opusdei.org

# 當我把天主放在第一 位,其他的都各安其 位

蓮娜已婚55歲,談及如何把具高要求的專業工作與撫養三名孩子的工作結合。

### 2020年4月17日

蓮娜、已婚、55歲原居菲律賓,現已在美國住了31年。她是IESE商業學院 紐約校園的教育執行董事。她與丈夫 及兩名17歲和14歲的兒子住在新澤西 州,她的18歲女兒在西班牙納瓦拉大學就讀第一年。

## 作為一位家長,你生命的主要目標是 什麼?

在現階段,作為一位家長我最主要的目標是確保我的孩子接受良好教育。 不單是大學教育,還包括靈修、社交 及文化培育。不久將來他們會獨立自 主,我希望幫助他們面對世界成為負 責任的成人。

#### 你參加了主業團活動多久了?

我13歲時在菲律賓第一次聽聞主業團,媽媽鼓勵我參加一個女孩會,那裏有烹飪、手工藝及其他活動。最重要是這團體讓我接觸更深入的天主教信仰。剛開始並沒有很深感受,但隨著時間過去,倒感覺很有意義。我記得爸爸曽給我一本書叫「信仰解讀」(作者特雷塞里奧),讀了第一頁就放棄了!過了很多年,在大學時重拾

此書便愛不釋手。我認為追求靈性的 慾望會隨時間改變。

當我在1986年到達美國時,我其中最早探訪的地方是到奧爾德頓中心,一間主業團在曼哈頓上東邊的中心。我想繼續參與每年的避靜。這些日子我常到市內墨里山廣場中心,不單參與月省和每年避靜,還有專業發展研討會和文化活動。

#### 這些活動對你有甚麼益處?

主業團不但幫助我深化天主教信仰的認識,同時也幫助我建立良好的工作習慣和崇高理想,這些幫助我成天主對我的要求。有好些講座系列,例如一育兒、教育子女的自由、處理孩子們面對社交媒體的挑戰等等,都幫助我和丈夫認識更多和成為更關心子女的父母。我發現每月參與數次這些課程讓我更有效去工作,不論在家或在IESE。

某星期的題材可能是小事情的重要性,可幫助我記起認真仔細地回覆電郵和注意細節的重要性,或是提醒我嘗試時常微笑的重要性,當我面對孩子時,或一整個會議廳的高層行政人員,正期待着每一環節得到及時和出色的服務時,要時刻保持愉快和耐性。

作為妻子、母親、專業行政人員、女 兒、姊妹、朋友 ——所有這些角色,都 連結一起成為我親近天主,為祂而服 務他人的終極目標。

全職在外工作肯定需要建立清晰優次和善用時間。為家人預備美味食物、為朋友焗焙、旅遊或為IESE商業學院提供專上教育課程都很重要。我認識到這些活動都令天主歡喜,只要是盡我所能為祂而做。主業團教我如何改變方向,追求完美,但不要成為完美主義者,但要盡力工作和照顧家庭,全出於愛天主而作。

#### 你平常的一天是怎樣過的?

之後我由37街步行到57街,邊唸着玫瑰經邊欣賞沒有遊客的時代廣場燈飾,基本上我可以在九時之前到達辦公室,沿途可以寄信、去銀行、或到藥房購物。

我的工作需要與世界各地的高層行政 人員溝通,一早到達辦公室可以讓我 抓到機會與亞洲及歐洲的行政人員聯 繫。IESE 的總部在巴塞隆拿,基本上 我們會在大清早首先進行電話會議, 之後會與機構代表作咖啡或午餐會 面。否則,我會不斷地用電話或電郵聯絡。我們會在午後一時午餐,盡量在公司裏找個地方一起吃。這是一個好習慣,否則大家都是對著電腦吃午飯。每星期兩次我嘗試溜進NYHealth & Racquet健身房一句鐘。不經不覺已是五時半,若沒有其他約會,我會趕着到佩恩火車站盡快回家。

