文採

2008-2010

序

袁彼得校長

文字，是「經歷」、「思考」、「感受」,「創作」經過沉澱和整理後的結晶。

作者以敏銳的五官捕捉人生的片段，

以豐富的感情體會其中的甜酸苦辣，

運用文字反映內心躍動的迴響。

讀者也可透過文字

拓闊自己的視野，

思考自己未能察覺的課題，

豐富自己未有掌握的知識，

體驗自己未曾親歷的經驗，

在無邊無際的想像力下，與作者共創無限的可能性。

「文採」是同學思緒情意的匯聚，

希望每一篇章都能引發你的共鳴。

主編的話

寫作是快樂的！文字是一把開啓人心的鑰匙，我不知道在看這本文集的各位是否同意我的說法。但，這句話，卻是我們在編輯整本文集所執著的信念。人爲了表達內心，所以寫作；爲了記錄此刻的酸甜苦辣所以動筆；爲了留住生命，所以才寫作留住光陰。

編輯文集是因爲我們希望可以藉此機會，提供一個平台予同學發表文章。而把文集命名為《文採》，顧名思義，便是希望從那棵果實累累的創作之樹上，採集到同學的心思、同學的筆墨與故事。

表面上的目的似乎是如此，但我認爲這本《文採》，是保留住同學的純真而誕生的。

人生活的環境裏，有太多的誘惑，好比物質的引誘，又或者是不同的機會，讓你可以到達頂點的誘惑。正因這些外在的因素，導致我們忘卻了許多東西。或許，你會覺得很老土、很俗氣，卻不得不承認，有時這些老土俗氣的東西，會成爲人生的警句。

我是中三時認識楊老師的。當時，楊老師曾稱讚過我的作文不錯。然而，就在前一段時間，楊老師卻跟我說，我的寫作沒有了那份光彩。當時的我雖然心裏知道自己的作文失去了吸引力，卻一味怪罪於其他地方，麻醉自己說那是因爲考試的緣故，因爲要應付公開試，所以寫作自然也變得千篇一律。

心裏雖然起了小小波浪，卻永遠沒有此刻的自己體會得深。

這幾天，整理房間時，赫然發現自己中三那年的寫作，發現自己當時的文字用詞，雖然非常一般，卻有著一股力量，一股可以說服人心的力量，雖然不完美，但卻是讓人回味的東西。但再看看現今自己的文章，只是不斷用文字堆砌，卻沒有任何的真正感情，更別說用文字去說服人了。

文章的光彩或許就是指這個吧！文章的光彩取決於人心，當你的心中沒有雜念時，只是爲了表達某些事而寫作時，你的文字自然有了力量。然而，一旦你被某些東西左右了，文字自然會失去光彩。就好比我，因爲被人認定為文章寫得好，所以每一次，便逼著自己去寫作，用文字去堆砌文章，好似這樣便可以滿足自己的虛榮心，得到大家的稱讚。但是，我卻忘記了，沒有了那份感觸，沒有了那顆純真的心，又怎會有好的文章呢？

回望當時的我，用考試為藉口，說服自己，完全是自我安慰，因爲不想被人認爲自己的寫作差罷了。

其實，不論在面對任何事情時，都應用最純真的心去面對。上了高中後，我發現自己如果肯爭取，便會有許多機會。於是，不斷向上爬，不斷去爭取不同的機會，然而到頭來，卻發現自己漏下了最重要的東西，忘記了自己的夢想。那份夢想，似乎已經變了質，失去了吸引力。升上中五後，

我成功當選了學生會主席，當時有位老師告訴我，「要記住你真正想做的」。直至最近，我才發現，自己不知何時，已經離自己的夢想太遠了，那份追夢、築夢的熱忱也不翼而飛。

用最純真的心去看待任何事情，那件事才能做得好。而我認爲，要一直記住初衷是不可能的，而文字恰恰可以幫我們記住自己那最純真的想法。

只有用平靜的心面對一切，才有可能達到頂峰，只有用清澈的心，才可以看見自己的夢想，也只有用純真的心，才可以體會寫作的快樂，追夢的幸福。

讓我們攜手，記錄下這些點點滴滴，採集這些獨特的故事。各位，請懷著一顆童心繼續寫作，懷著初衷繼續追夢，懷著純真繼續生活！

江佳維（5J_10-11）

《 目錄 》

[說愛談情]

黃樂勤	1J (08-09)	淚	10
譚頌恩	1J (09-10)	我的老師	11
陳亭妘	1J (09-10)	我的同學	12
許祈恩	1L (08-09)	一張滿有皺紋的親切的臉	13
黃皓心	1L (09-10)	記青海地震最震撼的一刻	14
潘思樺	1L (09-10)	記青海地震最震撼的一刻	15
張鈺淇	1F (09-10)	我的媽媽	16
黃淑祺	1F (09-10)	因為有了你	17
黃淑祺	1F (09-10)	媽媽，謝謝你！	18
周佐彥	1P (09-10)	因為有了你	19
曹甦彥	2J (09-10)	我的弟弟	20
馬學賢	2H (09-10)	因為有了你	21
蘇靖然	2G (08-09)	火炬的聯想	22
梁諺騏	2G (08-09)	陽光總在風雨後	23
謝穎芝	2G (09-10)	因為有了你	24
蔡方正	2G (09-10)	因為有了你	26
江芷樺	2G (09-10)	因為有了你	27
游朗勤	3F (09-10)	關愛長者	28
陳樂婷	3F (09-10)	因為有了你	29
黃意得	3F (09-10)	熱鬧過後	30
陳芷詠	3G (08-09)	陽光總在風雨後	31
江佳維	3P (08-09)	我的祖國	33
黎子婧	3P (08-09)	心醉心碎那一刻	34
張浩齡	3P (09-10)	我的哥哥	35
胡芷淇	3P (09-10)	我的爺爺	36
陸信生	3P (09-10)	「家有一老，如有一寶」	38
譚芷螢	4F (08-09)	我的家庭	40
方家希	5J (09-10)	有朋自遠方來	41
方家希	5J (09-10)	一個令我留下深刻印象的長輩	42

[依山伴水]

黎詠瑤	2J (09-10)	海	44
張詠琳	2J (09-10)	海	45
黃樂宜	2J (09-10)	竹	46
葉梓程	2F (09-10)	海	47
張旨維	2F (09-10)	海	48

梁展峰	2F (09-10)	仙人掌	49
張子佳	2F (09-10)	一盆特別的仙人掌	50
藍善婷	4L (08-09)	暑氣騰騰的鬧市景象	51
江佳維	4J (09-10)	我最愛的中國文化遺產	52
林樂文	5J (09-10)	冬天有感	54

[成長滋味]

何頌恩	1F (09-10)	帶著樂觀出發	57
柯蕙心	1F (09-10)	帶著聖經出發	58
周澤昊	1F (09-10)	帶著長笛出發	59
黃諾	1G (09-10)	一件童年趣事	60
許書華	1G (09-10)	一件童年趣事	61
許書華	1G (09-10)	帶著樂觀出發	62
陳樂謙	2J (09-10)	只要有恆心，鐵杵磨成針	63
雷梓欣	2G (09-10)	變化	64
諸風華	2G (09-10)	成長的味道	65
劉頌賢	3J (09-10)	走過今天	67
李詩寧	3J (09-10)	因爲有了你	68
曾懿璋	3G (09-10)	雨天回想	69
梁慦呈	3G (09-10)	冬天有感	70
林憙薏	3F (09-10)	我也是個喜歡音樂的人	71
蕭哲晞	3P (08-09)	生命將盡那一刻	73
陸信生	3P (09-10)	冬天有感	75
余梓靖	3P (09-10)	走過今天	76
林樂文	4J (08-09)	一次舊地重遊	77
江佳維	4J (09-10)	襪子	78
江佳維	4J (09-10)	明天的遐想	80
鄺玲訢	4F (08-09)	憶兒時	82
李儆文	4F (09-10)	一步，一步，再一步	83
謝凱蕾	4F (09-10)	一步，一步，又一步	84
楊思思	4F (09-10)	總有一條道理可以抵達	85
何綽忻	4F (09-10)	總有一條道路可以抵達	86
陳朗	4F (09-10)	夢想沒有有效期	88
連顯進	4F (09-10)	洗禮	89
吳宛霖	4P (09-10)	洗禮	90
吳宛霖	4P (09-10)	搬家	92

[小試牛刀]

羅安凝	1G (09-10)	帶着神奇白寶袋的婆婆	95

譚頌恩	1J (09-10)	爺爺奶奶笑了	96
陳沛筠	1P (09-10)	一次探訪老人家的經歷	97
崔菀斯	2G (09-10)	我和婆婆有一個約會	98
徐安恆	2P (09-10)	第一次探望老人家	100
方祈謙	2J (09-10)	我和祖父有個約會	101
黎詠瑤	2J (09-10)	婆婆，謝謝你	102
麥鎮傑	3L (09-10)	長者是活寶貝	104
黎恩欣	3P (09-10)	我和外公有個約會	105
李向亮	3J (09-10)	探望長者有感	106
		校慶標語創作比賽 (2009-10)	108
		相片標題創作比賽 (2009-10)	111

[點點滴滴]

許蔚瑩	1L (09-10)	學校早會的時候	122
鍾恩信	1L (09-10)	學校早會的時候	123
何頌恩	1F (10-11)	環保校園	124
黃朗懷	1G (09-10)	參觀博物館有感	125
李嘉穎	1G (10-11)	環保校園	126
許書華	1G (10-11)	什麼顏色？	127
黎詠瑤	2J (09-10)	祈願	128
曹甦彥	2J (10-11)	上學途中	129
曹甦彥	2J (10-11)	該死的蜜蜂	130
黃子欣	2J (10-11)	小蜜蜂來觀課	131
林瀚恩	2H (09-10)	帶著微笑出發	132
林可澄	2F (09-10)	玩具奇兵	133
伍倚心	3J (09-10)	看過劉翔退出比賽後，我的心情久久不能平伏	134
高興民	3G (09-10)	火警	135
吳宛霖	4P (09-10)	一件小事	137
李向晴	5J (09-10)	一個令我留下深刻印象的長輩	140
王莉虹	5L (09-10)	風雨中的沙田	142

[喜有此理]

周仲	2J (09-10)	中學生應否積極參與課外活動？	144
黃樂宜	2J (09-10)	中學生應否積極參與課外活動？	145
黎詠瑤	2J (09-10)	中學生應否積極參與課外活動？	146
曹甦彥	2J (09-10)	中學生應否積極參與課外活動？	147
陳樂謙	2J (09-10)	中學生應否積極參與課外活動？	149
何卿華	2F (09-10)	中學生應否積極參與課外活動？	150
李詩寧	3J (09-10)	「職業無分貴賤」，你同意嗎？	151

梁思行	3J (09-10)	網上交友的好與壞	152
藍浚傑	4J (09-10)	減壓的方法	153
凌梓源	4G (09-10)	有人說「友情比親情可貴。」你同意嗎？	155
衛俊輝	4G (09-10)	寧作真小人 莫做偽君子	156
陳英傑	5F (09-10)	一個值得商榷的話題——發展與保育	157
譚芷螢	5F (09-10)	一個值得商榷的話題——是香港人?是中國人?	159
伍家汶	6J (09-10)	墮升降機槽六死意外　當局應引以為鑑	161
林子臻	6J (09-10)	環貿廣場工業意外	163
盧健榮	6J (09-10)	汲取血的教訓　防範更多犧牲	165

