opusdei.org

当我把天主放在第一 位,其他的都各安其 位

莲娜已婚55岁,谈及如何把具 高要求的专业工作与抚养三名 孩子的工作结合。

2020年4月17日

莲娜、已婚、55岁原居菲律宾,现已在美国住了31年。她是IESE 商业学院纽约校园的教育执行董事。她与丈夫及两名17岁和14岁的儿子住在新泽西

州,她的18岁女儿在西班牙纳瓦拉大学就读第一年。

作为一位家长,你生命的主要目标是 什麽?

在现阶段,作为一位家长我最主要的目标是确保我的孩子接受良好教育。 不单是大学教育,还包括灵修、社交 及文化培育。不久将来他们会独立自 主,我希望帮助他们面对世界成为负 责任的成人。

你参加了主业团活动多久了?

我13岁时在菲律宾第一次听闻主业团,妈妈鼓励我参加一个女孩会,那裏有烹饪、手工艺及其他活动。最重要是这團体让我接触更深入的天主教信仰。刚开始并没有很深感受,但随著时间过去,倒感觉很有意义。我记得爸爸曾给我一本书叫「信仰解读」(作者特雷塞里奥),读了第一页就放弃了!过了很多年,在大学时重拾

此书便爱不释手。我认为追求灵性的 慾望会随时间改变。

当我在1986年到达美国时,我其中最早探访的地方是到奥尔德顿中心,一间主业团在曼哈顿上东边的中心。我想继续参与每年的避静。这些日子我常到市内墨里山广场中心,不单参与月省和每年避静,还有专业发展研讨会和文化活动。

这些活动对你有甚麽益处?

主业团不但帮助我深化天主教信仰的 认识,同时也帮助我建立良好的工作 习惯和崇高理想,这些帮助我成天主 对我的要求。有好些讲座系列,例 如一育儿、教育子女的自由、处理孩 子们面对社交媒体的挑战等等,都帮 助我和丈夫认识更多和成为更关心子 女的父母。我发现每月参与数次这些 课程让我更有效去工作,不论在家或 在IESE。 某星期的题材可能是小事情的重要性,可帮助我记起认真仔细地回覆电邮和注意细节的重要性,或是提醒我尝试时常微笑的重要性,当我面对孩子时,或一整个会议厅的高层行政人员,正期待着每一环节得到及时和出色的服务时,要时刻保持愉快和耐性。

作为妻子、母亲、专业行政人员、女儿、姊妹、朋友——所有这些角色,都连结一起成为我亲近天主,为祂而服务他人的终极目标。

全职在外工作肯定需要建立清晰优次 和善用时间。为家人预备美味食物、 为朋友焗焙、旅遊或为IESE 商业学院 提供专上教育课程都很重要。我认识 到这些活动都令天主欢喜,只要是尽 我所能为祂而做。主业团教我如何改 变方向,追求完美 - 但不要成为完美 主义者,但要尽力工作和照顾家庭, 全出於爱天主而作。

你平常的一天是怎样过的?

因为家住在新泽西州所以我很早起床,每天坐火车去曼克顿。我讨厌挤迫的火车,所以早上七时便到达市中心,赶得上参与弥撒,弥撒在圣婴堂(Holy Innocent Church)举行。有些人一早起牀做瑜伽及默想,我则一早起来到圣堂在天主的临在中默想!就这样建立了我的一天之始,把事情从整体角度去考虑,因而得到平安。我发现先把天主放於首位,祂会倍增我的时间。

之後我由37街步行到57街,边唸着玫瑰经边欣赏没有遊客的时代广场灯饰,基本上我可以在九时之前到达办公室,沿途可以寄信、去银行、或到药房购物。

我的工作需要与世界各地的高层行政人员沟通,一早到达办公室可以让我抓到机会与亚洲及欧洲的行政人员联繫。IESE 的总部在巴塞隆拿,基本上我们会在大清早首先进行电话会议,之後会与机构代表作咖啡或午餐会

