

opusdei.org

## 优质父母

「倾听孩子的声音，付出你的时间...」圣施礼华如此鼓励父母亲们。这也是为什麼乔治·克劳德说，「我的孩子们需要感受到我花些时间陪伴他们。」

2009年9月8日

要均衡兼顾工作和家庭实在不是件易事。事实上，这是一连串的挑战，绝不能掉以轻心的。

我在智利出生，双亲都是法裔人仕。他们非常关心和著重我们的品德修养，也和我们做孩子们的维持著亲密的亲子关系。我到现在仍老爱回味著昔日在晚餐後，聚在一起侃侃畅谈生活趣事的情景。

我现年47岁，有了自己的家庭，一共有12个从几个月大到18岁的儿女。虽然我总是坚持要尽努力做好养儿育女的伟大天职，然而，我能深深体会到这绝不是容易的！

我的工作需要我全神贯注，我发现以下几点方法能帮助我去均衡兼顾家庭与工作：

祈祷 - 我很努力虔诚地为妻子和孩子们祈祷。每天我都会向他们的守护天使祈祷，为他们每一个人唸一遍托赖圣母经，奉献一端玫瑰经奥蹟给我太太，另一端为了我的孩子；然後至少为他们唸一遍圣施礼华祈祷卡祷文。

（如果他们当中，有人遇到甚麽难题时，我会更加特别地为他祈祷。）

花些时间陪伴每一个人，先从太太身上开始，圣施礼华常说道：「当你让生活变得井然有序时，你所得到的回报往往是事半功倍的。你将可以有多些时间为天主工作增添光荣」。我在平日大都会和太太共进午餐；每隔六个月左右，我俩更会相约出外共渡一个週末。

至於孩子们这方面，他们需要感受到我为他们付出时间--通常我会个别地邀他们去吃冰淇淋；或是与他们散散步。藉此能让他们有机会感到自己是众多孩子中那“唯一”的一个。另一个秘诀则是按照他们的年龄大小不同，在黄昏或傍晚时载他们回家，在他们开心放松的心情下会是个良机与他倾谈一切。这适用於各年龄层的孩子们，因为让他们从小就养成与爸爸谈天的习惯是百利而无一害的。

要向孩子灌输一些信仰方面的热心神工，让他们视之为自然而然的事，无论是在家中或是去望主日弥撒，在餐

前唸感恩经、正午唸叁钟经。我们也习惯在睡前去到他们的房间说晚安并以灑些圣水在他们前额降福他们。这对孩子们来说，是项他们重视甚至要求的重要礼仪呢！

乔治·克劳德（智利）

---

节录自《基督刚经过》no 29 圣施礼华讲道「婚姻：基督徒的圣召」

父母应当倾听子女的心声，花时间在他們身上，甚至不惜牺牲为自己保留的时间；让他们感受到你对他们的信任，相信他们说的任何事，甚至当有时候他们想蒙骗你时也要采取这一贯态度。不要怕他们反抗。因为你们自己在这年龄时，何尝不也是如此？先做出让步妥协，并为他们祈祷。如果你们表现出这种基督徒的态度，同子女打交道，他们必然会对你们敞开心胸。这样，当他们理所当然产生好奇疑问时，就不会在一些粗鲁卑劣的朋

友们身上去寻求答案。你们对子女的信任、和他们友好亲密地相处，会在他们对你们诚恳坦白的态度上得到回应。如此一来，即使偶有争吵或误会，也不致酿成祸患。而这就是所谓的家合万事兴、真正基督徒生活之真谛。

---

pdf | document generated  
automatically from [https://opusdei.org/  
zhs/article/article-174/](https://opusdei.org/zhs/article/article-174/) (2026年4月2日)