[悅讀遐想]

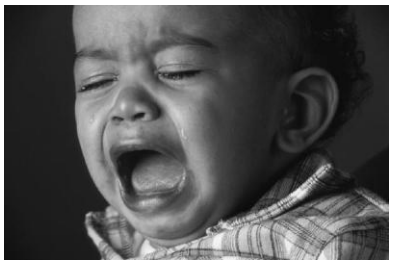
徐樂雯	1J (08-09)	綠色心靈——牽一髮動全身	167
黃樂宜	1J (08-09)	讀《一定要記住我愛你》有感	169
梁卉彤	3L (08-09)	讀《女巫手中的愛情書》有感	171
江佳維	3P (08-09)	讀《家》有感	172
鍾卓婷	3P (08-09)	讀《傲慢與偏見》有感	174
陳培詩	3P (08-09)	讀《會考 0 分與神奇小子》有感	176
郭嘉豐	4P (09-10)	讀《定格十六歲》有感	178

[人物訪談]

世界龍岡學校黃耀南小學——徐俊祥校長 181
帝堡城業主委員會主席——徐曼玲女士 183
廣林浸信會呂郭碧鳳幼稚園——歐金麗校長 185
沙田區議員——羅光強先生 187
香港神託會培基書院——袁彼得校長 189
沙田靈光教會——郭志文牧師 191
廣源邨區議員——鄭楚光先生 193
廣源邨設計師——陸光偉先生 195

淚

1J　黃樂勤　(08-09)



我的媽媽是個很堅強的人。從小到大，我從未見過媽媽流淚。但那一次流淚，我永遠也會銘記於心。

小學的時候，我是一個很頑皮的孩子，永遠也不理會別人的感受。老師給我的功課，我總是做得馬馬虎虎，字體凌亂得就像雜草一樣。功課等級能夠得到甲等猶如大海裡撈針般稀有。對老師的態度更是不提也罷，課堂上時常大吵大鬧。有一次，因為我對老師及同學態度差劣，老師就主動約見我的母親了。

母親與老師見面後，臉上明顯地看得出她十分傷心、難過、緊張等等數之不盡的負面情緒。其後十多年來我從未見過的景像出現——母親哭了。那一滴淚使我極後悔，看見媽媽的眼淚流下來，我的眼淚亦隨之地流下。

母親為我供書教學，為了什麼？就是希望我能成才，做一個有品德的人，但我現在已經破滅了她的希望。

就是那一顆淚使我明白媽媽對我的期望，就是那一顆淚令我知道我做錯了，就是那一顆淚使我明瞭親情的愛。那刻，我後悔極了。媽媽的愛，使我立下志願，努力讀書，絕不會辜負媽媽的期望！我要證明給媽媽看，我將會是個有品德的人！

我的老師

1J　譚頌恩　(09-10)

當我參觀培基書院時,看見一位老師正耐心地解答學生不明白的地方，聽見「她」和藹可親的聲音，令我很想進入培基書院。在開學日，得知她是我的語文老師，心裏有著說不出來的感恩、歡欣……我每次語文堂也會留意著「她」;看見「她」有一雙滿有精神而鋒利的眼睛，好像看穿你心中所想的；雖然「她」是從內地來的，但「她」可以說出一口流利的廣東話，當然,「她」的普通話簡直是無法想像……

上次因同學們交不齊功課，結果被罰沒有小息，在語文課時大半班同學都想去洗手間，結果，語文課就變成了我們的小息，令「她」非常生氣；而當每次上課時有同學悄悄地談話，都會被「她」發現，然後在下課時責罵那些同學。在這幾件事中，我發現「她」非常重視課堂時間, 希望我們可以學習更多知識。

每次課堂,「她」都會給我一些工作紙，工作紙內的都是課文重點，好讓我們回家溫習。剛剛過去的考試令我十分難忘，我也是第一次見「她」這麼難過，在派發試卷當天，我們的同學竟沒有一個拿超過七十分，還有幾個同學不及格；我看見「她」的表情十分失望，好像是「她」自己不及格一樣。我亦發現，原來「她」十分注重學生是否學到知識和學生的成績。

沒錯,「她」就是莊老師了！莊老師注重學生的學習情況，幾乎沒有人能超越她,莊老師也十分希望自己的學生可以學習到很多不同的知識、自己的學生可以成功。所以我要努力讀書，不讓莊老師失望。

我的同學

1J　陳亭妘　(09-10)

我有一個同學，她從一開學就令我印象深刻。她長得很漂亮，她有一雙大眼睛，灰色的眸和又黑又密的長睫毛加上半睜半閉的眼神，給人一種空洞的美感。她鮮紅的唇和雪白的臉成了鮮明的對比，更誇張的事，她並沒有化妝。其次，就是她的名字太獨特，因為她姓夏名夕恆，這名字實在給我古典的感覺。

第一次遇見夏夕恆是在學校中一英文適應班的第一天，那天我睡晚了，匆匆忙忙地出門，就怕第一天到培基就遲到，還好沒有，不過當我抵達教室時，我這才發現，座位已被我同學坐滿了。這時坐在我身旁的他突然無聲無息地站起，然後站到一旁去，用眼神示意我坐下，我想跟她道謝，所以把頭向上一望——才發現她長得多麼高佻。後來老師到了，點過名後便找了張椅子，叫她和我共用桌子。

當她坐下自我介紹時，我才知道她是中法混血兒。接著就上課了，我發現她是如此的冰雪聰明，因為她幾乎能回答老師所出的問題；跟著就小息了，我發現她是如此的美若「冰霜」，她竟然可以除了必須說和你問她的以外，一句話也不說呢!

開學後，大家可能覺得不知道如何和她相處吧!因此我們變得非常要好，可說是形影不離，我們一起玩、一起吃飯，甚至一起放學呢!九月中旬，我無故換了上呼吸道感染，經常早退回家，甚至請病假，這時大家都因為流感高峰期而不敢靠近我，只有夕恆天天打來問候我、安慰我。病癒後回到學校，她還特別放學後留下替我補習！那時我真的很感動，卻不知道如何表達心中的感受。

因此，我想借著這次的作文，告訴他我的謝意。夏夕恆，謝謝妳，妳是我最喜歡的好同學、好朋友！

一張滿有皺紋的親切的臉

1L　許祈恩　(08-09)

那張滿有皺紋而又親切的臉是我畢生不會忘記的。

那張臉是我奶奶的臉，她是一個對我教導有方就只有我這個學生。

在我年幼的時候，奶奶便負責照料我，她會細心地照顧我。有時每當我因一些小事發脾氣時，她都不會寵壞我，而她只會跟我慢慢地講道理，跟我分析為甚麼我不能發脾氣或是為甚麼她每次都不肯遷就我的原因。

記得在我小學四年級時，我父母要上班，因此我每天放學後都要獨自回家，但我從來不會感到孤獨，因為奶奶每天都會從她的家(在黃大仙)來到我的家(沙田第一城)煮飯給我吃。如果當天我遲了回家，我的奶奶就已經在大堂的升降機處焦急地等待我。我曾經叫她不用在那兒等我，只要在家裏等我就行了，可是她又不聽。

記得有一次，我的成績沒有預計的成績般理想，我十分失望和沮喪，但我的奶奶不斷安慰我，又不斷跟我講些笑話，想哄我開心。雖然這笑話不太有趣，但是我不想令奶奶擔心，所以我很快便回復心情，不再傷心了。

每天當我完成所有功課後，我都會讓奶奶幫我檢查。雖然她不識字，但她很愛整潔，所以她檢查我的功課時，只檢查家課是否做得整潔。一般小孩子，每天完成了功課後就會看電視、打遊戲機和玩電腦遊戲，但是我每天做完功課後，就會看書和聽奶奶講一些歷史故事，我覺得做這些比玩那些遊戲機更有趣。

去年，奶奶不幸患了一場大病，更不幸的是她給死神奪去了生命。奶奶，我永遠也會記得你那張臉——一張有皺紋的親切的臉。

記青海地震最震撼的一刻

1L　黃皓心　(09-10)

青海地震，震碎了人們的家，震碎了小孩的學校，震碎了所有人的心，但震出了人的關懷，人偉大的愛，甚至人犧牲了的生命。

住在法國的中國人，他們記掛著遠遠的家人、國家。一滴滴晶瑩的淚水，無聲無色地流過我們的臉，「滴滴答答」的眼淚濕透了地上的沙子，鹹鹹的雨水滑過我們的臉，滋潤了我們的口，卻嘗不到任何味道，也感覺不到淚水的足跡，全因心中的疼痛的感覺蓋過了一切。

輕輕的煙香飄過，帶著陣陣的花香，有的卻是我們沉重的心情。雪白色的蠟燭圍成一個圓圈，圍成「玉樹」的字樣，圍著我們的思念。一大束花把我們懷念的感覺放在面前，不同的人就像旁邊不同顏色的蠟，有海的藍，火的紅，光的黃……這一切一切都代表著我們的感覺。

微微的哭泣聲連連不絕，我們圍攏著，身貼身，本應溫暖，卻不是，大家也感受到朋友的體溫，用身體交流著自己的感受，自己傷心的感受。看到朋友濕潤的眼睛，聽到別人的哭泣聲，感到好友身體的微震，已「說」出了悲「涼」的因由。

悼念會隨著各人比羽毛還要輕的腳步聲中完結，風聲呼呼過，彷似要，把我們的思念帶到遠在青海的同胞處。

記青海地震最震撼的一刻

1L　潘思樺　(09-10)

眼睛，哭腫了；心，痛得麻木了；淚，都流乾了……

四月十五日，記載無數的死、傷心、悲哀……青海(玉樹)地震帶走了無數的生命，也帶走了無數人的歡樂及喜悅，不知道多少人喪失了生命，以及親人。

多少人為此而默哀，為此而祈禱，但是已成過去了。時間帶走了傷痕，帶走了災難來過的痕跡，卻帶不走心中的傷心與心酸……

她們，失去至親，也就是她的丈夫和她的父親。她們，欲哭無淚，心痛不已……就是這恐怖、討厭、震撼的五點七級地震拿走了她們的至親。

哭泣聲、呼救聲、支持聲、鼓勵聲……起跌不定，猶然在耳。四周荒涼，北風呼呼的帶走了心中的那份情……猶如廢墟般的四周，多麼的荒涼、多麼的悽慘。

她們多麼傷心的呼喊、多麼悽慘的哭泣，卻哭不回也叫不回她們的至親、至愛。跪在荒地上，多麼的無助！卻沒有任何一個人去支持、鼓勵以及幫助她們。

盡一點善心、關心與愛心，請為她們默哀吧。請給與祝福，給所有地震災民，好讓她們度過悲傷，擺脫心中的陰影！

我的媽媽

1F　張鈺淇　(09-10)

