



Wifi 與 3G

小愛

自從公司安裝了 wifi 之後，小愛上班的時候會將手機模式轉為 wifi，這樣接收速度會較快，而且又不會佔用數據用量！想不到 wifi 居然偶爾會 down 的，意思就是會收發不到任何訊息，每當這不尋常情況出現時，所能做的就是將模式轉為 3G，這樣之前收到而沒有出現的訊息就會一一重現眼前。

這天在伉儷會董事聊天室就發生了一件時間交錯的事情；

當小愛在聊天室回應後，並且向主席發出了問題，以上所說的 wifi down 情況就出現了，就是小愛發出問題之後，才接著收到主席的回覆！原來主席在 5 分鐘前已回答了，情理上來看小愛是明知故問，但實際卻是小愛在回覆了才看到答覆，真是有點無辜和無奈呀！

要藉著這專欄伸冤和洗白，請大家不要說小愛公器私用呀！

學習愛自己

芳芳

身為女兒、家姐、妻子、媳婦、母親的我，生活實在感受著不少壓力，也許這是「婦解運動」帶來的產品吧！

我每天的生活都需要為子女及丈夫的起居而忙碌。早上七時起床還未梳洗，便先準備早餐，八時前送孩子上學後，便往公司與丈夫一起幹活，直到晚上七時才回家弄飯。每天的光陰都是如此這般地溜走，久而久之，機械式的生活，使我身心疲累，情緒不穩，健康也大不如前，不時需要找丈夫或女兒吵鬧兩句來舒緩壓力。

十多年前參加耶穌會查經班，我認識了朱神父，他很關懷身邊的人，最重要的是他付出時間來教導我們，使我明白要活得豐盛，先要愛惜自己的身體，也要愛惜自己的靈魂。因為無論身軀的高、矮、肥、瘦，其靈魂的本質都是天主所賜，懷了祂的肖像，更於不同的形態中，把主的真、善、美、聖，以多元化的模樣，淋漓盡緻地表達出來。這樣，不但覺得自己可愛，也覺世上人人皆可愛。於是不只學會欣賞自己，也能欣賞別人。自己做得好，除了多謝上主的助佑外，還慶幸自己願意努力；做得不大理想時，也告訴天主：原來我仍是個傻瓜，請祂多些提點。別人幹得棒，我也感謝主給我看到祂的美善，懂得欣賞別人的榜樣；若他人幹得糟，我更感謝主讓我明白

怎樣避免重蹈他的覆轍，因愛他而為他祈禱，也求主祝福他。

在舒緩壓力的生活上，我學習給自己一點輕鬆的時間。當我感到身體或精神疲累的時候，那天我便不作「大廚」弄飯了。因為我愛我的家及家人，我才歡歡喜喜的往廚房去大顯身手，享受做「煮婦」的榮耀，若沒心情欣賞這型式的「奉獻」，我便索性電召外賣，反正也可讓家中上下把「愛心的家口」和「味精的外口」作比較。此外，我也學習捨去一些習慣，讓我的伴兒多些機會來照顧女兒，帶她上學，接她放學，好讓自己有多一點空間，輕鬆一會兒，不致把自己的生活像從前般拉得緊繃緊繃。一來讓他有更多機會發揮父愛，二來我也可作小休。為了更愛惜家人，我學習愛護自己的身體、自己的健康；學習不堅持、執著，也嘗試放下不必要的原則，使自己得到更大的心靈自由。讓自己有深呼吸的時間，願意捨去，才會得到。

愛家人，就得先愛自己；保重身體，騰出時間聽聽身體的需要。要家人「丈夫、孩子、父母、弟妹、翁姑.....」開心，就先要自己活得開心。這樣，歡愉與喜悅才可發散出去，不僅造福家人，還可廣及別的弟兄姊妹。