



榮譽常務理事
Janet Cheung
Joseph Cheung

珍惜當下
用行動
分享善



◀ Janet 經常抽空出席慈善活動，用行動貫徹「以生命影響生命」的精神



善良的人
就是為別人去
謀幸福

善的感動 學懂感恩與分享

「以生命影響生命」不是一個口號，而是透過自己的行動去幫助別人，同時體現出助人自助的價值。Janet 長期支持「受飢兒滋養計劃」，更親身到馬拉威參觀蜜兒餐工場，了解「善的力量」如何在當地建立一個「善的迴圈」，從協助當地受飢兒童獲得溫飽，到支持營辦家庭自立農業學校傳授務農知識，賦予當地人擁有自給自足的能力，改寫命運。馬拉威的見證讓 Janet 領悟到善是不講求付出，不計較結果的。「善事是要『行』出來的，心動不如行動，只有先透過自己的付出，才可以做到生命影響生命，把善念發揚出去，讓他人獲得幸福的同時，自己亦能感到滿足。」

感動，往往源自行動，只有透過親身參與才能有至深的感受。Janet 透過支持「受飢兒滋養計劃」，了解到「善的力量」的意義，並非單純的派發一包包裹腹的米糧讓兒童獲得溫飽，而是讓他們獲得營養得以健康成長，繼而提供機會讓他們學習和增長知識擁有創造未來的能力。至於 Joseph 則相信「助人為快樂之本」，因為無私奉獻比獨自享樂更能帶來幸福感，透過參與「善的力量」活動，他可以把助人精神化成實際行動，真正幫助世界上有需要的人。



▲ 兩人出席「和諧之家」探訪活動，透過為他人帶來溫暖和希望，「助人為快樂之本」也為自己帶來幸福感





▲黑龍江童兒餐之旅讓Joseph體會到「授之以漁」如何改變一班兒童的未來



無疑，行善可以讓人產生滿足感，但到底甚麼才是真正的滿足？Joseph就從探訪黑龍江及上海復旦大學之旅反思到，「滿足的定義其實不是自己想要甚麼，而是懂得感恩。」他猶記得初次踏足黑龍江，向一班受飢兒童派發童兒餐時，當到有種窮鄉僻壤的感覺，然而慢慢地他卻從一班受飢兒童的眼眸中感受到對未來的憧憬和盼望。「當時所有村民都走出來夾道歡迎我們，看到他們眼中的喜悅除了來自童兒餐給予的溫暖外，背後更源自「善的力量」所堅持的「授之以漁」理念，推動他們脫貧，協助他們自力更新，創造屬於自己的未來。」



▶Janet與Joseph都認為，行善就是要身體力行，圖為兩人參加兒童心臟基金會慈善步行時接受採訪



事實上，許多正向心理學的研究都指出，感恩能有效地增加幸福感和正面情緒。Joseph到上海復旦大學附屬兒科醫院參觀時，一方面因為看到先天性心臟病患兒童承受手術治療帶來的痛苦而感到悲傷，但另一邊廂，亦在分享會見證一班兒童在善的力量基金會的援助下重獲新「心」，重現歡顏，他頓時為自己能夠擁有付出的能力而感恩。「兩次旅程給我很大的感悟，就是當你擁有幸福的時候，就更需要學懂珍惜當下，並盡力去成就他人的幸福，畢竟感恩與分享正是行善的核心價值，而我亦會將這份精神履行於日常生活中，將善作為終生目標。」

心動不如行動 以善改變世界

能夠在「善的力量」當中一同為他人獲得幸福，是兩人的共同願景。Janet希望日後可以有機會帶領團隊夥伴親身參與各類探訪活動，她相信這些感動人心的難忘回憶定能讓夥伴親身感受「善的力量」，鼓勵身邊更多人去參與。「從過往經歷中讓我明白到，「善的力量」單憑一己之力並不足以泛泛而過，但滴水可穿石，只要集合細微的力量也能成就偉大傳奇。」至於Joseph則希望推動自己團隊於2022年有3至5位微笑天使，用行动傳遞善念。「善是一種行動而不是一個口號，當你有能力就要履行責任，只要每個人都願意將「善的力量」履行在生活細節上，人與人之間便會更和諧，世界亦會變得更好。」



◀Janet認為Project CFA很有意義，她更表示希望可以帶領團隊夥伴親身參與這類活動



▶在參觀復旦大學附屬兒科醫院時，Joseph從一名先天性心臟病患兒童身上領悟到，當自己擁有幸福的時候，就更應珍惜當下

