

在寮國，我重新學會了生活

2026.07.03 ~ 2026.07.17

企管系 碩一

梁許夏娟



回首坐在YMCA教室的那一天，我始終記得輔導員問我的那句話：「你為什麼想成為國際志工？」當時的我沉默了幾秒鐘，因為腦海裡沒有一個足夠明確的答案。我只是單純地想看看世界，也想試著走出舒適圈。然而，我從未想到，真正改變我的，並不是異國的風景，而是那些與我相遇的人。

抵達寮國龍坡邦的第一天，儘管心裡早已預設住宿條件不會如台灣舒適，眼前所見仍讓我措手不及。座落在森林裡的木屋、與大自然融為一體的浴室，第一時間帶給我的並非新奇，而是一股難以言喻的不安。腦海中不斷浮現各種疑問：這裡究竟是什麼樣的地方？我真的能在此生活十天嗎？夜裡是要睡在地板上？沒有冷氣的夜晚、森林裡此起彼落的蟲鳴、木屋縫隙吹進來的涼風，都提醒著我：這裡和我熟悉的生活完全不同。然而，正是夥伴們的陪伴，讓這份不安逐漸消融。遠離城市的喧囂，沒有喇叭聲，沒有人潮擁擠，取而代之的是鳥鳴與風吹樹葉的沙沙聲響。這種近乎原始的寧靜，讓我第一次真切體會到「融入自然」並非一句空話，而是一種身心俱靜的狀態。

在寮國，我重新學會了生活

2026.07.03 ~ 2026.07.17

企管系 碩一

梁許夏娟

這是我第一次與這麼多夥伴同吃同住、共同生活。對成年人而言，一起用餐、一起入睡看似再平凡不過，卻是難得的機緣。每天，十幾位夥伴共同用餐，飯後開會討論隔日行程，睡前彼此分享各自的生命經驗，這樣的節奏讓我們在短時間內迅速熟識。我們一起備課、一起搬桌椅、一起在夜晚圍成一圈檢討一天的活動。有時候因為語言不通而手忙腳亂，有時候因為活動成功而開心得像孩子。那些共同經歷的小事，不知不覺成了彼此最珍貴的回憶。長年在國外求學，我早已習慣一個人上課、一個人用餐，凡事獨自面對。然而在寮國的這段日子，身邊總有人相伴，那份溫暖的感覺彷彿回到了家一般，是我出國多年來難得體會到的歸屬感。



在寮國，我重新學會了生活

2026.07.03 ~ 2026.07.17

企管系 碩一

梁許夏娟

除了團隊生活帶來的溫暖，這趟旅程更讓我重新審視自己對「理想生活」的追求。我們每個人似乎都在不斷向前奔跑，渴望擁有更多，卻在追逐的過程中，逐漸淡忘了眼前所擁有的一切，其實也是過去努力的成果。在與寮國當地孩子相處的兩週裡，我看見了截然不同的生活樣貌。他們沒有台灣便利的交通，有些孩子甚至需要步行半小時才能抵達學校。有一天清晨，天空還飄著細雨，原以為孩子們會晚一點到校。然而，當我們抵達教室時，他們早已整齊地坐在位置上，有些人甚至比我們還早到。那一刻，我突然明白，學習的熱情從來不是建立在豐富的資源之上，而是來自一顆願意改變未來的心。物質條件的匱乏，絲毫沒有削減他們對學習的認真與專注。這樣的畫面，讓我深刻體會到，儘管每個人追求的目標各不相同，但那份想要讓生活變得更好的努力與渴望，卻是跨越國界、共通於每一個人的。



在寮國，我重新學會了生活

2026.07.03 ~ 2026.07.17

企管系 碩一

梁許夏娟

短短十天的服務，或許無法徹底改變孩子們的思維方式，但至少讓他們有機會與外面的世界產生連結。語言的隔閡，在真誠的互動面前顯得微不足道；即使溝通有限，人與人之間那份樸實的情感，仍然能夠跨越語言的界線。當地居民對我們的熱情款待，更讓我體悟到：無論生活條件如何，人與人之間的真誠相待，始終是讓彼此感到快樂與溫暖的根本力量。



在台灣生活久了，我漸漸習慣用效率衡量一天的價值，用成果定義自己的努力。然而，在寮國，我第一次發現，原來幸福並不一定建立在擁有多少，而是在有限的條件下，依然願意珍惜眼前的一切。當生活節奏慢下來了下來，我才開始重新看見那些曾被忽略的美好。

在寮國，我重新學會了生活

2026.07.03 ~ 2026.07.17

企管系 碩一

梁許夏娟

這趟寮國之行，不僅是一次服務他人的經驗，更是一場向內探索自我的旅程。透過與當地文化、當地人民的近距離接觸，我學會以更謙卑的姿態看待自己所擁有的一切，也更加珍惜眼前平凡卻得來不易的日常。國際志工服務的意義，並不僅止於物資或知識的給予，更在於雙向的文化交流與情感連結——我們給予陪伴與教學，而當地孩子與居民，則回饋給我們最純粹的人情溫度與生命韌性。



離開寮國那一天，巴士緩緩駛離學校，孩子們一路揮著手，大聲喊著 "BYE BYE!"。直到身影逐漸消失，我仍忍不住回頭望向窗外。那一刻，我忽然明白，我們帶走的，從來不只是照片或紀念品，而是一份足以改變自己一生的力量。我相信，國際志工真正改變的，從來不只是接受服務的人，而是每一位願意踏出舒適圈的人。未來，不論身在何處，我都希望保有這份因寮國而萌芽的初心，持續用開放的心理解不同文化，以行動回應世界，也讓每一次遠行，都成為一次更深刻的成長。