我的媽媽長得高瘦瘦，有一雙大大的眼睛，很像洋娃娃，她常常面帶微笑，對認親切又和藹，不管是對誰都大方，尤其是對我，更是付出無數的愛：每天擔心我吃得好不好，穿得暖不暖，從小就一直很細心地照顧我。

媽媽總是無怨無悔地為我們付出，比如，一大清早我們還沒起床時，就整理好我們上學要用的物品；家裏面的大小事物也全都由她一手包辦，所以她總是每天都要到三更半夜才能上牀睡覺，她對我們的付出令我十分敬佩和感動。

我記得有一次我要下樓去倒垃圾，關門時不小心被門夾到手指頭，當場小拇指上的指甲脫落，整只手都是血，我忍不住痛，大聲哭了出來。媽媽聽到我的哭聲，連忙衝出來待我到醫院去。在急症室治療塗葯的時候，我覺得媽媽好像緊張得快要流淚了，我也很緊張害怕。包紮好之後，媽媽看到我停止哭泣，也不禁破涕爲笑。媽媽那時的表情，我到現在依然印象深刻。

經過這件事後，我瞭解到「身體髮膚受諸父母不敢毀傷」這句話的意思，我想那時的媽媽比我更痛……

因為有了你

1F　黃淑祺 （09-10）

因為有了你，使我有機會來到了這世上。
因為有了你，使我不用在雨中當落湯雞。
因為有了你，使我在大風中堅定地站著。
因為有了你，使我在跑道上跌倒也不哭。
因為有了你，才讓我感受到母愛是絲絲清爽的涼風、是黑夜裏閃爍著的星星。

媽媽，這一切都要歸功於你。媽媽，我要衷心地感謝你。

這天晚上，窗外的雨點「哇啦、哇啦」地拍打著窗戶，打得窗戶的頭上漲起了一個的大泡。我呆呆的坐在窗前，凝視著雨點打在窗上、流走、到達、離開……這副景象勾起了我心中的一段往事，我放下書本，躺在床上，在腦中翻閱記憶。

那事情是在一個下著大雨的夏天裏發生的，那天晚上我忽然發起高燒來，姐姐連忙打電話給正在教書的媽媽，又用冰袋給我降溫。不消半小時，媽媽回來了，她一打開門，把我和姐姐嚇了一跳。媽媽渾身濕透，直直的頭髮纏在了一起，這可是有史以來頭一次看到媽媽這樣子。她把雨衣套在我身上，把我揹起來，往醫院的路跑去。雨點一點也沒有打在我的臉上，因為媽媽的臉像擋箭牌一樣，為我擋掉了雨水。這三天，媽媽一分鐘也沒有離開我，一直在我身邊悉心地照顧著我。我很快便康復了！雖然這事已經過了五年，但我並沒有忘記。

媽媽，全因為有了你，才使我今天能如此的美好，也能令我明天更加的美好！

媽媽，謝謝你！

1F　黃淑祺　(09-10)

自從爸爸和媽媽離異後，我和媽媽搬到了一個較小的單位居住。

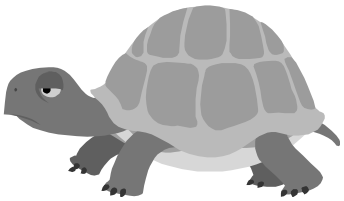
那是我小學二年級的事情，那時我還只是一個任性的小女孩心裏常暗自抱怨爲什麼父母要離異，令我失去了其他同學口中的“家庭樂星期日”。我想媽媽也察覺了，她更因明白我的想法，所以經常找時間來跟我聊天，並努力身兼父職以求彌補我心中的缺陷。我也漸漸感覺到了媽媽的一番好意，口中的抱怨便漸漸少了，臉上的笑容多了。我充分利用空閒時間來唸書，考試的成績也十分理想，我相信這是媽媽樂意看見的。也許是因爲媽媽常跟我說道理，我自小便學會了堅強。

上了中學後，媽媽認爲我長大了，所以有很多事情都讓我自己決定，同時我也擔當了做家務的角色。儘管每一天都有點辛苦，但經過辛苦後，晚飯的笑聲特別響亮。媽媽對升上中學的我已不像以前百般照顧，但那對我關懷的心總是沒有改變，總是東提點一句，西提點一句。唉！這些提點真是讓我又愛又恨。

媽媽，你為我放棄了很多東西。你爲了我，令自己嬌媚的臉孔添加了皺紋；令自己的頭上增加了幾條白髮。每次我看到，都有說不盡的感激。媽媽，我真的很謝謝你！

因為有了你

1P　周佐彥　(09-10)



小花今天是你六歲生日，我為你選購了一袋鮮活的小魚作為生日禮物，祝願你長命百歲，每天都活得開開心心。

你是我唯一的寵物——巴西龜，是我唸小學一年級時爸爸獎勵我中文科第一次考獲一百分的禮物。你的外表美麗，綠色的外殼點綴著黃色的斑紋，可愛極了。頭上一雙炯炯有神的眼睛襯上橙色的斑紋，像大戲中的仙女一樣艷麗奪目。你的性情溫柔害羞，常常躲在龜殼裏，靜靜地聽我訴說心事。有時你更會點點頭來表示同情和支持，真是我的「知心友」。

小花讓我學懂了關懷別人是一件不辭勞苦而且愉快的事情。每次當我聽到你打噴嚏，我便急急忙忙地跑去向父親報告「小花」著涼了，要看醫生了。父親只是笑說不打緊，還囑咐我要為自己添加衣裳，以免著涼。又當我發現你不吃不喝，我就急得像熱鍋上的螞蟻一樣不知所措，害怕你患上重病，離我而去。爸爸安慰我說烏龜只是需要冬眠，「小花」在冬天沒有食慾是正常的，請我不要擔憂。

小花讓我明白愛是直率、是無私、是奉獻的表現。每次我看著你活活潑潑地在魚缸內追逐著、捕獵著、戲弄著小魚的時候，我的內心為你鼓掌和喝采。那情景就像父親站在足球場外看著我參加足球比賽一樣，時而鼓掌喝采，時而捶胸頓足，時而嗟怨嘆氣，那份關愛，溢於言表。

因為有了你，我的生命變得多姿多采；因為有了你，我學懂了如何去關愛別人；因為有了你，我學會了甚麼是愛，叨叨嘮嘮的叮嚀，絮絮不休的囑咐，加衣添飯的忠告是煩厭抑或是關愛，在乎我們的心扉有否敞開並懷著感恩的心。謝謝你，小花，還有我親愛的爸爸，你倆永遠都是我的知己良朋，祝你們長命百歲，伴我走過美好的明天。

我的弟弟

2J　曹甦彥　(09-10)

我家住著一隻胖猴子。說胖，是因爲他真的很胖；說是猴子，是因爲他的性格，也真像猴子……他就是我弟弟。

首先，我要在此澄清，我的弟弟長得一點也不像猴子，他的臉蛋圓的像個蘋果，有著烏黑的眼睛，個子矮小，卻喜歡欺負個子比他高的人。說到個子高，我的個子當然比他高。因此，我就變成他欺負的首號目標。

我的弟弟平日總喜歡把事實誇大或顛倒，我開電腦要做功課，他就說我玩遊戲；我自個兒看小說，他就說我看不良雜誌。我總是不明白，他是妒嫉我個子長得比他高，還是認爲這樣誣告別人很好玩。

還有，我的弟弟平素十分霸道。我要做什麼，擁有什麼，他的都要來湊湊熱鬧，和我爭鬧一番才罷休。電腦要爭一回；食物要爭一頓；就連臭氣熏天的洗手間，也要和我正一番。

不過，我弟弟也有可愛的一面。他有時候不知怎麼地，其父我國後，便死纏住我不放，擺出一副他認爲很可愛的模樣，我其實不太喜歡看到的，但是他的好意也可以當是欺負我過後的補償吧！

總言之，我對這只猴子可說是又愛又恨，絕無招架之力。

因為有了你

2H　馬學賢　(09-10)

媽媽，是我人生路上不可缺少的人，她是我成長路上的明燈。在我一次又一次遇到困難時，她也一次又一次地鼓勵我，將我從一個個的困境中救出來。不論我多麼頑皮，她都會接受我，苦口婆心地教導我怎樣做一個成功的人，我真是非常感謝她對我的教導，不是有了她，我已不知變成了一個怎樣的人了！

媽媽把她的時間和心血都放在我身上，其中最令我難忘的是在我小學六年級畢業時，她替我四處尋找中學。當時我的成績不太好，所以找學校有一定的難度，但她亦沒有半句怨言。我到過很多中學面試，但卻沒有一間學校肯收我。有時候，她甚至通宵上網替我找學校，只為了幫助我找中學。後來媽媽寫了一封求情書給培基書院的校長，我才成功入讀培基書院。這件事只是其中一件，如果要數她為了我做的事情，可真謂數之不盡。

「世上只有媽媽好」這句歌詞我覺得說得非常好，問世間還誰會為孩子付出那麼多？還有誰會容忍孩子那麼多次？媽媽，媽媽，不是因為有了你，我已是一個「爛泥扶不上壁」的人；不是有了你，我也不能在我人生的路上站立起來呢！

火炬的聯想

2G　蘇靖然　(08-09)

一把火炬，代表著我們祖國將奧運的歡樂和精神帶到全世界每一個角落。「同一個世界，同一個夢想」，奧運就是不分種族、不分國籍、不分男女，更重要的是不分健全殘疾，給予所有人一展所展的機會。

這一次北京奧運十分成功，令中國人民更愛自己的祖國，證明火炬的傳送儀式已經將它的意義實現了。雖然只是一個小小的儀式，但卻意味著很多。由原來莊嚴、神聖的感覺，變成了充滿愛、歡樂與和平。

在奧運會和殘奧會，聖火和火炬一直在燃燒，就是因為這個時刻，全世界的人都充滿對自己國家的愛，充滿奧運的精神，有著同一個夢想，希望光榮地完結，帶著歡笑迎接下一屆的來臨。

有幸我能夠見證這次的盛事。雖然我只是觀看了一場殘奧馬術比賽，但令我感受到，殘障不一定要給人歧視，他們盡自己最大的努力刻苦訓練，雖然未必能得獎，但他們仍然流露出快樂的笑容，享受觀眾帶給他們的熱情、歡呼和愛。莫說比賽精彩，頒獎一刻更叫人感動。我記得其中一級的金牌得獎者是個四肢癱瘓的殘障人士，看出他的眼淚是真誠的，回想自己付出過，感動而流出來的。

完了這個奧運會，我相信人民對祖國的愛一定不變，繼續為自己的國家而感到驕傲。

陽光總在風雨後

2G　梁諺騏　(08-09)

