opusdei.org

## 「我数算着我的喜 乐」

Chidinma描述自己如何透过 朋友,和在尼日利亚,拉各斯 市的 Wavecrest Students Hall三周实习中,找回她失去 的快乐。

2023年5月13日

大家好,我叫Chidinma Eucharia Ikwelle。我很乐意与你们分享我在尼 日利亚,拉各斯市的Wavecrest Students Hall三周的实习经历。 我的故事要追溯到大学教职员工会 (ASUU) 罢工了3个月之后, 当时我已 忍无可忍,让自己淹没在无可言喻的 情绪里,因为我对自己和周围的每个 人都感到非常悲伤、泪丧、孤独和愤 怒。最主要的原因是因为当时我让自 己闲着,没做点仟何有意义的事,除 了上些我并不十分感兴趣的线上课程 之外。我的负面情绪持续了好—段时 间,简单的说,我真的很不开心。我 感到自己很空虚、不对劲,这让我在 家里也变得非常安静, 对聊天失去了 兴趣。有时会因为兄弟姐妹做的一些 小事而生气。事实上, 我发现自己真 的糟糕透顶。这种颓废的情况持续了 几天、几周甚至几个月。

感谢天主,某一天我接到了从主业团 Greendale中心的朋友的电话。以前 在学校开课期间,我曾去那里参加过 培育的活动。她问起我的健康状况, 但是在那一刻,我无法向她敞开心 扉,告诉她我到底怎样。她接着问了 我一个问题,不仅让我眉开眼笑,而 且在脑中发酵了一段时间。她说:

「Chidinma,如果有机会的话,你愿意参加Wavecrest Students Hall的餐饮和接待实习项目吗?」顿时,我的心情开朗了起来。我不自觉地微笑答说我很喜欢。她说会再打回来,就挂了电话。挂断电话之后,我立即意识到在接受这个提议之前,我并没有征得父母的同意。如果我找到机会,我决定会让她们知道这件事。几个星期过去了,我终于接到了朋友的电话,但这一次她只是告诉我,要做好准备,因为我刚刚给自己找了点事做。

我很高兴,一来因为我终于可以离开家了,二来因为我可以让自己为有些价值的事忙碌。然后她给了我一个电话号码,要我告诉她们,我对这个机会真的感兴趣,我们就挂断了。我没有浪费任何时间,马上一连拨了两次电话,但都没有人回应。我有些失望,但过了一段时间,她们打来找我,接电话时我好兴奋。那位女士说

话的声音让我完全放松;她已经知道我的名字和我打电话的原因,于是我们约好了见面的时间。我感到一种莫名的喜悦在内心复苏。父母回家后,我把这件事告诉了他们,他们也同意我去。

赴约那天,我和往常一样起得很早,准备好自己的身心灵。有趣,对吧?美丽的花园里开满了五颜六色的花朵,加上为我开门的女孩热情的欢迎,虽引起我的好奇心,但使我有宾至如归的感觉。主任让我马上进入情况,并安排了我的工作时间表。

我很快就上手了,并很快地就融入了新环境,虽然只工作了三个星期,但我感觉就像在那待了一年一样。实习的第一天真是太棒了,我被介绍给所有的员工,她们开心的面孔几乎让我起鸡皮疙瘩。每个走进厨房的人,都立即注意到我这新面孔,和我穿的漂亮制服,她们的反应给我留下深刻的印象。能作为这个大家庭的一员,我

感到非常受欢迎和接纳。没想到在第 一天就和大家打成一片,真让我很高 兴。

那同一天,我在服务区工作,学习如 何清洗和整理餐具。之后, 我去了烘 焙区, 在那里我帮忙作了Chin-Chin (尼日利亚一道油炸的甜点)。午饭 提供的是Amala和Ewedu汤。我暗想 我要怎么表达自己不会吃以前从未尝 讨的食物?她们好像已经猜透了我的 心,问我是否吃过Amala,我说没 有。令我最惊讶的是,我被说服去尝 一下时, 发现味道竟然还不错。我们 一边吃一边聊天。我开始认识我同事 们的一些有趣的特征,让我开怀大 笑。一天的工作虽然很累,但我还是 很开心, 终于找回了笑容。

有一天,她们要我使用给我的食谱作面包。那天是场灾难,在揉面团的过程中,我完全失控,把面团搞砸了。 惹得大家都笑了起来,立刻有人教我如何挽救,结果还相当不错。很多时 候,我也做了当天的菜,大家一起吃得很开心。我们还参加了户外餐饮服务的活动。不但玩得很开心,还吃了冰淇淋,也学到如何制作水果奶昔。那三周的经验真的很棒,我很高兴自己有机会参与。随着时间的过去,我和每个人都融为一体,我们一起工作、玩耍、欢笑、说笑话和祈祷。

实习期接近尾声时,虽然我有些难过不舍,但同时我也很高兴,因为我与新朋友们分享了美好的时光。最后一天,我脸上洋溢着无限的喜悦,拥抱了她们每一位。

现在我回想起来,ASUU的罢工为我真是因祸得福。我可能由于罢工而失去了一些时间和机会,但我数算着我的喜乐:在那个美妙的机会中,我结交了具有不凡个性的新朋友的喜乐;以及在美好的环境中学习新事物的喜乐。在那里的三个礼拜,我从来没有时间担心任何事情。这真是一次很美好的经历,为此感谢天主。也非常感

谢所有与我一起工作的人,感谢她们在我到达时给我的热烈欢迎。尤其感谢我在Greendale中心的朋友,她给了我一个难能可贵的机会,让我再次找回我的快乐。

pdf | document generated automatically from <a href="https://opusdei.org/zhs/article/Wo-Shu-Suan-Zhao-Wo-De-Xi-Le/">https://opusdei.org/zhs/article/Wo-Shu-Suan-Zhao-Wo-De-Xi-Le/</a> (2025年11月20日)