NANGUNGUNANG LINGGUHANG MAGASING PANTAHANAN SA BANSA

LIWAYWAY

Abril 1, 2019

TULA
DAHON
Ni RENE BOY ABIVA

NOBELA
SAKA NA LANG KITA MAMAHALIN
Ni NERI JEDELIZ

KUWENTO NG LINGGO
MAY DULO ANG SINULID
Ni ARMANDO T. JAVIER

MANILA BULLETIN PUBLISHING

P25

NADINE LUSTRE

Upang magkatrabaho o makabili ng kahit ano, atbp. Basahin – Manila Bulletin Advertisements & Classified Ads

Paano ba dapat hatiin ang oras sa maghapon?

Ni LILIA BORLONGAN-ALVAREZ

MAY nakapagsabing ang pinakamahalagang bagay na maaaring "gastahin" (*spend*) ng isang tao ay ang kanyang oras. Kaya, sa mga organisasyon at kompanya, sumasailalim sa mga *training* at *seminar* ang mga empleyado kung paano nila mahahati ang oras nila sa iba't ibang trabaho. Ang tawag dito'y *time management*.

Narito ang payo ni Edwin C. Bliss sa kanyang artikulong "Ten tips to help you manage your time," na kasama sa mga artikulong lumabas sa isang *paperback* ng *Reader's Digest*:

Ituon ang buong pansin sa isa lamang gawain. Tila hindi pabor si Bliss sa *multi-tasking*. "Ang problema sa maraming tao'y kay rami nilang ibig gawin o ginagawa nang sabay-sabay. Ang haba ng oras na iginugugol sa isang proyekto ay hindi mahalaga: ang mahalaga ay ang oras na walang istorbo. Hindi lahat ng problema'y malalapatan ng solusyon nang biglaan; samantalang ang iba'y kailangang gawin nang pautay-utay lamang," ang payo ni Bliss.

Ayusin at itapon ang mga kalat sa mesa. Ipinapalagay nang marami na ang mga papeles sa ibabaw ng kanilang mesa'y may sariling "kakayahang" ipalutang ang pinakamahalagang trabaho. "Sa maraming kaso," ani Bliss, "sagabal ang mga kalat sa *concentration*, at maaaring magbunsod sa pagkainis at tensiyon."

Sa tuwing nagiging magulo ang ibabaw ng inyong mesa, piliting ayusin ito, wika ni Bliss. "Isa-isahin ang mga papel at ayusin sila ayon sa mga katergoryang ito: *immediate action, low priority, pending, reading material*. Ipaibabaw ang papel na nangangailangan ng agarang aksiyon o atensiyon, at isantabi ang iba pang papel. Tandaang isang bagay lamang ang maaari mong bigyan ng atensiyon.

Mga larawang mula sa Google

Huwag maging *perfectionist*. "May kaibhan ang paggawa ng magaling na trabaho (*excellence*) at ang pagsisikap na maperpekto ang lahat ng bagay. Ang una'y posible, ang ikalawa'y hindi. Ito'y pag-aaksaya rin ng oras," ani Bliss.

Huwag matakot tumanggi sa mga hiling ng ibang tao. "Matutong sumagot ng 'hindi' sa mga hiling ng ibang tao na hindi naman nakatutulong sa inyong mga *goals*," ang payo ni Bliss.

Huwag ipagpaliban ang mahahalagang bagay o trabaho. Ang payo ni Bliss ay pilitin ang sarili na gawin ang isang bagay na matagal na ninyong ipinagpapaliban. Simula bukas ng umaga, aniya, umpisahan ang pinakamahirap na gawin sa inyong *schedule*, halimbawa, isang sulat ng paumanhin para sa isang kasamahan sa trabaho.

Iwasan ang mga bagay na nakababagot sa inyo. "Iwasan ang mga bagay na malayo sa inyong mga *life goals*, o mga trabahong nakauubos ng inyong enerhiya. Sundin ang prinsipyong ito kahit tungkol sa inyong mga personal na gawi o ugali, at mga trabaho sa opisina o kung saan man kayo nagtatrabaho. Tingnan lagi ang inyong kalendaryo ng mga aktibidad, ang listahan ng mga materyal o librong binabasa, ang oras na iginugugol sa panonood ng TV. Huwag gawin ang mga bagay na hindi nakapagbibigay sa inyo ng kasiyahan o *sense of accomplishment*," ani Bliss.