陽光，總在大雨過後喚醒萬物，它暖和而燦爛的光線，就像母親對我的愛。

為什麼我會這樣說？因為母親常常悉心地照顧我們。她那一雙溫和而潔白的手撫摸我的臉龐，像陽光一樣舒服。

當我做了錯事，媽媽就會大吵大罵，就像風雨來臨，陽光離開。但風雨過後，陽光又出來了。媽媽也會跟以前一樣疼愛我、關心我。

記得有一次，我去外婆家探望她。過了一會兒，當外婆拿錢包出來看的時候，她大吃一驚，原來她把要還給我媽媽的一千元弄失了。外婆立即指著我，她說:「孫兒，你要買東西就對我說，為什麼要像賊一般的偷走我的錢呢？」我忍著淚對外婆說:「這事我才不幹呢！」但外婆竟然不信我，還打我。媽媽突然大叫:「你們夠了！」媽媽哭了，她對外婆說:「你為什麼要懷疑我的兒子呢？他自說沒幹就沒幹，我兒子是頂天立地的男子漢！」當媽媽說完這番話後，我也哭了出來。我感受到媽媽對我的愛，是無限的。外婆也被這番話感動了，還對我道歉呢！最後，外婆終於在她的手袋裡找到了那張一千元。我也抹掉眼淚，摟著外婆。

何為愛？何為親情？它是無可限量，只有感受過，才明白愛和親情的真正意義。

因為有了你

2G 謝穎芝 (09-10)

在我心中，每一個人對我來說都很重要，特別是身邊的家人和朋友。每當我遇到任何困難、挫折的時候，他們總在我身邊支持我、鼓勵我，令我不易放棄，成為一個堅毅不屈的人。

在我小時候，我認識了一位更關心我，經常在我身邊幫助我扶持我的人，這就是主耶穌。主耶穌是一位很偉大而且愛人的神，祂懂每一個人心裡所想所掛慮的事，當我們向祂祈禱，向祂尋求幫助，祂一定會幫助我們渡過艱難。為什麼我會如此肯定呢？只因我親身經歷過主耶穌的恩典，並接受主耶穌改變我的一切，使我擁有一個完美的人生和正確的態度。

當我遇上主耶穌的時候，不太認識和瞭解祂的一切事，但因從小一直被傳道人和教會的導師灌輸「神是愛人和偉大的」這不變的道理，令小時候什麼都不懂的我也選擇盲目地相信。但我從來也不知道主耶穌的真正存在，只知道在基督教裡有一位主就是主耶穌而已。直到我慢慢長大，也沒有特別與神傾談、祈禱和讀聖經讚美祂，更莫說倚靠。

在我中一的時候，我開始遇上了各種問題和困難，它們困擾著我，一直也沒有解決的方法。有時候，有一種壓逼的感覺令我很想放棄一切，心裡有一種灰暗、沒有希望的感覺。縱然家人會鼓勵我，希望我可以面對困難，但我覺得自己已經盡力了，現實迫使我低頭，我感受到有些問題不是靠自己能夠解決的。我的心情越至低落，終於沒有勇氣再面對。

忽然，有一把聲音在叫著我，一直叫著我的名字。此刻，雖然心裡有些害怕，但不知何解心裡有人告訴我說：「這是主耶穌！」一剎那間，突然好像喚醒了我的心靈，我很想向神傾訴一次。結果我把全部的事都交托給神，說完了心裡所困擾的事後，我好像放下了包袱一樣，心情也好了很多！到了第二天，我感覺我的心好像被人擁抱了一下，很溫暖。最令我驚奇的就是我所擔憂的事全都解決了！我的學業慢慢進步，人際關係也不知不覺地漸漸改善了，想不到神真的陪在我身邊，而且還幫助我，聽了我的禱告！

這是我十分刻骨銘心的經歷，這讓我明白神真的會看顧和保守哀慟的人，也會親自安慰受苦難的人！我學懂了倚靠神和每天也歌頌祂，因為神是偉大而無私的真神，只有祂才令我心裡充滿平安！

因為有了「禰」——今天我不再孤單！

因為有了你

2G　蔡方正　(09-10)

因為有你，我在這世界中誕生，給我一生中最大的禮物。在你悉心的照顧，充滿溫暖的關愛下，我漸漸長大，成為一個頑皮、活潑的小女孩。在你眼中，我是一顆閃閃發光的小星，為我而感到驕傲。

當我傷心的時候，你把我擁入懷中，我的淚水沾濕你的衣服，但是你只把我擁得很緊，我感到安慰。當我發怒的時候，什麼人也不理，但你總會拿一杯冷冰冰的忌廉味杯裝雪糕走到我面前，在我額上吻了一下，我的面原是滿面通紅，頭上冒著煙，但即時又消失了，我高高興興地拿著雪糕，大口大口地吃下去。其實有時我也會裝生氣來討一杯雪糕，你知道的，但你照樣給我，因為你愛我，這是你說的。

我小時候喜歡玩，常闖禍，你不會生氣，不會罵也不會打我，只會很囉嗦地教導我。每一次，你都會說：「小孩子，乖，以後不要再做了！」我聽悶了，悶得我也不想再闖禍了。

我長大了，要上學讀書，我不太感興趣。從前我一整天都對著玩具，但如今我要對著一大堆的書本、練習冊、教學光碟……我開始感到不耐煩，想放棄，但你很用功地教導我每一課，替我預習，雖然你不是精於讀書，但也會陪伴我一起渡過這難熬的「學」年。我很感激你，想要努力讀書，報答你的勞苦。可惜我成績常是普通的，我覺得自己很沒用，但你沒有責怪我，繼續給我勇氣，給我自信。我會更加用功，要做好給你看！

你是我最重要的，因為有了你，我的生命才會如此精彩。謝謝你，媽媽！

因為有了你

2G　江芷樺　(09-10)

媽媽，感謝你。在我生病時，你用那認真的眼神，日日夜夜照顧我；你甚至為了讓我準時服藥，深夜也坐在我的床邊，照顧我吃藥。因為有你，我才能痊癒。

在我考試不合格時，你用那兇惡的眼神教訓了我一頓，令我明白到讀書的重要性。因為有你，我才能立下目標，考取好成績。

在我心情不好時，你會走過來開解我，和我說一些鼓勵的說話。因為有你，我才能得到安慰。

在我被別人欺負時，你會站出來支持我，替我把他們趕走。因為有你，我才得到保護。

在我睡不著覺時，你會在床邊陪伴著我，和我聊天、說故事、唱歌，雖然唱得不太動聽，但你也堅持等我睡著後才睡。因為有你，我才可以安心睡覺。

以上這一切一切，也全因為有你，我才可以在安穩中長大成人。謝謝你，令我懂得反省，懂得愛惜。所有美好的東西發生在我的身上，也只是因為你。媽媽，因為有你，我感到無比驕傲及自豪！

關愛長者

3F　游朗勤　(09-10)

近年來，香港人口老化的問題漸轉嚴重。它意味著愈來愈多人將成為「長者」。其實在他們安享晚年的時候，，因為他們的記憶力和工作能力逐漸減弱，更需要獲得別人的關心和幫助。

那麼我們應怎樣關愛他們呢？參加義工到老人院探訪一個中午？送老人家一條親自編織的圍巾？還是做一套戲劇逗他們開心？我認為這些都是不足夠的。要關愛長者，最重要的是發自內心的一份愛，而不是單靠表面功夫。例如真心的慰問；從他們的日常生活甚至起居飲食方面幫助及瞭解他們。一些全職的義工通常會到老人家的家裡，一方面替他們清潔住所和做一些家務，一方面是與他們交談，從而進一步瞭解他們。溝通在這裡顯得更為重要，因為大部份長者都缺乏與外界溝通的機會，那就好像沒有人關心和理會他們一樣。

我家有也兩位長者，分別是外公和外婆。他們行動不便、記憶力衰退、抵抗力差，容易生病，所以他們的個人衛生意識十分薄弱。因為我和他們居住的地方只相隔十多層樓，所以爸媽照顧他們十分方便。雖然我不喜歡老人家囉唆，但有時他們也能解答我的問題。平時我較喜歡研究天文和中國的二十四節氣，不時也有些疑難，幸好外公往往能為我解答。

其實長者所剩下的日子不多，正因如此，我們更應珍惜身邊的每一位長者。正所謂：「家有一老，如有一寶。」長者擁有豐富的人生經驗。大家不妨去瞭解一下我們周邊的「寶」吧！

因為有了你

3F　陳樂婷　(09-10)

因為有了你，「嚕嚕」。

「嚕嚕」是一隻英國短毛貓，牠的一對耳朵最為特別，和普通的貓不一樣，不同於那些高高的、尖尖的，而是小小的、對接著，非常細小可愛。牠還有一雙圓圓的、大大的、明亮的橙色眼睛，圍著黑色的自然眼線，活像一隻化了妝的小花貓。配上灰藍色的毛髮，瘦小的身軀，粗壯的尾巴……實在惹人憐愛，討人歡喜。不知不覺，牠加入我們家庭已有四年多了，是大家的寶貝。

我還記得我第一次看見牠的時候……那天，是十一月十八日，我的生日。父母親陪著我一起去挑選新的家庭成員，作為我的生日禮物和玩伴。我們走在琳琅滿目的寵物店街上，看著不同種類的動物在細小的玻璃箱中，有的在左顧右盼，有的在呼呼大睡，有的與同伴玩得不亦樂乎。可是我都不感興趣，直至我看到牠。比現在更細小，更膽細的牠，住在一個四四方方的玻璃箱內，和三隻同樣可愛的小貓依偎著睡覺，巴掌大的身軀隨著呼吸，徐徐地起伏，異常可愛。奇妙地，從我的第一眼看見牠，便希望牠成為我們家的一份子。然後，我請求店員把小貓拿出來，被驚醒的牠明顯還沒有睡醒，一副呆呆笨笨，驚惶未定的樣子，任由我把牠抱來抱去。「啊！好可愛，又柔又暖的。」這就是我抱著牠最初的感覺。

「嚕嚕」漸漸地長大，可是習慣都未曾改變。每當我做家課時，牠也會躺在書桌上，靜靜的陪著我。每次我放學，都會看見他在門口等著我。還有好幾次，牠都十分有靈性的充當響鬧，叫我起床。叫我感動萬分。

四年的相處中：因為有你，身為獨生女的我才不會覺得寂寞；因為有你，我學會了責任感，擁有了愛心；因為有你，我更珍惜，期待每一個明天。「嚕嚕」，希望你能陪我更多的晝夜，更多的四年。

熱鬧過後

3F　黃意得 （09-10）

求婚是一個滿載喜悅的片段。在尖沙咀的玻璃聖誕樹下，有一位充滿期待又緊張的女孩，一一接收途人所送上的玫瑰，女孩一直轉身周圍搜索著他的男朋友，直到某一刻，男伴終於出現了。他捧著一束玫瑰花，女孩真的很意外又驚喜，男孩還跪在地上。取出戒指向他求婚，當時全場都為這對準新人而歡呼，大家都非常雀躍。

當熱鬧過後，眾人都開始散去時，有些年輕女孩正在回看剛剛用電子相機捕捉下來的每一精彩時刻。她們穿著一些秋冬流行的服飾，有些帶帽子，有些穿起了一些漂亮的連身裙，令全身的感覺都非常秋冬和聖誕的感覺。她們的笑容都充滿着幸福和羨慕，和朋友一起討論剛才所發生的感動時刻。雖然部份的熱鬧感覺已經淡卻了，但感動仍在。

