

opusdei.org

幸福原来是一种选择

穷困人士教了我们应该如何地生活；他们教了我们幸福的秘诀。

2017年8月18日

从2015年开始，我们为我的朋友在菲律宾组织了一系列的工作营活动。让朋友加入此项工作并不是一项太具有挑战性的任务，因为现今的年轻人都倾向於自愿为社会义务工作。但是，我个人想为我们要帮助的社区做一些更有意义的事情，以获取更多的财政资源。所以我想到通过

Whatsapp发送邀请讯息给我的朋友和以前曾任教过的学生进行捐款，从而为在菲律宾一个名为巴拉望的贫困社区建立一间学校教室。令我惊讶的是，我发送消息几分钟後，就得到了肯定的回覆。

其中一条回执的回信人是Gregory，这是我1992年以前曾任教过的一位毕业学生，幸好在过去这几年与他保持著联繫。十二年前，Gregory成了基督教。他告诉我，他很乐意捐助我需要的全部金额，并建议我们在任教大学的咖啡室见面午饭小聚，以便让他可以直接捐款。我们会面那天，在我们开始吃午饭之前，Gregory以一种认真的语调咨询我，他能否捐出更多的捐款。当然可以，我心中高兴地回答他。他告诉我他想捐赠的金额是原来的两倍。我回答说，这是一份太好的心意，因为我们已经有足够捐款策划组织第二年的另一项工作。然後他答覆我，指我应该花所有的钱，帮助那些有需要的穷人。倘若我们计划再

进行另一次工作营，我应该会毫不犹豫地再邀请他进行另一次捐款。我的朋友中具有这种慷慨行为的表现，实在让我感到非常感动。

在2016年，我们又开始了另一个工作营，我们成功地再建立了另一个教室。按他的承诺，Gregory资助整个建筑费用和所衍生的支出。今这个夏天，我们将在2017年8月2日至14日期间再度展开工作营。除了捐赠之外，Gregory还决定加入我们这个活动项目，因为他相信能参与这一项工作去帮助有需要的人，是另一种更大的祝福。

参加者有来自高中生、大学生以及大学教授。他们主要来自澳门，但亦有少数来自台湾、美国、墨西哥、新加坡、菲律宾和南美洲等地的人士。

在过去三次工作营中，我们分别访问了马尼拉一个非常贫瘠的地区。城乡贫困人口的生活条件比农村穷困人口的生活条件更差。访问期间，我们为

社区儿童组织了一个方案，给他们食物、学校用品和玩具。我们还设法访问了最需要的家庭人员。我们主要是访问的家庭均大约为六至八个孩子的大家庭。参与的志愿者深入瞭解了孩子及其家属成员所遇到的困境，进一步注意到他们那有如正面临著赤裸裸身体的挑战，但他们脸上还掛著微笑，心存喜乐。

访问结束时，澳门大学第一年学生Edwin向所有志愿者提到了「幸福原来是一种选择」的命题，所有参与的志愿者从所见的證據都同意他提出的论点。这亦是他们能够解释在这种困难地方生活仍能找到幸福的唯一方法，他们不依赖於自己的物质作为福祉。来自澳门大学主修金融专业的学生也非常感动，看到贫困家庭感欣参加者为他们所作出的小小事情。即使是一张小纸张的赠送，也可以让他们内心真正快乐。他们分享说：在澳门或其他很多城市，即使许多孩子有丰

富的物质生活，也很难在他们的脸上看到这一种内心快乐的笑容。

此外，我们还到访一间公立医院，探访一些患严重疾病的儿童，如癌症或脑部疾病。在这些孩子和他们父母所承受的痛苦之中，我们也能看到他们内心的平安，这份平安是源於他们把自己交托在天主的手中。他们没有对拯救人灵的天主，失去他们的信仰与希望。他们十分感谢我们这些义工，为他们提供的帮助。一些志愿者评论分享，说我们的帮助与他们的需求相比是较小的，促使他们考虑通过其他方式来帮助这些儿童。

在巴拉望学校、即我们建立的教室裏，我们幸运地有机会在学生的休息时段和及放学後，教授学生一些互动知识，其中一些学生为志愿者準備了小礼物，以表达感激之情。接着，百多名学生排队，分别获得了志愿者的签名，这些志愿者受到学生如名人般对待。这些行为感动了志愿者们的心

灵，意识到他们所作出的努力，能够为学生作出小小的帮助，都是很有价值的。

在工作营结束的时候，每个志愿者都赚取了一份更加成熟和更具社会责任感的人生观。当看到其他人所面对不得不经历的困难时，志愿者们更加感欣他们所获得的祝福。整个旅程教了他们很多关于生活中真正重要的价值。受助者反而唤醒和教导了我们应以怀有希望、施予的方式去生活，最后接受更多祝福的人是我们。穷困人士教了我们应该如何地生活；他们教了我们幸福的秘诀。

.....

pdf | document generated
automatically from [https://opusdei.org/
zhs/article/xing-fu-yuan-lai-shi-yi-
chong-xuan-ze/](https://opusdei.org/zhs/article/xing-fu-yuan-lai-shi-yi-chong-xuan-ze/) (2026年3月29日)