丈夫盡可能會在我下車的站接<u>載我</u>, 否則我會自行步行回家。我盡量嘗試 一起吃晚餐,但如果遲了我會與家人 吃甜品談天,預備明天午餐,組織一 下自己,做一些閱讀,與丈夫聊天, 晚禱之後上床。

週末就不一樣了,我平常會預備豐富的早餐,我們會盡量一起吃午飯和晚飯,此外我們會一起參加星期日早上 11時的彌撒。

#### 你每天最大的挑戰是什麼?

時間!太少的時間,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,就是這個次序。當我把天主放在所有的事情之上,其他的都會各在其位。

爸爸曾對我說一個忙碌的人是最好與 他相處的,因為他懂得如何安排日程 及善用時間。

我有很多事情要做而不知道如何開始, 記起媽媽曾對我說, 「落實開始去做每一件事, 慢慢地, 有系統地, 便可把事情做好。

#### 什麼使你產生壓力?你如何處理它?

我不會用壓力這個字,亦不會說感到 壓力。例如我會上健身房,不是為減 壓而是減重!每天的彌撒是最佳的減 壓方法。

有些時候家庭的事情會令我擔憂,例如家人生病。但我學懂祈禱及將一切的事情交托在天主的手裏。

工作總有它的死線和壓力,但我不讓它壓到我。我上司很多年前曾對我說,「到最後,工作只是一份工作,家人和朋友才是最重要的。」但不要設會我,我非常用心及常常因出於公義而投放額外時間把工作完成,因為我要把工作做得好及致力聖化它,這也是主業團主要的訊息。但我學懂不讓工作成為我的人生。

當然全職家庭主婦也是一份重要的聖 化工作,她的工作就在家中。

你如何平衡工作與家庭生活?你有時 間與朋友一起嗎?你如何安排它的優 次?

工作對我來說很重要,但我把家庭的需要放在第一位。我很幸運在IESE 工作,大家明白家庭的價值,而亦嘗試兩者並行。

我有不同羣組的朋友,亦嘗試安排不 同時間與他們約會。技巧在於不要與 家庭時間相撞。 科技與社交媒體讓我們更容易保持聯繫,我們使用Viber家庭聊天室與在西班牙的女兒時刻保持聯繫。

## 主業團的活動如何幫助你面對每天的 挑戰?

主業團的靈修活動幫助我充電及加添力量應付每天生活遇到的挑戰,讓我保持樂觀,更重要的是平安,幫助我在家庭裏更堅強。

主業團教導我實用的方法活出信仰, 及成為一個更好的人,在生活中以靈性的角度看事物使生活變得簡單,讓 挑戰到來時更易處理。

主業團亦教導我成為一個天主教徒及 在普世教會裏的一員的意義。全世界 都有主業團的中心,無論你到那裏都 感到回家一樣,因為天主就在聖體櫃 内等着我們。主業團的創辦人孝愛聖 母及教宗,讓我想起在菲律賓時自幼 正是這樣教導我們的。

#### 你還有什麼要加嗎?

有很多途徑可以尋找天主,但在主業 團可以讓我享受所做的工作,物質同 時靈性都是奮鬥的目標,這確是簡化 了我的生命!

在我20歲初的時候,我知道人不能控制一切事情,我可以計劃及盡能力,但某程度要確信天主掌管一切。生命是複雜的,主業團幫助我明白在每一件事情上,無論多麼痛苦,都可以見到天主引領的手,這裏常有讓人微笑的理由。

pdf | document generated automatically from <a href="https://opusdei.org/zht/article/dang-wo-ba-tian-zhu-fang-zai-di-yi-wei-qi-ta-de-du-ge-an-qi-wei/">https://opusdei.org/zht/article/dang-wo-ba-tian-zhu-fang-zai-di-yi-wei-qi-ta-de-du-ge-an-qi-wei/</a> (2025年 11月21日)