有些情侶看完剛才的事情之後，很像很羨慕的樣子，女孩像是非常希望有這種事情發生在身上，男孩卻一邊笑一邊很女孩談天，這一幕真的觸動了很多的人，這場地還充滿了一點點幸福。一些家庭卻呆呆地看著，看著剛剛所發生的，一直無奈，而且更掃興地說很無聊。

最後，大家都議論紛紛地離去，但還是看見對方的笑容是幸福的。

陽光總在風雨後

3G　陳芷詠　(08-09)

在一個風和日麗、陽光普照、藍天白雲的日子裏，我和一班好朋友正在一個殘舊的監獄裏上課，在這美好的一刻，誰也想不到，竟然給一個八級大地震摧毀了一切。

當我和同學一起上課的時候，課室裏的天花板搖晃得十分厲害，最後連天花板也倒下了。我們十分害怕，大呼小叫，老師叫我們快逃出校外，我一直努力跑，希望可以成本逃出，誰知中途被一塊大磚打中了頭部，當場死亡，最終變成了一隻可悲的幽靈。

變成了幽靈後，我看見學校很快便倒下了，我看見學校很快便倒下了，我看見有很多同學也在碎瓦片下暈了，有些頭破血流，有些當場死亡。我看見很多同學的家長紛紛趕到，他們都淚流滿臉，十分擔心。有些家長更是緊張，他們不管一切，直接用手挖走瓦片，做到滿手是血，也不肯離開。看到這場面，我也開始淚流了。我終於明白父母對我們的愛。

我很希望幫助他們，卻也無能為力，正正感到無奈的時候，突然看見一隻野狗經過。靈機一閃，我決定附身在這隻野狗上，好讓我可以幫助他們。於是我便附身在這隻可憐的野狗身上了。

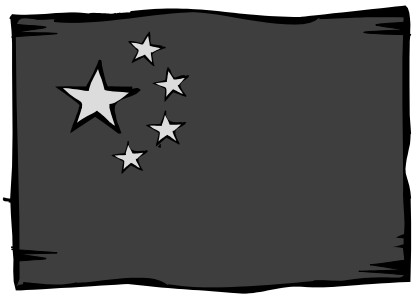
我用著我還是幽靈時的記憶，四處尋找我的同學。我到達學校前，用腳找啊找、推啊推，總算找到我的同學。我不知道他們的生死，

於是吠了兩聲，救護人員的注意力被我吸引了，他們打算過來趕我離開時，卻發現了我的同學，於是便沒空管我，便叫了更多救護人員幫忙。我再四處找尋傷者，希望可以找到更多人，好讓他們可以更早接受治療。突然我看見一位母親連屍首都變型了。我覺得很噁心，正想離開時，我覺得有點奇怪，於是再看得清楚一點，發現母親用她的背來護著只有幾個月大的女兒，因為媽媽幫她用身體護著，女嬰竟然毫髮無損，我吠了幾聲，這次救護人員沒有趕我離開了。相反，他們立即過來看看，發現女嬰；她還安靜地睡著。我有點擔心女嬰，於是便跟著醫生看看。當醫生解開被子時，發現有一部手機，上面有一條訊息：「親愛的寶貝，如果你能活著，一定要記住我愛你。」我看見，我想哭，卻哭不出來，可能是我還不大習慣使用狗的身體吧！

最後我被人認為我是一隻很有靈性的狗，被其中一位救護人員收養了。我從電視裏看見各個地區不停出手幫助四川的同胞，我感到十分高興。四川也慢慢重建起來，各個傷者身體也漸漸康復，再次成為熱鬧的都市，畢竟陽光總在風雨後，沒有天災，我們又怎能知道人世間的溫暖是多麼美好呢！

我的祖國

3P　江佳維　(08-09)



我相信祖國在每個人的心目中，是任何東西都不可取代的。而我對我的祖國--中國這片土地的感情也絕非筆墨可以形容。我總覺得中國就像我的母親，一位辛苦養育我的母親，一位見證著我成長的母親，一位令我引以為傲的母親！

我的祖國有秀麗的山川；有廣袤的土地；更有五十六個民族生活在這片土地上。這是一個真正海納百川的祖國，一個「有容乃大」的民族。我為我的母親感到驕傲！

我的祖國是一個互相關愛,攜手共進的國家。去年五月十二日，一場天災不幸的降臨在四川同胞的身上，不但無情的奪走了他們的家園，更奪走了許多生命。「天災無情，人有情！」當全國聽到這個不幸的消息後，每一個人都爭著捐款，望自己可以為災區的民眾出一分力，有些人更不顧安危，到前線幫助救人，希望可以早日帶災區人民離開這恐怖的夢魘，一同攜手重建家園！而相比起一九七六年唐山大地震，今天，我們不但盡舉國之力來拯救災民，更接受了所有友好國家的救援。當地震發生時，我們的總理也第一時間到了災區現場，讓災民第一時間得救助,第一時間得以重建。這種仁道精神，是我們文化的靈魂,隨著中國的進步再次在我們的社會中彰顯。

我的祖國人民不但有仁慈博愛之心，更有的堅韌不拔的精神。我們有過國力強盛的唐朝，科學進步的宋朝，但是我們沒有侵略他國，而是引領他們一起走向文明。而在近代發生的中日戰爭，我們的祖國，我們的人民在強敵面前，沒有低頭，堅韌不拔。頑強反抗，終於得到自由。梁啟超先生在清華大學演講時，曾經引用易經中的兩句話，而後，也成了清華校訓——自強不息，厚德載物。這兩句話也正是我們民族精神的寫照。

我的祖國更有不斷學習，努力向上的品格。萬代師表--孔子曾說:「三人行，必有我師。」近代社會，我們曾經落後過，但是，我們虛心學習現代的文明。三十年的改革開放，一個嶄新的中國又屹立在世界強國之林！

這就是我的祖國，一個自強不息，勤奮，和諧，以禮待人的民族；一個有著深厚文化底蘊和現代文明的國家；一個令我自豪的中國。

心醉心碎那一刻

3P　黎子婧　(08-09)

漆黑的夜空籠罩著我的世界，彎彎的月兒掛在星空中，便成了夜空的主角。我在那條偏僻的後街漫無目的地走著走著，回想起剛才的片段，實在令我傷心極了。陣陣晚風吹來，那種寒風刺骨的感覺又回來了，再添上我孤獨的心情，催使眼淚從心底流出來。那一刻，我真的心碎了，一切都徹底粉碎了。

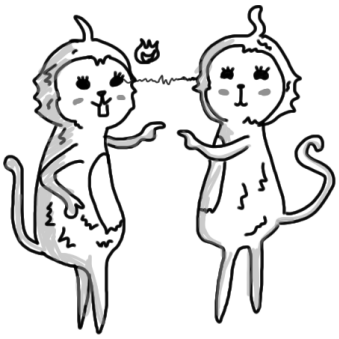
朋友啊，妳不是曾承諾過一輩子與我結伴同流浪麼？但為什麼偏偏要為了一些瑣碎事情而大吵起來，還用說話中傷我呢？妳知道嗎，當絕情的妳將我撇在街上時，是令我多麼難受、傷心，我不想重新投入孤獨的世界裡。

妳還記得當初是妳把我牽引到這溫暖幸福的世界嗎？那時獨自瑟縮在街角的我，就是被妳是濃厚的關懷而感動那一刻妳的溫柔令我心醉了。只因有妳，我才能完全陶醉在這世界。但為何今天的妳，會變得冷酷無情，用行動來傷害我呢？ 我不想這個美夢破碎，更不想被妳趕出這個有與妳一切回憶的空間。

冷風在不知不覺間停了，不再吹著我；夜空中忽然有一顆耀眼的流星擦過，難道這是意味著將會有美好的開始嗎？

我仍舊在後街走著走著，快要走到盡頭時，看見一個女孩的身影，我想：那不會是妳吧，也許是我多心而已。但我錯了，那真的是妳！當妳看見淚流滿臉的我便跑過來，擁著我，說：「對不起，我錯了。是我令妳心碎的。但現在的我不會再這樣，因為妳是我最好的朋友、我的依靠！」那刻的我喜極而泣，眼淚從心底裡流出來，但那是我感動的結晶，也是我與妳回憶的烙印。我真心的對妳說：「朋友，因著妳，我心醉了。 」

我倆再次結伴同行，在人生路上互相勉勵，織成美好的回憶……



我的哥哥

3P　張浩齡　(09-10)

時間飛逝，我跟隨父母移居到英國已經五年了，那件事也經已過了五年了。五年時間，不算長，也不算短，看著面前的一個一個墓碑，「當年的那件事依然清晰地浮現在我的腦海裏……」

那年(即二零零四年)暑假，我與其他小朋友一樣，每天只會留在家裏玩耍。記得那時，父母親就像平時一樣經常出入醫院探望哥哥，有時候還帶我一起去。我很討厭到醫院，因為我年齡太小，不能進去探望哥哥，每次都要待在醫院外面，納悶得很。

但有一天，醫生們竟批准我和父母一起到病房裏探望哥哥，我當時不以為然，只是催促父母快點回家，也不明白為什麼今次父母待在醫院那麼久。小時候的我不懂事，不知道那天已經是我最後一天可以見到哥哥了。

想著想著，我不禁為自己不珍惜與哥哥相處的時間而心酸起來。如果，我當時能聰明一點，知道了父母的苦心，那天，我就能好好的待在哥哥身邊了。不過現實生活中是沒有「如果」的，回望過去，只會令自己的遺憾倍增，那倒不如繼續努力，令自己的未來不再有後悔。

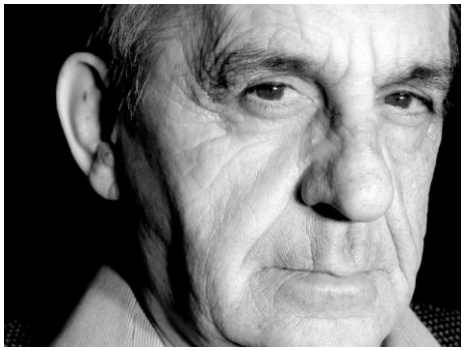
記得哥哥曾教導我說：「無論怎樣，都要永遠朝著遠大宏偉的目標，不斷矯健地前進。」哥哥以身作則，無論別人怎樣取笑他不能走路，他都不理會，專心一致地做好自己的事。

我有這樣的哥哥，確實感到自豪。作為妹妹的我，每當遇到困難時卻很容易就感到氣餒，現在回想起來，我還真失敗呀！

我慢慢走到哥哥的墓碑前，放下手中的鮮花。從今開始，我一定要記住哥哥的教導：每當遇到困難，一定要堅持下去。

我的爺爺

3P　胡芷淇　(09-10)



「鈴！鈴！鈴！考試四十五分鐘，現在可以開始作答！」老師以宏亮的聲線道。充滿信心的我便拿起一枝黑色的圓珠筆開始作答。開始時，我也覺得沒有甚麼異樣，但過了五分鐘後，我圓珠筆的顏色漸漸變得暗淡，好像快要沒有墨了……