Iwasang maging *workaholic*. Ikinukuwento ni Bliss na marami siyang kilalang *executives* na nagtatrabaho sa loob ng mahahabang oras, ngunit hindi nila pinababayaang makaabala ang kanilang trabaho sa tunay na mahahalagang bagay sa kanilang buhay tulad ng mga kaibigan, pamilya at libangan. "Ito ang kaibahan ng *workaholic* na *addicted* sa trabaho gaya ng ibang *addicted* sa alak. Ilan sa mga sintomas ng *work addiction* ng isang tao ay: ayaw niyang magbakasyon, wala siyang kakayahang isantabi ang trabaho pagdating ng *weekends*, at asawa o anak na tila hindi na niya kilala," ayon kay Bliss.

Makatutulong, aniya, ang *counselling* para sa mga *workaholics*. "Ngunit maaaring subukin muna ang *self-counseling*. Itanong sa sarili: ang pagsusunog ba ng kilay na ginagawa ko ay nakaaapekto na sa aking kalusugan? Saan pumapasok ang aking pamilya sa listahan ng aking *priorities*? Hindi kaya nililinlang ko lang ang aking sarili sa pagpapapanggap na ang mga sakripisyong aking ginagawa ay para talaga sa kanila?" wika ni Bliss.

Ang pinakapraktikal na *tip* na nakuha natin kay Bliss ay: ang araw na ito lamang ang tangi nating hawak para magkaroon tayo ng *good time management*. "Wala na ang nakalipas, at ang hinaharap ay isa lamang konsepto," aniya. Sinipi ni Bliss sa kanyang artikulo ang isang *anonymous philosopher*: isang kanseladong tseke ang kahapon, isang *promissory note* ang bukas, at *cash* ang katumbas ng araw na ito!

Saka Na Lang

(Mula sa pahina 11)

"Anong sariling pamilya?"

"Di ang misis mo at mga anak."

"Binata pa po ako."

"Ay, mali. Akala ko'y..."

"Kayo, misis na?"

"*Miss* pa po ako."

Nagkatinginan sila at nagkangitian.

IYON ang umpisa. Palagi nang inaabangan ni Manny ang paglabas ni Rose sa unibersidad.

"Alam mo, palagi akong tinatanghali sa paggising kaya ilang *units* lang ang kinukuha ko sa hapon, hanggang alas singko. Ngunit naigapang ko rin ang pag-aaral at malapit na nga ako makatapos," ani Rose.

Kalauna'y pumayag na si Rose na maihatid ni Manny sa kanyang tirahan. Isang malaking bahay ang nadatnan ni Manny sa isang *exclusive* na *subdivision* sa Makati. Naisip ni Manny na maykaya rin ang pamilya ni Rose dahil sa *exclusive subdivision* ito nakatira. Ngunit napansin ni Manny na tila si Rose lang at isang may edad namang babae ang kasama nito sa bahay.

Ang may edad na babae ang nagbigay sa kanila ng maiinom na *orange juice*. Nahalata ni Manny, mukhang di *accommodating* ang babae. Matigas ang pagmumukha at matalim ang mga sulyap nito sa kanya.

"Ayan si Aling Salud, ang solong kasama ko rito sa bahay. Katulong na ipinadala ni Papa upang mag-alaga sa akin, magluto at mag-asikaso ng aking mga pangangailangan. Sina Papa at Mama ay *busy* sa aming kabuhayan sa probins'ya," ani Rose.

"Anong kabuhayan?"

"Me asyenda si Papa sa Negros. Katulong niya si Mama. Nag-iisa lang akong anak."

Napatango lang si Manny.

"Dito ka nang kumain ng hapunan. Maupo ka muna riyan at pupuntahan ko si Aling Salud sa kusina. Tingnan ko kung ano ang pagkaing inihanda niya."

Tinungo ni Rose ang kumedor. Naabutan niya si Aling Salud na naghahanda ng pagkain sa hapag. Matigas ang pagmumukha na tinitigan siya ng matanda.

"Iyon pala ang lalaking ikinuwento mo sa akin. Mukhang bilib talaga siya sa paghabi mo ng buhangin," anang matanda.

"Anong paghabi ng buhangin?"

"Mga kasinungalingan mo. Sabi mo katulong mo lang ako na ipinadala ng iyong mayamang pamilya sa Davao upang mag-alaga sa 'yo."

"Tsika lang iyan. Napag-usapan na natin 'yon di po ba? Gusto kong kahit paano'y makapantay ako kay Manny. Nasabi ko naman sa iyo na matagal na akong naghahanap ng matabang isda upang humango sa akin sa lusak ng kahirapan. At nagpapatulong nga ako sa iyo sa ating pagkukunwaring mayaman ang aming pamilya, ng sa gayon ay makabingwit ako ng matabang isda. At ito na ang pagkakataon. Mayaman ang mga Lagdameo. Kilala sa lipunan na mga *real estate developer*. Ito na ang pagkakataon ko."

