綜藝大姐大」張小燕，有個高齡九十歲、比她更懂得打扮和生活的母親。她與媽媽的感情極好，她也從母親的身上看到，未來想要當個快樂的老人，必須從年輕時就該體認到，什麼樣的個性，就會影響日後是孤獨、或是開心。

張小燕也分享她與母親



張小燕說：「孩子需要一個機會，讓生命有所不同」

的相處之道。張小燕提醒，為子女對父母要用點心，這就好比談戀愛的時候，你會想對方要什麼，但你可能很少想『我爸媽想要什麼』。同時，

也要體貼父母，有什麼決定，提早與父母商量。例如，為子女要搬家、出國或換工作，老人家可能因為沒有生產能力，只能暗自不安，不敢多問多說，因此常常成為他們憂鬱的來源。所以子女要讓長者在心理上，覺得還是（爹）娘，還是一家之主。因為她曾看過不少寂寞的長者，最後很容易

放大一些身體的不舒服，或真的只能等到大病大痛，才換得子女的關心與探望。

### 為公益發聲不遺餘力

受到好朋友孫越、陶大偉的影響，張小燕的公益之路持續不斷。一九九九年，孫越、張小燕和陶大偉聯手為中華民國安寧照護基金會拍攝「安寧療護宣傳廣告——人生譚站篇」，宣導「House Peace」的安寧療護概念，提供癌症末期病人前往下一段旅程的

休息站，使患者在病症末期也能「生命有品質、身心靈平安」。

她也曾為「珍愛生命，關懷憂鬱」徵稿活動代言，擔任生命守護天使，張小燕表示，心情低落的人，不一定聽得下勸告，但是支持與陪伴是很有趣的方法，多一分關懷，隨時一句簡單的問候或關懷，讓身旁親友知道有人在關心他，都可降低遺憾的事情發生。二〇一七年她的子弟兵黃子佼與畫廊聯手於台北舉辦聖誕公益義賣聯展，為神經纖維瘤症候群的罕見疾病患者募款作公益，身為師父的張小燕二話不說大方捐出兩個包做義賣。知名主持人楊月娥的女兒小葵在十七歲時罹患血癌，小燕姐也多次前往探望，





甚至提了大包小包的糖果餅乾玩具等，結果都是小小包的用品，小燕姐就是這樣貼心的人，散播歡樂散播愛。那一年，為了讓更多人認識肌萎縮性脊髓側索硬化症而舉辦的「S的冰桶挑戰」，當時她被好友金士傑點名，雖有氣喘，但還是接受冰桶挑戰，當徒弟卜學亮先從頭淋她一大桶冰水後，她又主動拿起另一桶當頭澆下，進電梯時她咳嗽發抖說：「一桶是我自己的，另一桶是幫孫越孫叔叔的，他有肺病，我來。」這是對公益的熱情，也是朋友情深。

此外，她與情同姊妹的好友張艾嘉

連續響應台灣世界展望會「一萬個紅包·一萬個契機」行動，希望藉由紅包，使國內經濟弱勢的家庭和孩子，獲得生命的轉機與希望。張小燕表示：「我們若有能力在孩子的成长路上多幫幫忙，他將來的人生，會有很大的不一樣。孩子需要一個機會，讓生命有所不同。」參與過程中，她亦一起探訪偏鄉，看到很多弱勢家庭，有的父母不在、有的則是在外地工作，他們很多都是隔代教養，更讓張小燕感受到這些孩子需要更多的輔助力量，幫助他們找到興趣與方向。

張小燕認為偏鄉弱勢的孩子，除了需要關心，更需要的是一個機會，「我們看到現在有很多成功的人，他可能以前就是從山上下來的孩子，但因為他多了一些機會，也多了一些人的幫助，他的生命就可以產生不同的轉變。」

### 想幸福 要有執行力

對張小燕來說，表演舞台根本已經等同於她的人生。她從來不作秀，過去作秀是很賺錢的，但她不想因為錢，失去了對節目的熱情；她也不輕易代言廣告，因她認為自己對觀眾有份責任。徒弟、好友要替她過生日，她只給一個帳號，那是她信任的公益基金會的帳號。

小燕姐曾說過：「我天生就是海軍陸戰隊，要搶灘登陸，就喜歡打仗。怎麼可能沒壓力？要有能力承受，才能做這行。對我來說，從來沒有一個仗是好打的。」

她從一場又一場的戰役中，帶給觀眾歡樂，也為自己累積實力，當然也為別人帶來幸福。她認為，每個人應該要根據自己的能力，去找能讓你幸福的事情。想幸福，就要有執行力，做一點是一點；做，就有一分，光想不做，連一分都沒有。自己的幸福自己找，不要抱怨為什麼不幸福、不快樂，沒有人該給你快樂，你要付出，才會有成果。