在我八歲的時候，我爺爺病入膏肓，整天躺在病床上休養。自小和爺爺關係疏離的我，甚至連他的模樣也記得不太清楚。有一次，爸爸帶我到醫院探望爺爺，起初我也不敢走到他的病床旁，因我認為他是「陌生人」。但爸爸細訴爺爺的往事，這時我才慢慢地走到爺爺的身邊，跟他談話。

其實我已忘記了我和爺爺的對話內容，但我依稀記得他送了一枝筆給我，在筆上還印著「有志者，事竟成」這句鼓勵說話，寓意我要努力學習，不斷進步。

「還剩下最後五分鐘！請檢查你是否已在試卷上寫上自己的姓名！」老師喊道。其實，我對這科目很有把握，是志在必得的。忽然，我的圓珠筆寫出來的顏色愈來愈淡，甚至到了一個地步，就是再沒有墨出來了！無論我怎樣改變我書寫的方法：輕力寫、重力寫、側寫，也不能改變這個斷墨的命運。怎麼辦才好呢？

我當時懷著既緊張又絕望的心情呆坐在椅子上，這令我回想起當我爺爺病死後的第二天，我亦懷著同樣的心情。爺爺送給我的筆成為了他給我的遺物，所以我務必要立刻找回這枝筆！但是我足足翻了三天三夜，但也沒有找到。「沒有可能吧！我怎會糊塗到把這麼重要的東西四處亂放？」我心想。當時我的心情很低落，人生好像沒有希望，前路茫茫。這枝筆彷彿隨著我和爺爺的回憶逐漸消失。

「有志者，事竟成」，我深信當我用盡辦法來使這枝筆回復原狀的時候，這枝筆一定會爭氣，墨水自然可以跑出來。「最後一分鐘！」老師說。雖然我明合這枝筆怎樣也不能寫得出字來，但是由於的害羞的緣故，我便沒有舉手問老師從書包裡取回另一枝筆。結果，我只能目送這張在最後一部份寫著無色文字的試卷，從我的手中離去。

圓珠筆無時無刻都可能會失去它的功能，隨時都會沒有墨；人的生命豈不也是這麼無常的嗎？魔鬼隨時會奪去我們的性命。為甚麼我們不好好珍惜現在所擁有的一切，要等到東西沒有「墨」時才懂得後悔？筆，始終還是一枝筆，它的生命最終還是要結束了，難道我有辦法去改變這個事實嗎？

「家有一老，如有一寶」

3P　陸信生　(09-10)

自古以來，我國就流傳著一句俗語——「家有一老，如有一寶」，我覺得這句話說得十分好。我家中有一位嫲嫲，珍貴得使我像獲得至珍至寶一樣。

家裏有她，實在十分珍貴。當我們跟她聊天，甚或乎跟她訴說心事的時候，她的面上總會掛著一副和藹慈祥的微笑，耐心地聆聽我們說話，點頭不語。在我的心目中，嫲嫲是一位最佳的聆聽專家——容讓我們把喜、怒、哀、樂一一細訴。

而且，當我和她一起時，她還會經常提起她自己的辛酸、血淚和奮鬥史。也許很多人都會有這樣的反應：「唉……這些都已經過去了，還提這些幹嘛？」可是，我就是喜歡聽一些令人感到「可歌可泣」的故事。有一次，嫲嫲跟我說一個故事：「信生啊，您要好好珍惜讀書的機會啊。還記得在我還小的時候，女孩子不能去學堂讀書。但當時我卻沒有放棄自己學寫字的機會。當男孩子放學時，我便去問他們問題；在我空閒的時候，便會在沙堆上練字。當時連學寫字都那麼困難，

何況是讀書呢？因此，我希望您可以無時無刻都記住這個故事，記住當時讀書是十分艱難，以此為鑒，從今天起努力讀書啊！」嫲嫲的話往往都會令我感到滿腔熱血。在我心目中，她是一位最佳的演說家。

在日常生活中，嫲嫲喜歡在家中吟詩作對，然後給其他人來品評一番。她還喜歡說一些古代名人說過的話，然後暢論今昔，例如：在剛過去的中秋節，她望著那輪皎潔的明月，不禁便吟起詩來，說：「『明月幾時有，把酒問青天。』蘇軾真是作得好啊！呵呵，不知道老張現在在哪兒呢？可真的要把『兼懷子由』改成『兼懷老張』了！」在我心目中，她是一位最佳的文學家。

在日常生活中，她還喜歡討論時事，樣子蠻像是一位時事評論員似的。在國慶六十週年的時候，她看見閱兵儀式，就會十分感歎地說：「以前中國經常被其他國家欺負，還記得中國險兒便被周邊列強瓜分了。現在回頭一看，中國這幾十年來的發展真的一日千里。現在中國終於重新在國際舞臺上站起來了！但願我國繼續健康發展，成為世界上的強國！」在我心目中，嫲嫲是一位最佳的評論家。

嫲嫲可說是我家中的「四家博士」。生活在現今凡事追求效率、節奏的社會上，我們不應嫌棄老人家走路慢、反應遲鈍、吃東西慢……我們何不向好的方面想，就如我的嫲嫲一樣，把老人家看成我們家中最珍貴的家傳之寶呢！

我的家庭

4F　譚芷螢　(08-09)

現在的我，剛剛大學畢業，在倫敦的一所企業裏做一個小文員。我的家人全都在香港，讀大二的弟弟在我離開的期間，跟我的父母一起住，負責照顧兩老。我在倫敦有一個小單位，每天都要一大早出門。

每天一起床，走出客廳，看見一張空空的飯桌，我不禁在想：「爸爸在哪裏？他還沒睡醒嗎？」梳洗過後，才想起自己是一個人住。以前讀中學的時候，爸爸總是第一個起床，負責準備早餐，等我跟媽媽出來吃。

由於我家跟公司有一段頗長的距離，我每天都必須乘搭最早一班公車回公司。時間太早了，車站裏沒幾個人在等車。車子到了，上車的時候，對司機簡單的說一句早安，就一個人到最後面坐下來。我安靜地坐在位子上，看著外面的風景，一邊想著媽媽現在還是不是坐那班車上班，她身邊還有沒有人陪她聊天解悶… …

回到這個充滿英文及嚴肅氣氛的公司，在這種環境下生活了兩年，但英文還是馬馬虎虎的我，當然會覺得在這裡工作是一種折磨，但是沒辦法，當初是我不顧爸媽的勸言，頑固地選擇了這份工作。而且，這是我的選擇，像我媽所說，一定要堅持自己所作的決定。可是，現在他們不能像以前那樣叮囑我，提醒我。

經過一天辛勞的工作，終於可以回家了！但家裏的食糧已經所剩無幾，所以我在附近的超市買菜回家。以前還在香港的時候，每逢星期六，都會和媽媽、弟弟一起到樓下的街市買菜。那時候覺得這事不重要，現在卻是另一種感受。

回到家，對著四面牆壁，面對堆著一份又一份的文件，吃著杯麵，一邊趕文件。如果是媽媽知道我這樣過生活，一定會把我罵個半死。

寫到這裡，我只想對爸、媽、弟說一句：「我想念你們！」

有朋自遠方來

5J　方家希　(09-10)

常言道：「人生得一知己，死而無憾。」幸運地，我就是其中一位「死而無憾」的人。我的知己是小時候的玩伴，自幼稚園開始，我們已一起玩「家家酒」；小學時，我們一起於考試作弊；中學時，我們一起閱讀同一本小說。可是，這些出相入對、形影不離的日子，自會考放榜那一天改變。她到了海外升學，臨入閘時，我倆都哭成淚人，承諾著學成歸來後，必定一起工作，每晚促膝長談。

時間飛逝，今天她終於學成歸來。我自去機場途中，已盤算著如何與她慶祝。從遠處看過去，我已在人群中看到她。她由幾年前的乖乖女打扮，變成今天的「潮流達人」。若非我是她十多年的好友，根本不能認出她。圍繞在她身邊的，應該是她在彼方認識的朋友。我立即趨上前，遞上親手製的禮物，對她說：「你終於回來了！」她頓時呆了一呆，一臉茫然，她身旁的朋友亦停止了對話，包圍著她，奇怪地看著我。我的心冷了半截。隔了幾秒鐘，她才慢慢地反應過來，道：「啊！我認出你了！」接著，她對身旁的好友說：「她是我的中學同學。」我甚麼時候成了一個「中學同學」而已，她竟然省略了十多年的友情。但是，難道我要當著她的面更正她嗎？我唯有堆起笑臉，附和她。

包圍著她的朋友隨即識趣地散開，讓我倆敘敘舊。然而，時間成了我們之間的鴻溝，沉默成了我們之間的對話。一路上，她對剛才不能認出我而作出補償，不斷找話題，可是聽著不知名的樂隊名稱、衣服牌子，我只能回答：「我沒有聽過。」她也漸漸放棄跟我談話，氣氛凝著，尷尬得很。氣氛這樣的冷清，令我覺得自己的出現十分無謂，更令大家難受。突然，腦海浮現往日吵吵鬧鬧的情況，想著就覺得難受，我跟她說：「不如一起回母校走走看。」她揮一揮手，搖頭道：「不了！在那裏的回憶又不是特別美好。」我立刻閉嘴。

與她分別後，我才猛然發覺友情是有最佳食用限期的，過了便會變質。雖然我仍想念她，但那個她已是記憶中的她，那個和我一起玩「家家酒」的她，那個和我一起作弊的她，那個和我閱讀同一本書的她。

一個令我留下深刻印象的長輩

5J 方家希 (09-10)

中國人傳統思想重男輕女，因此不少父母畢生精力都放在生男孩上，以期繼後香燈，一盡孝道。然而，凡事也有例外，此人就是我的爺爺。

我是家中最小的孫女，按道理說應被「打入冷宮」，但是爺爺卻最疼愛我。他最愛和我一起練毛筆字。小時候，我站在桌子旁，看看爺爺凝神聚氣地練字，看著看著就覺得好玩，嚷著要寫。而爺爺就會輕輕地抱我到椅子上，站著來練字。那時候怎會懂得甚麼顏真卿體、瘦金體，只懂抓著筆杆在宣紙上亂寫一番。玩得累了，就放下筆杆，讓爺爺看看我的作品。他就會細細品味，讚賞我後生可畏。可惜，自小六後，我再也沒有碰過毛筆，墨水匣子沾滿了塵埃。後來爺爺問及練字，可真令我汗顏。除了練字，爺爺另一嗜好就是閱讀武俠小說，而我自小學就喜歡閱讀金庸的小說，因以他就更加疼愛我，一看到相熟友人就說：「我的孫女八歲就說要看金庸。」那時我窘得真想找個洞鑽下去。

爺爺雖說寵愛著我，但他不會溺愛我。上到中學後，他常常對我說：「滿招損，謙受益。」勸勉我謙虛受教，不要狂妄自大，否則學無所成。他學習的態度值得我們小輩學習，他處世立身之道更值得我們借鏡。說起他處世立身之道，就要由六十年代開始。

六十年代員警貪汙成風，港人已習慣向員警賄賂，當時「葛柏」一案簡直是轟動全港，牽連甚廣。幸而當時也有一些員警不願同流合污，成為害群之馬，我的爺爺就是其中一人。這事至今仍是我的驕傲，令我引以為榮。他的正直不就是現代人最缺乏的素質嗎？