"Okey, ang pagpapanggap mong mayaman ay madaling gawin. Paano kung matuklasan ni Manny ang katotohanan? Na ikaw ay isa lamang hamak na GRO o hostes sa isang klab at ang kinikita mo ang siya mong itinutustos sa iyong pag-aaral?"

"Aling Salud!" di napigilan ni Rose ang paglakas ng kanyang boses.

(ITUTULOY)

Nadine Lustre at Carlo Aquino, tampok sa pelikulang *Ulan*

Ni NONIE V. NICASIO

TINAMPUKAN nina Nadine Lustre at Carlo Aquino ang pelikulang *Ulan* na handog ng Viva Films. Ipinalabas ito *last* March 13 at ito ang unang *romance movie* ni Nadine na wala ang *real-and reel-life partner* na si James Reid.

Naging maganda ang pagtanggap ng madla sa pelikulang ito. Nang ipalabas ng VIVA Films ang *official trailer* ng Ulan noong Pebrero, bumuhos agad ang suporta mula sa mga *netizens*. Naging #1 sa *trending topics* ang #UlanTrailer. Nag-*trend* din sina Maya, Nadine, Carlo, at Direk Ayrin-mga pangunahing personalidad ng *much-awaited movie* ngayong *summer*.

Isang *romantic-drama*, ang Ulan ay tungkol kay Maya na lumaki sa piling ng kanyang lola. Unang namulat si Maya sa mga tikbalang noong siya'y bata nang biglang umulan habang sumisikat ang araw. Ayon sa kanyang lola, ito ay dahil may ikinakasal na tikbalang at tutol ang langit sa kanilang pag-iibigan.

Lumaki si Maya na isang *hopeless romantic*. Nagtatrabaho siya sa isang *publishing company* bilang *editorial assistant*. Dalawang beses na siyang na-*in love* at nasaktan. Makikilala niya si Peter, mabait, matulungin, *thoughtful* at *boyfriend material*. Ngunit tuwing may magandang nangyayari kay Maya, biglang bumubuhos ang ulan. Ito ba ay isang masamang pangitain? Pahiwatig ba ito ng langit na kapalaran niya'y magiging mapait?

Si Maya ay ginagampanan ng Multimedia Princess na si Nadine Lustre. Ayon sa *writer*-direktor nitong si Irene, *personal choice* niya si Nadine dahil ito ay larawan ng isang *modern* Filipina at may lalim para maintindihan ang konseptong ganito at tapang, para sumabak sa ganitong klase ng *role*.

Simula pa lamang, ipinakita na ni Nadine ang dedikasyong pag-aralan ang kanyang papel at magkaroon ng koneksiyon sa kanyang *director*. Kuwento ni Direk Irene, "Nadine *and I sat on the first day of shoot and we talked for almost an hour*, naka-*costume* na siya noon, *ready for blocking* na. *But I had to pause and we just sat away from the crowd and talked about the bigger things in life. About what this movie means to me and to her. About our nervousness. And I said to her this is going to be our journey together, because Maya has been there with me since I was young.*"

Taong 1999 noon, sa isang Film *class* nang binuo ni direk ang isang *five-minute narrative* tungkol sa batang nagngangalang Maya. Ayon kay direk, ang pangarap ni Maya ay umakyat sa puno sa kanilang bakuran, ngunit lagi siyang nahuhuli ng kanyang ina at napapagalitan. Dumating ang araw na naakyat niya rin ang puno at bumungad sa kanya ang napakagandang tanawin at ang *wish* niya ay ang makita rin sana ito ng kanyang ina.

Mula raw noon ay hindi na nawala sa isip ni Direk Irene si Maya, na siyang gumawa ng *blockbuster movies* na *Camp Sawi, Meet Me in St. Gallen*, at *Sid & Aya: Not a Love Story*. Ang Ulan ang kanyang unang *screenplay*. Samantala, si Bb. Joyce Bernal ang Creative Producer ng pelikulang ito.

Ayon pa sa *director*, ang pagkuha kay Carlo para gumanap bilang Peter ay naging madali lamang. Hindi na kailangang i-*pitch* ito sa aktor dahil naikuwento na sa kanya dati ang *concept* nito. Pinuri rin niya ang *award-winning actor* dahil sa husay nitong unawain at maging *connected* sa kanyang karakter.

