

# 通过夏令工作营发现 真正的快乐

真正的快乐是来自於与他人的互动以及与他人的关係。

2018年10月28日

22名学生和专业人士不但没有於暑假到处旅遊玩乐，反而决定善用暑假作关怀计划的志愿者，参加由翰林学社於2018年8月3日至17日举办的菲律宾夏令外展工作营。

这是该学社自2015年以来第6 次举办旨在帮助有需要人士的工作营；目的

是为青年人提供一份体验，让他们可以向那些生活中物质较缺乏的家庭和儿童伸出援手。工作营的志愿者来自澳门、日本、香港、西班牙、美国、肯雅和菲律宾。

志愿者在菲律宾逗留的两週期间做了各种各样的工作，包括在菲律宾儿童医疗中心及「Bahay Aruga」（为癌症儿童提供的中途住所）探望患病儿童、探访了奎松市的一个寮屋社区及「Dualtech」（为穷人而设的技术学校）；并在巴拉望的「Irawan」国家中学为600名高中提供义教及参与一个教室的修复工作。

在工作营结束时，一名日本志愿者 Shota Kawasumi 在他的脸书页面上张贴了以下感言：「我参加了一个在菲律宾的工作营。在日本的孩子们很富裕，他们有着远大的目标。但另一方面，我意识到有许多在菲律宾的孩子们甚至没有基本的生活必需品。然而，相比起日本的孩子们，我却认为

这些菲律宾孩子们较懂得如何享受生活及如何获得真正的快乐。在巴拉望，我们教导学生日语和日本文化，和他们一起运动，及花了很多时间和他们聊天。他们非常善良，开朗，及有一个甜美的心。我不知道他们从我们的教导中学到了多少东西，但有一点是肯定的，他们给我们带来了如此多的喜乐和快乐。

反思我的经验，我觉得在日本，我们认为快乐等同於获取想要的所有物质东西，因而误解了什麼是快乐；通过这个工作营，我体会到真正的快乐是来自於与他人的互动以及与他人的关係。从今以後，我会思考如何为社会作出贡献。我永远不会忘记学校里孩子们欢乐的声音和甜美的笑容。事实上，当我们与他们告别时，我还流下了眼泪。这真是我另一个难忘的体验。」

Henry Choi，一个刚在澳门永援中学毕业的学生，在他的脸书上有这样的

帖文：「出发前，我被告知将在「Irawan」国家中学教导7年级学生。我和我的朋友计划教生物科或化学科。最後我们放弃了整个计划，改教全校汉语。那就是说，我们给7年级到12年级的学生上课。这并不像我预想的那麼困难。学生们非常积极和友好：我的脸书确实地被他们的交友邀请洗了版。此外，我甚至不记得与我拍照的人的名字。在这里，我想为不记得他们全部人的名字而道歉。」

他们对我们的真诚令我印象非常深刻。与澳门人不同的是，他们中的大多数人在告别会上哭泣，流露出自己真实的一面。同时，我很高兴收到我的学生的来信和纪念品。」

正如以往的经验一样，志愿者们都準備把自己奉献给别人，但最终他们却是那些从这次经历中获得最多的人。

---

pdf | document generated  
automatically from [https://opusdei.org/  
zhs/article/tong-guo-xia-ling-gong-  
zuo-ying-fa-xian-zhen-zheng-de-kuai-  
le/](https://opusdei.org/zhs/article/tong-guo-xia-ling-gong-zuo-ying-fa-xian-zhen-zheng-de-kuai-le/) (2026年1月30日)