面。否则,我会不断地用电话或电邮 联络。我们会在午後一时午餐,尽量 在公司裏找个地方一起吃。这是一个 好习惯,否则大家都是对著电脑吃午 饭。每星期两次我尝试溜进NY Health & Racquet健身房一句钟。不 经不觉已是五时半,若没有其他约 会,我会赶着到佩恩火车站尽快回 家。

丈夫尽可能会在我下车的站接载我, 否则我会自行步行回家。我尽量尝试 一起吃晚餐,但如果迟了我会与家人 吃甜品谈天,预备明天午餐,组织一 下自己,做一些阅读,与丈夫聊天, 晚祷之後上床。

週末就不一样了,我平常会预备丰富的早餐,我们会尽量一起吃午饭和晚饭,此外我们会一起参加星期日早上11时的弥撒。

你每天最大的挑战是什麽?

时间!太少的时间,太多的事情要做,所以我要把次序放好-——天主、丈夫、孩子、家庭、工作,就是这个次序。当我把天主放在所有的事情之上,其他的都会各在其位。

爸爸曾对我说一个忙碌的人是最好与 他相处的,因为他懂得如何安排日程 及善用时间。

我有很多事情要做而不知道如何开始, 记起妈妈曾对我说, 「落实开始去做每一件事, 慢慢地, 有系统地, 便可把事情做好。

什麽使你产生压力? 你如何处理它?

我不会用压力这个字,亦不会说感到 压力。例如我会上健身房,不是为减 压而是减重!每天的弥撒是最佳的减 压方法。

有些时候家庭的事情会令我担忧,例如家人生病。但我学懂祈祷及将一切的事情交托在天主的手裏。

工作总有它的死线和压力,但我不让它压到我。我上司很多年前曾对我说,「到最後,工作只是一份工作,家人和朋友才是最重要的。」但不要误会我,我非常用心及常常因出於公义而投放额外时间把工作完成,因为我要把工作做得好及致力圣化它,这也是主业团主要的讯息。但我学懂不让工作成为我的人生。

当然全职家庭主妇也是一份重要的圣 化工作,她的工作就在家中。

你如何平衡工作与家庭生活? 你有时间与朋友一起吗? 你如何安排它的优次?

工作对我来说很重要,但我把家庭的需要放在第一位。我很幸运在IESE 工作,大家明白家庭的价值,而亦尝试两者并行。

我有不同羣组的朋友,亦尝试安排不同时间与他们约会。技巧在於不要与家庭时间相撞。

科技与社交媒体让我们更容易保持联繫,我们使用Viber家庭聊天室与在 西班牙的女儿时刻保持联繫。

主业团的活动如何帮助你面对每天的 挑战?

主业团的灵修活动帮助我充电及加添 力量应付每天生活遇到的挑战,让我 保持乐观,更重要的是平安,帮助我 在家庭裏更坚强。

主业团教导我实用的方法活出信仰, 及成为一个更好的人,在生活中以灵 性的角度看事物使生活变得简单,让 挑战到来时更易处理。

主业团亦教导我成为一个天主教徒及 在普世教会裏的一员的意义。全世界 都有主业团的中心,无论你到那裏都 感到回家一样,因为天主就在圣体柜 内等着我们。主业团的创办人孝爱圣 母及教宗,让我想起在菲律宾时自幼 正是这样教导我们的。

你还有什麽要加吗?

有很多途径可以寻找天主,但在主业团可以让我享受所做的工作,物质同时灵性都是奋鬥的目标,这确是简化了我的生命!

在我20岁初的时候,我知道人不能控制一切事情,我可以计划及尽能力,但某程度要确信天主掌管一切。生命是複杂的,主业团帮助我明白在每一件事情上,无论多麽痛苦,都可以见到天主引领的手,这裏常有让人微笑的理由。

pdf | document generated automatically from https://opusdei.org/ zhs/article/dang-wo-ba-tian-zhu-fangzai-di-yi-wei-qi-ta-de-du-ge-an-qi-wei/ (2025年11月27日)