Ano ang masasabi ni Carlo kay Nadine? "Si Nadine *very professional* siya, kapag nasa *set* kami, parang siya na si Maya. At saka hindi ko alam na *for her size*, malakas pala siyang kumain. Mahilig kasi kaming dalawa sa *food, e, so*, napag-uusapan namin iyong mga iyon.

"At saka parang walang ilangan, komportable na agad kami sa isa't isa noong simula pa lang," wika ni Carlo.

Nagkuwento rin si Nadine tungkol sa kanilang pelikula.

Pahayag ng aktres, "Kasi, *this is the first time that I'm doing a movie about self love. What people will see here is the true me who has self-love.*"

"*I guess the reason why I said yes to the project*, kasi *I know* Direk Irene. Noong ikinukuwento nila sa akin, *I really say na it's a really good script. So, it's very interesting and something new for me also,*"

Seira Briones, patok sa social media

Ni MARICRIS VALDEZ-NICASIO

Larawang kuha ni Wilson Fernandez

SI Seira Briones ay isang Filipina-Japanese *teener* na maituturing na *social media sensation* dahil mayroon siyang higit 1.3 *million followers*. Ipinahayag ni Seira na hilig talaga niyang gumawa ng *videos* sa Facebook at sobrang saya niya na marami siyang *followers* sa *social media*. Sa ngayon ay may dalawa na siyang *single* mula sa Viva.

"Bale mahilig po ako gumawa ng mga *videos* sa Facebook, mga *musical* po *or* nagpapatawa po ako ng mga tao. *And* ayun nga po kumakanta po ako, ang *latest single* ko po, ang *title* ay Ano Ba," saad ni Seira na ang *first single* ay pinamagatang *Di Mo Lang Alam*.

Dagdag pa niya, "Sobrang saya ko po, kasi 'yung *feeling* na na-*appreciate* ka ng ibang tao, masaya sila sa ginagawa mo. *And then* siyempre, masaya rin ako sa ginagawa ko."

Ayon pa sa dalagita, ang kanyang *single* ay hinggil daw sa malaking *expectations* sa kanyang *crush*.

Nabanggit pa niya na hindi lang para sa *teenagers* at *millennials* ito, na lahat ay makaka-*relate* sa kanyang kantang ito. Nasa Spotify at iTunes na ito ngayon.

Ang 17-*year-old* na *recording artist* na mina-*manage* ng Viva Artist Agency at ni Lito de Guzman ay unti-unting nasusubukan din ngayon ang *acting talent*. Unang napanood si Seira sa *Ipaglaban Mo*, sumunod ay sa *FPJ's Ang Probinsyano*, at pangatlo sa teleseryeng *Araw Gabi*, lahat napapanood sa ABS CBN.

Sumabak na rin siya sa pelikula at kasalukuyang ginagawa ang isang Anne Curtis *starrer*.

Aminado siyang si Sarah Geronimo ang *favorite local singer* dahil ayon sa dalagita ay magaling itong kumanta, sobrang napaka-*down to earth* na babae, at napakagaling ding sumayaw.

Nang unang na-*meet* niya si Sarah nang personal ay na-*starstruck* daw siya.

"Na-*meet* ko na siya pero hindi talaga sa mismong Viva *office*. Nagka-*meet* lang kami sa isang *convenient store* na bumibili lang siya ng *water or* kung ano... nagpa-*selfie* lang ako kaagad kasi hindi ko alam kung anong gagawin ko na parang na-*starstruck* ako sa kanya," nakatawang saad pa ni Seira.

Higit Na Matibay

(Mula sa pahina 13)

Marulas; tinutulungan ni Ronron ang ina sa pagluluto ng bibingka. Bagama't tag-araw na, malakas pa rin naman ang benta; pero hindi puwedeng ikumpara sa benta nila kung Pasko at Bagong Taon. Iwas-gala muna si Ronron, ibig na matulungan muna sa maliit na negosyo ang ina habang hindi pa nagpapasukan. Na ang paalam ni Jonna ay sa puwesto lamang nina Ronron siya iistambay, pinayagan ni Aling Maring ang pamangkin.

Agaw-dilim na, paalis na rin sana siya nang marinig ang maingay na tambutso ng malaking motor na iyon, na pamilyar na sa kanya, sa kanila ni Ronron. Kapwa nga sila napalingon sa pinagmulang kalsada; palapit na sa bibingkahan sa kanto ang motor ni Ambet.

Wala itong suot na *helmet*, umaliwalas agad ang mukha nang makitang naroon din siya; naupo sa mahabang bangkong nakapaharap sa pasimano ng bibingkahan nang makaibis at makaparada.

"Jonna..."

Nginitian niya, tinanguan si Ambet. Umorder ito kay Aling Cora, nanay ni Ronron.

