

從工作中尋找快樂

利玉芳

現代人的生活時間區分為3×8制，即8小時的睡眠、8小時的工作及8小時的娛樂。

也許你會覺得，一天到晚忙着家務事，工作之外還是工作，那來時間娛樂？有些主婦輕鬆地做完家務事後，却閒著也就閒著了，整日無所事事，也不懂得如何娛樂自己。這兩者相形之下似乎差別很大，一個俗稱“勞碌”，一個稱為“好命”，但在我看來，兩者都喪失了生活的韻味。如果能把工作與娛樂相互調合，也就事半功倍了，既能有效的完成工作，亦能達到娛樂的目的，何樂而不為呢？以下我願就日常生活中舉幾個例子：

你有沒有發覺你家的客廳雖寬敞，但却沒有任何舒適感？那麼請你檢查一下，桌子上是否有一本橫躺的雜誌？喝完水的茶杯？一封拆開過的信？或一把剪刀、一瓶沒蓋好的藥膏？請你把它收拾好。沙發上是否披著一條穿過的長褲？或一份過時的報紙？電視機

上的擺飾有沒有倒了的？走道上有沒有小椅凳、小電風扇擋路？牆角邊的紙屑簍倒掉了沒？窗戶是否半閉半開的？這些只要你稍作留意，且花很少的時間去整理它，待恢復成雅適的客廳後，那麼你的舒適感便是娛樂的代價。

如果你擁有一個庭園，你該時常抽空去剪草蒔花，視這項工作為陶冶身心的方法，那麼你不但不因它而累，反而更可達到娛樂的效果。

用心的主婦把做三頓飯菜的工作，當做是一項嗜好，因為她能經常變換美味可口的食譜，使在餐桌上能博得家人的讚賞，這分喜悅，亦能增進家庭的和樂氣氛。

如果照顧小孩也是一項工作，那麼當你為孩子剪指甲時，你不妨輕哼一首兒歌，或一則輕鬆的迷你故事；又在傍晚，當你給孩子浴過澡，你是否有興趣帶孩子到郊外或人行道上散散心，看看夕陽與彩雲，告訴孩子，天上的那朵雲像獅子、那朵像猩猩……相信孩子的歡樂會帶給你無比的暢快。

因此不一定要去看場電影、去跳個舞，去郊遊一整日才是表達了娛樂的方式，其實勤於做家事既可鍛鍊身體，又可達到娛樂身心的目的，賢明的主婦們！您同意我的說法嗎？



臺灣銀行

限額支票存款

軍公教機關 }
公民營事業 } 編制內正式職員
金融機構 }
現役軍官及本行優良存戶



均得集體或個別向本行總行營業部及各地分行開戶。

首次存入最低五千元。

簽發支票金額，每張最高限額五千元。

使用簡便 攜帶安全
彩色印刷 歡迎開戶