三年時間如風消逝，但爺爺去世時所叮囑的說話我一句也沒有忘記。我並不能為他做甚麼，唯一能做的就是為他多寫兩遍「心經」，但願他有我的字能相伴他安詳地離去吧！

海

2J　黎詠瑤（09-10）

大海的日出，引起多少英雄由衷的讚嘆。刺眼耀目的太陽從天底幕下努力的鑽出來，把一束又一束強而有力的橙黃光線射向大海。大海上的波浪被光束賜予了生命，活躍地在海面上跳動，一波又一波，相爭想要搶去人們的目光與焦點。那黑沉沉的海水，被蛋黃佔據了冰冷的顏色，蛋漿溶化在海面上，使海水本來的寒氣都被驅走，閃亮奪目的光芒在海上染散開去，為大海添了點生命力。我說呀，大海是個初生嬰兒，給予人希望，賜予人夢想，是個將要發亮的起點。

中午的大海，被成熟的太陽照得閃閃生輝。海上滾熱的粼浪，有一下沒一下的把強烈的光線反射到人們的眼球，引起人們的怨罵。可是它仍是那麼的固執，重複著熟透了的動作，動盪地高低起伏著，非常倔強。海面充滿著活力，由日出的光黃色漸變為淒藍色，彷彿在顯示著它擁有改變一切的力量。小魚、蝦兒等大海的兒女也在強盛的海水籠罩下跳舞。大海是如此的燦爛、如此的繽紛，為駐足的人們掛上一個自豪滿足的笑容。我說呀，大海是個事業有成的青年人，多麼的驕傲，多麼的輝煌，在高峯上展示著實力，勇敢堅持的活著。

大海的日落，招惹多少詩人溫柔的懷想。夕陽柔柔的把嬌橙色的光線環抱著大海，捨不得離開。大海也用它最後的一點力氣，看著自己今天的成果。活躍的波浪也體力透支，靜靜的坐在海面上等待黑夜的來臨。大海仁慈的看著這個世界，回想起中年的一番作為，欣慰地微笑。我說呀，大海是個退休的中年人，非常感恩，非常滿意地回望畢生的事業戰績。他享受著自己所擁有的一切，讓一切也停下步伐，與它平靜地休息。

大海的夜晚，是個陰沉靜謐的地方。晚上的海岸冷靜下來，冰冷的山岩像死一般嚴峻。曾經存在的波浪都死了，沒氣的躺在平如鏡子的海面上；曾經擁有過繽紛色彩的海面凝固了，被冷傲的黑夜蓋上了一層黑布。大海曾經擁有過的溫暖也消失了，取而代之的是寒氣逼人的冷。此時的大海，是多麼的寂寞，哭訴著天地，希望能奪回以前的光輝。我說呀，大海是垂死的老人，十分無奈，十分害怕地靜候著死亡的來臨。儘管它是多麼的不願意、不斷地掙扎，但始終也敵不過死神的來臨。

人的一生，就像無限的大海，有過抱怨、有過悲傷、有過讚美、有過榮光。縱使曾經是那麼成功、擁有一切，那麼富裕、管治著一切，最終還是要靜靜的閉上眼睛，把一切都結束，交給黑暗。這就是人的一生。

海

2J　張詠琳　(09-10)

海是永遠不會靜止的，充滿了生機。有魚兒作伴、有風帶動著海流動、有太陽和月亮為海添上美感……但在熱鬧背後，卻隱藏著一絲絲寂寞、憂愁……

晨曦裡的海，由清涼的微風引領著掀起了微微的浪，十分輕鬆。忽然感覺到一陣溫暖，太陽升起來了。整個海面也覆蓋著一層金黃色的薄紗。太陽的金光向著四面照射。魚兒被金光叫醒了，興奮地在水面跳躍，期待著這天的來臨。

艷陽下的海，被猛烈的太陽照射著。海感到渾身灼熱，水份被太陽逐一帶走。大海忍受不了火般灼熱，海把浪翻得高高的，一方面希望可以逃過太陽的照射，另一方面希望可以熄滅那討厭的紅紅大火球。海沸騰了！海浪的聲音大得可以把整個地球淹蓋。

夕陽中，海感到累了。海在喘氣，浪微微的翻來覆去。太陽也感到累了，慢慢的躲到山裡。太陽在跟海道別時，也不忘在海上灑上一堆金色的沙子，海也無力反抗。灑在海上的金色沙子，形成了一道通往天上的黃金階梯。

月夜中的海，沒有了太陽的照射，只感到寒冷。沒有了頑皮太陽的惡作劇，只感到寂寞。太陽睡覺了，魚兒也睡覺了。月夜裡，只剩下海。孤獨地反映著星星和月亮。一絲絲寒冷的微風，輕輕的推動着寂寞的海。

廣闊無邊的海，給人的感覺是熱鬧、生機勃勃、永不休止……但在這一切的背後也透著一絲悽涼……

竹

2J　黃樂宜　(09-10)

竹是一種常被人遺忘的植物，它沒有鮮艷的顏色，也沒有花瓣為它點綴，但是它沒有因此而埋怨，反而給人類豐富的資源。

竹子是世界上生長速度最快的植物。有些竹的空心莖每天可長四十厘米，完全成長後的高度可達三十五至四十米！普通的植物，例如玫瑰花為了將自己打扮得更美麗，只會叫頂端的莖生長，其他的部份就幫它打扮。可是竹子就不會花時間打扮「外表」，而是注重「內涵」。竹的每節每天都不停生長，努力地為人類工作。

竹子的生長速度雖然快，但是它做任何事從不會馬虎了事。它對水肥的要求很嚴厲，要求有充足的水濕，但亦要排水良好，要求土壤深厚肥沃，富有機質和礦物元素的偏酸性土壤。與楊柳相比起，竹對人和事的要求高得多。

竹子每天都很努力地生長；每天都用高質素的肥料；每天都做到最好，目的都是為了報答人類。竹子可製成傢俱和紙；竹青是去火清涼的中藥材；竹筍是常見的美食；竹米是珍貴的美食；竹的本身也能用來建造棚架。竹的每一部份都很有用，自古都常被詩人稱讚。蘇軾曾說過：「寧可食無肉，不可居無竹。」可見，竹是一種優良的植物。

其實竹是不可缺少的植物，它教導我們每天要刻苦勤奮和注重內涵，不要像現在的青少年只重視外表；對自己的要求要高；更不要「忘恩負義」。

海

2F　葉梓程　(09-10)

在這昏暗的海洋上，漸漸露出一線曙光，光從海的盡頭直射到海上，喚醒了熟睡的海洋。海洋從昏暗變得閃閃生輝，波平如鏡的海面亦微微波動起來，海洋開始工作，太陽開始工作，但月亮卻回家了。太陽在寂靜的海上佈滿了黃金，使海洋更耀目，令大地充滿朝氣。「嗚……嗚……」聲音從貨運碼頭傳出來，人們開始工作了。

晨曦過後，在艷陽中的海洋，變得忙碌，一艘艘貨船在海洋中互相穿梭，有些漁夫在撒網捕魚，海上一片繁忙，而金燦燦的海洋亦與風一起玩樂，情緒十分高漲，波濤洶湧，一浪接一浪地拍打着岩石和船身，十分頑皮。在這碧綠的海洋上，飛過一群自由自在的飛鳥，為這幅優美的圖畫添上更多色彩。

不過，在這忙碌的海上，漁夫把船駛去，貨運船亦停駛了，這熱鬧的海突然變得寧靜了，浪玩得疲倦了，漸漸平靜下來，太陽也慢慢落下。在太陽漸漸消失之際，仍為海上照耀著，令海上呈現著紅彤彤的顏色。

黃昏過後，便是月夜來臨，月亮上班了，便到太陽休息。彎彎的月亮為海上帶來一點希望。月夜的海十分平靜，沒有聲音，沒有波動，令人感到寂寞，在這漆黑的海洋上，只有星星和月亮陪伴著。

不管是晨曦的海洋、艷陽下的海洋、黃昏的海洋，或是月夜中的海洋，都是那麼漂亮啊！

海

2F　張旨維　(09-10)

海——是大自然給我們人類的禮物，它不但可以提供我們乾淨的食水，更可以供我們欣賞。海的景色分為四種：晨曦、艷陽、黃昏和月夜。

在晨曦中，太陽剛剛由山後爬上來，令本來死沉沉的海，亮起一點光明，慢慢的、悠閒的。每當有微風吹過時，海面上會有一個個由波浪形成的小山丘。

在艷陽時，陽光把整個海都染成一片橙紅色，幽幽的海一邊和風嬉戲，一邊拍打着橫闊的沙灘。開始潮漲了，浪一次又一次努力地爬，希望可以到更高的地方，風也一次又一次地協助着浪完成它的目標。

在黃昏時，天空染成一片暗紅色，也把海染成暗紅色。風和浪經過一天的努力，他們開始疲乏了，風愈吹愈沒力，浪也愈衝愈弱，開始潮退了。

在月夜時，風沒有再努力地吹，只剩下幽幽的微風。浪也沒有再使勁地衝，只剩下微弱的微浪。潮退完了，風吹完了，浪也衝完了。大海回復了它死沉沉的樣貌，等待着太陽再次的升起。

人生也像海一樣，要向自己的目標努力前進，當人乏了，累了，就要等待下一次機會。

仙人掌

2F　梁展峰　(09-10)

我家窗台養著一棵仙人掌，它陪了我十數個寒暑。還記得小時候，我曾被它刺破流血。

很多人認為它是沒有葉子的，但事實上那細如銀針的尖刺卻是由葉子蛻化成的，刺除了能保護自己外，還可以把猛烈的陽光擋去，使水份不易流失，這個亦是它能在酷熱的沙漠中生存的原因。那個粗壯而嫩綠的莖部，充滿水份，是在沙漠中旅人的甘泉。

仙人掌不像玫瑰、草莓般，它不需要放進溫室壅培。住在沙漠，受到炎熱天氣所折磨，還堅強的接受逆境，繼續在缺水、缺乏資源下默默地生存。它不選擇舒適的地方，而是以那麼嚴峻的環境為家，這更突顯出仙人掌比其他植物更堅強、更優秀啊！

我愛仙人掌，愛它那種堅強，愛它那默默的忍耐。這不就是香港人的特徵嗎？香港人經歷沙士、禽流感等世紀疫症，仍堅強地面對著未來。我們以不屈不撓的精神默默耕耘著，向國際展露我們的實力，展開翅膀繼續飛舞。

仙人掌，我願你繼續堅強地成長啊！

香港人，加油，不要放棄啊！

一盆特別的仙人掌

2F　張子佳　(09-10)

不要小看一盆其貌不揚，毫不起眼的仙人掌，它對我有着特別的意義。

一盆仙人掌，它沒有吸引人的外表，只是平凡的樣子。它不像玫瑰那麼鮮艷奪目，美麗動人；它不像牡丹那麼富有氣質，受人喜愛；它也不像茉莉花那麼香氣四溢，令人心曠神怡。但是仙人掌有著實而不華的外形，即使在缺乏水份的土壤裡，也能排除萬難。在惡劣的情況下，為了減少流失水份，它就用那些針狀葉保護自己，即使在猛烈的陽光下，缺乏水份和養份，也能茁壯成長。

