## 《家庭優勢》— 新加 坡

林淑華是一位全職母親,育有四名子女。一年多以前,她取得美國《家庭優勢計畫》 HomeAdvantage Program許可並開始譜寫出屬於自己的篇章,「因為這對我而言是個絕佳的方法去聯繫其他家庭主婦們、去認識更多人、結交更多朋友。」

2009年6月17日

當了十二年的家庭主婦,我熱愛我的工作。我遇到很多同是家庭主婦的人,與我分享著相同的理念,不過也有一些會抱怨她們的工作,而我會借給她們傾聽的雙耳並盡己所能說幾句鼓勵她們的話,可是我希望能有些具體的方法,能讓我幫助她們認清家務工作是在這世上最高貴的工作:應該以喜樂和驕傲去照顧家庭和家。

身為家庭主婦,我的靈感源自於聖母和我的母親。我的母親也是位家庭主婦--她在我們成長的階段總是在我們身旁,我的兄弟姊妹和我從不需要隨身帶著鑰匙,因為媽媽總是會在家等我們。我們從來不會回到空蕩蕩的家,直到十八歲,當我的父母親第一次去渡假。這大大證明了他們犧牲的精神。

當我在二十二歲成為天主教徒並認識 主業會時,我很感動聽見聖施禮華的 教導敘述了許多關於聖母身為家庭主 婦的一生,還有她是如何聖化自己和 他人。難以想像在這世上最偉大的聖人,並未做任何蔚為奇觀的大事:她僅是好好照顧她的家庭,超凡地做好平凡的事!作為一位家庭主婦也能成為一位聖人!

嶄新的視野為我開拓了。從我母親的 模範中,我目睹了人類所能做出的自 我犠牲。從聖母的典範中--感謝聖施 禮華--我看見了超性尺度為我所愛和 身旁的人付出自我。在我們的社會 中,當家庭主婦受到輕視而月被視為 一種「剩下來最後」的丁作,因為在 家庭外,你沒有其他別的選擇,主業 會的精神--在完成基督徒平凡青任中 成聖--逆轉了當全職家庭主婦的負面 涵義。它將家務丁作重新放置在洽當 的位置:與其他正當高貴的職業一樣 受人尊敬的地位。

新加坡的《家庭優勢計畫》 所以你能 想像當我聽見關於《家庭優勢計畫》 時的興奮之情!這是個非常具體的計 畫,徹底也很容易執行,對家庭主婦 再適合不過了!這給了我機會去改善我持家的技巧、幫助我的朋友們,還 能認識更多人。萬歲!

我聚集了一群鄰居們,五位像我一樣在家專職母親,並向她們介紹這計畫。在幾個月內我們開始行動。新加坡的《家庭優勢計畫》在2008年二月誕生了。

與日俱增 我們一個月聚會一次,並輪流主持。在一年中,我們增進了友誼,我們安排午餐、一家一菜、孩子們的遊玩日,郊遊、分享食譜、幫忙照顧別人的小孩、共享二手衣、書本或玩具。如果某一天,當家中事情有些棘手時,能從她們任何人那接到電話是能振奮人心的。

珍妮是一位有三個從四歲到九歲孩子的印尼籍鄰居。她在一年前加入我們這個計畫,我們是在校車停靠站等孩子們的時候認識的。一個微笑、一兩個關於來子們的問題...自然而然我們

就熟了起來。她告訴我《家庭優勢計 書》幫助了她。

「別人能,我也能」 這項計畫的效果 確實是要靠參與者本身。《家庭優勢 計畫》展示出家務工作的各層面,那 是系統化、巨細靡遺和透徹的,同時 也很實用,容易去應用出來。

吉莉安也是有三個孩子的母親。她在 理工學校擔任兼職講師。她被鼓勵去 嘗試那在以前看似不可能的新技巧。 「譬如說·在《雜亂無章》那一章 節·這是我未考慮到的!不過我從別 人的分享中得到啟發·我聽到其他人 是如何應付的·然後我告訴自己, 果其他人能做到·我也可以!聚會是 在不同家中舉行的,僅藉著拜訪別 在不同家中舉行的,僅藉著拜訪別法 中,能加以改善的具體部份。透過家 中,能加以改善的具體部份。透過家 度優勢計畫·我學到家務工作是一份 我能精進的職業--就如其他任何職業 一樣!」

當《家庭優勢計畫》開始時,有三個 有雇用幫傭的家庭。幾個月下來, 位母親決定自己親自去做家務工作! 從南京來的南西有兩個分別是十歲和 六歲的女兒,最近她辭退了家中的主 職女傭,因為她發現孩子們在所有事 上開始依賴她們。兩個月過後她很事 與女兒們開始幫忙做家事。事實上十 歲的金柏莉在她每天的計畫表中,還 安排了一段時間幫媽媽做家事。 吉莉安覺得她們從這計畫中學到的是實在且實用的,而且也享受到情感上的支持力量,「知道我不是獨自一人面對這些問題,因為其他人了解而且也面臨類似的問題。」

\* \* \* \* \* \* \*

HomeAdvantage Plus, LLC是一項在 1997年底由Kathie Hunt在美國推動 的合作計畫·為能強化個人和家庭生 活品質而建立的家·提供教育資源和 實用的資訊。

欲知更多資訊請至以下網站:https://www.josemariaescriva.info/index.php?id\_cat=2168&id\_scat=766

pdf | document generated automatically from https://opusdei.org/zht/article/jia-

ting-you-shi-xin-jia-po/ (2025年12月15日)