"Isang bibingka nga ho, 'yung *special*." Saka siya binalingan. "Kumusta?"

"Okey naman."

Nilingon ni Ambet ang *scooter* niya, na gasgas pa rin ang itim na pinta, hindi naman nagkomento.

"Nagmeryenda ka na?"

"Oo."

Pinakain siya ni Ronron ng bibingka kanina.

"Naglalambing kasi si *sis*," sabi ni Ambet. "*Trip* kumain ng bibingka. Nakita lang sa *youtube*, natakam na!"

"Minsan-minsan lang naman 'atang maglambing sa 'yo si Georgia?"

"Oo nga. Pagbigyan na!"

Ipinatong ni Ambet ang magkabilang braso sa pasimano.

"Me lakad ka pa ba pagkagaling dito?"

"Wala naman. Bakit?"

"*Good*. Sabay na tayo. Ihatid na kita sa inyo."

Nagkatinginan sina Jonna at Ronron, na naririnig ang pag-uusap ng dalawa. Napangiti si Ronron.

"Teka, 'Nay, dalawahin n'yo na'ng order ko," sabi ni Ambet kay Aling Cora. "Iuwi mo'ng isa," pagkuwa'y sabi niya kay Jonna, "para me kuns'welo naman sa 'yong *auntie* mo."

"Sige."

Nang maluto ang order na bibingka ni Ambet, nagyaya na ito. Nagpaalam si Jonna sa mag-inang Aling Cora at Ronron. Ang dalawang hurno ng bibingka, itinali ni Ambet sa likurang upuan ng motorsiklo nito. Pinauna siya ni Ambet na makaalis, saka sinundan at sinabayan sa biyahe.

"Halika, Ambet, pasok ka muna."

Bitbit nito ang bigay na bibingka kay Jonna; ang isa'y iniwang nakatali sa likuran ng motosiklo.

"Buti't dumating ka na?" sabi ni Aling Maring na nasa kusina pa.

"Tita, me kasama 'ko. Si Ambet ho."

Yumukod si Ambet. "Magandang gabi ho."

Napakunotnoo ang tiyahin ni Jonna.

(ITUTULOY)

Dahon

Anong ligaya ng mga bata sa nayon
kung ika'y umusbong sa taliktik at singit
ng mga sangang manipis at payat,
muli mo kasing sasaluhin ang mainit na silaw ng araw
at malamig na tubig-ulang handog ng langit tuwing buwan ng Mayo,
maglalaro ang mga munting nilalang
na may birheng kaluluwa sa 'yong ilalim, sa 'yong piling
ng tagutaguan, habulan, luksong-baka at iba pa
susulitin nila ang mga sandaling ika'y kapiling,
at sa oras na bayuhin at hilumin ng mundo ang kanyang sarili
gaya mo'y kinakabahan din sila
baka kasi sa pagdilat ng bukang-liwayway ay 'ala ka na,
ngunit likas na perlas ang puso ng Maykapal
nasilayan ka nila 'sang umaga na nakatindig
kahit pa magdamag kang inugaog ni Rosita
na gaya sa 'sang magiting na mandirigmang 'di umatras
kahit pa ang mga kaanib ay nagkandautas-utas,
ngunit ang siklo ay 'di perpekto
dumating ang yugtong ika'y unti-unting tumanda
sa toreng kahoy na gaya mo'y rumurupok at nabubulok
buwan ng Abril noon nang sa 'sang ihip ng hangi'y
animo'y isinaboy ng langit ang grasya sa lupa
sa isang kisapmata'y nangagsilaglagan kayo ng 'yong mga kasama
dahan-dahan na animo'y papel at anghel
at nang dumampi ang 'yong pisngi sa tigang at uhaw na lupa
anong ligaya mong nadama ang halaga ng buhay at pag-ibig,
unti-unti kang bumalik sa abo
unti-unti mong ginawang bilog ang mundo
unti-unti kang naglaho
at pagsapit ng buwan ng Hunyo at Hulyo
unti-unti kang bumangon mula sa hukay
unti-unti kang sumibol sa tungki at gilid-gilid ng Aratiles
unti-unti'y pinadama mo na gaya 'tong mundo
na kung ihandog ang taglagas at tagsibol
ay unti-unti rin na wari'y sa romansa ng magsing-irog sa init ng gabi
na wari'y sa pagluwal ng sanggol sa sinapupunan na masakit at mahapdi
na wari'y sa pagyakap ng malamig-masalimuot na kamatayan
ngunit ang kaibhan, sa panahong 'di inaasahan.

- RENE BOY ABIVA