最有意義的就是在我十歲生日那天，祖母送給我一盆仙人掌，她還教曉我要像仙人掌一樣，不怕困難，努力解決問題。祖母雖然患上了一種非常可怕的癌症，但仍憑着堅強的意志與癌症搏鬥了十年，她的鬥志就好像仙人掌一樣，在困難的環境下也絕不妥協，努力求存，真是我的好榜樣啊！

每當我坐在窗前，凝視著眼前那盆仙人掌，一天天地長大時，我就領悟到，要學像仙人掌那樣堅毅不屈。誰在人生中沒有遇到困難？但我相信只要肯奮鬥，凡事都有解決的方法。

暑氣騰騰的鬧市景象

4L　善婷　(08-09)

在這氣溫高達三十多度的夏日，我相約好友在尖沙咀吃午飯。我獨自走到巴士站，乘車前往飯店。往巴士站的路上擠滿了行人，他們都穿著淺色的衣服、背心、短褲，希望藉此在炎炎夏日中找到一點涼快。

我走到巴士站，站在長龍的末端，排在我前面的是一個母親，她一手牽著她年幼的女兒，一手拿著小水壺和毛巾，用來為女兒消消暑。小女孩的臉頰被炎炎暑氣染得紅紅的，大顆大顆的汗珠從沾滿汗水的頭髮流下來。母親看見了，便用毛巾温柔地為女兒拭去已流到臉頰的汗珠。悶熱的天氣令小女孩感到煩厭，拉着媽媽的手嚷道:「天氣很熱啊！還要等到甚麼時候？」母親一面搧着毛巾，希望令女兒感到涼快，一面對女兒說:「心靜自然涼，知道嗎？」

很快巴士到了，一眾在烈日下等候多時的乘客們，原本疲累的臉孔都換成笑臉。我走進有空調的車廂中，立即感到暑氣全消。從清涼的車廂內，看見街道上的人正用着不同的方法在滿是暑氣的夏日中找點涼意。有些搧着紙扇，希望可享受到一點涼風；有些站在大樹或篷蓬之下，躲避猛烈的陽光；有些則用剛買來的冰凍飲品貼在臉頰，為熱得紅彤彤的臉兒降温。不知不覺，巴士已把我送到目的地。我依依不捨地離開涼快的車廂，回到炎熱的街道。

下車後，我立即被不遠處的叫賣聲吸引着。原來不遠處有位小販，正在藍色的太陽傘下賣一些冰凍的食物和飲品給遊客們。太陽傘雖為小販擋了不少陽光，但忙碌的他依然滿面汗珠，短袖襯衫也濕了一大片。遊客則滿心歡喜地接過冰凍的飲品，大口大口地喝着。烈日令冰淇淋和冰條溶得很快，剛買了的遊客們小心翼翼地拆開包裝，一手拿着食物，一手拿着紙巾，不論大人或小孩都弄得滿手骯髒，狀甚狼狽。

此時，我的手提電話響起來，原來我的好友已到飯店了——一場有趣的鬧市眾生相到此為止了。

我最愛的中國文化遺產

4J　江佳維　(09-10)

中國山水秀麗，而五千年的歷史，讓我國擁有了深厚的文化底蘊，也讓我國擁有了許多令人嘆為觀止的文化遺產。

雖說身為一名中國人，但是自己所曉得的中國文化知識亦只不過是皮毛而已。加上自己對中國的傳統文化不太感興趣，所以每當別人要我介紹一處最愛的文化古跡時，我總是草草帶過，不願多提。但是，參加完中一的學習無疆界課程後，我突然發現其實中國文化遺產並不像自己想像般，千篇一律，宏偉中其實也帶著細膩，大器中也帶著精緻。

你或許會問，到底是哪一個中國文化遺產可以讓我的態度有如此大的轉變?其實就是恭王府，一座位於北京城內的王府。

恭王府前身是和珅宅第，和珅為乾隆皇帝的大學生，後被嘉慶皇帝賜死。建造年代約為乾隆四十五年(約為十八世紀末)。後嘉慶皇又將其賜與恭王。是現時北京裏保存最完整的清代王府，它見証了朝代由盛轉衰的歷史。所以有人說恭王府是「半部清代史」。

恭王府，也被人說是位於北京的水地中軸線(故宮位於罕地的中軸線)，所以許多人皆認為此地是一块風水福地。

府邸的中路軸線上有丙進宮門，一宮門，即正門，有一對石獅子在外面。向內走，便可看到銀安殿。銀安殿是恭王府最主要的建築，只有在重要節日或逢重大事件時才會打開。不過，在民國初期，由於一次失火，導致大殿連同東西配殿一併燒毀，現在我們所見的銀安殿是由後來復建的。

出了銀安殿，再向前走就是嘉樂堂。這上面掛有「嘉樂堂」匾額一方，據說是乾隆皇帝賜與和珅的。它的主要作用是來祭祀。

在嘉樂堂左邊和右邊分別為葆光室和多福軒。多福軒，顧名思義，是許多「福氣」的地方。但在這吸引我的並不是那多得目不暇給的福字匾，而是那一架古藤夢。在中國北方的建築中出現了古藤夢，是十分不可思議的。中國的古代建築中大多種植榕樹，但恭王府卻用了古藤夢，讓人耳目一新。

在多福軒的前方是後罩樓，後罩樓是「藏寶」的地方，是國內最大的藏寶室，共有九十九個窗戶，來區別不同類別的寶藏。例如，有金元寶的圖案，代表那間房間是藏金錢的地方。

再向前走，便是恭王府「三絕」之一的西洋門。這讓我嘆為觀止。中國的傳統文化，居然可以和西洋建築融為一體，甚至十分和諧，實在讓人覺得不可思議。西洋門是花園正門，是仿造圓明園中大法海園門。對我來說這不但有中國文化氣息，更讓我看見中國建築的另一面。

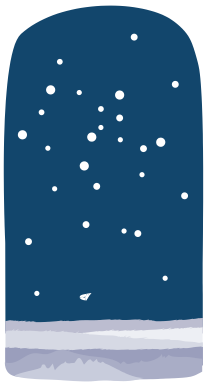
除此之外，恭王府另外一絕便是「大戲樓」。這是中國傳統典型的大戲樓，建築面積六百八十五平方米，用三個大水缸來做護音。

最後一絕便是位於花園中路滴翠岩的福，雲洞內，是清聖祖康熙皇帝的御筆。人們說這個福是包含「多田、多子、多才、多壽」，是康熙皇帝極少數的題字之一。當然除了以上的「三絕」之外，還有一個景觀讓我覺得十分有創意的便是「蝠池」。在中北方古代的建築中，很少有南方的精緻元素在裏面。然而，在恭王府中，我們可見「蝠池」是按西湖的藍圖來建造的。讓人覺得恭王府不但不失北方的宏偉氣魄，也有南方建築的精緻細膩。

當然，恭王府可供觀賞的絕對不只如此，還有許多許多精緻巧妙之處。真希望有機會可以再一次遊恭王府，再一次一飽眼福。

冬天有感

5J　林樂文　(09-10)



一年四季，春季和暖，萬物初長，天下充滿一片朝氣。夏季熱烘烘，林木茂盛，予人活力充沛，生氣勃勃之感。秋，涼涼的，風吹到面上是舒服的，一地落葉像是為地上鋪上一面華美的地毯。唯獨是冬天，冷颼颼的，寒風如猛獸般撲上面孔，饒不了人。百花凋零，樹上所剩的只有殘枝。銀白色的雪地與陽光互相輝映著，不加半點溫暖，倒是增了幾分刺眼，添了幾分寒意。人都喜歡春、夏、秋，我卻獨愛冬。

人都說冬天太寒冷，令人受不了。

在故鄉，冬天較現居地溫和，但仍少不了低溫的侵襲。我小時候很怕冬天，上學是戴上手襪，回家後總是會起了零星的凍瘡。小面頰上兩顆面珠兒凍得發紅，身體更像死屍般凍，像是只剩下心臟在無力地跳動。所以，我更喜歡家。回到家，有暖暖的火爐，有熱朱古力，置身像是暖爐的房間。不過，這些都不是我的最愛，我心記掛的，還是親情予我的溫暖。媽媽拖著我的小手回家，爸爸抱著來歡迎我，爺爺泡著熱朱古力，嫲嫲展示著為我而織的圍巾。我告訴自己，我比任何人都幸福！

年紀漸長，家人把我送到英國留學。英國位置北半球上方，加上是異國之冬，令我倍感寒冷。初到當地，冬天的來臨正是惡夢之始，酷刑初施。電視的新聞報道著下週轉冷，氣溫降至三度以下。我把僅有的禦寒衣物翻出，準備接受挑戰。然而，我用衣物把自己包得像一個球體一樣也是徒然的。寒風一吹，冷風不知如何從衣物的縫隙中鑽入我的骨子裡，正是寒風刺骨，無奈門總是要出的。記得我在英國渡過第一年聖誕，爸打了個電話寒喧幾句，我禁不了哭起來：「爸，這兒好冷啊！」爸笑了笑，「熬不住啊？」我說不，心裡暗自嘲笑自己的懦弱。冬天，正是一個考驗，如果連一個季節也打不贏，枉為人啊！

倏忽之間，我已上了大學，對冬天仍心存幾分懼怕。不過不知是否因為有戀愛的幫助，我尋回了在故鄉的溫暖。手執著她的手，幸福的感覺溢滿心頭，把寒意盡洗。每當有爭執時，手心的冰冷立即湧出，令我有理智處理問題，所以我還是感激冬天的。

冬天，還令我想起故鄉的梅花。梅花鐵骨冰姿，傲雪而開，寒風越清勁，氣溫越低，越是遭打壓，花便開得愈清秀，愈精神。身為中國人，自當梅花一樣，視冬天為考驗，愈是艱苦，愈是要生存下去。

冬，為眾人所討厭。但如事事也順意，如何能顯現出現在有多幸福？家人，朋友為你做的小事，都充滿了愛。但沒有困難時候，你又會發現這些小事嗎？冬天是鼓勵，是考驗！

帶著樂觀出發

1F　何頌恩　(09-10)

我常常會遇到困難，但每次我都會樂觀面對，因為樂觀不單只是一個想法，樂觀更是一份勇氣，它可以使我勇敢地面對困難。

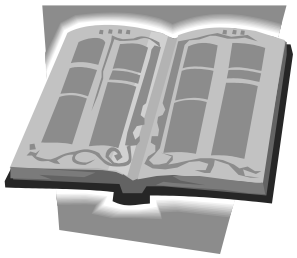
樂觀與否往往會影響我們的行動。例如，有一個人想考入一間不錯的中學，可是他卻不斷想著很多消極的事：「如果考不到我便會被罵，唉，像那麼好的中學我又怎能考入呢？就算考入了，我能跟得上進度嗎？」最後，他連去嘗試的膽量也沒有；本身能考入的，也變不能了。可是他如果能樂觀一點，不過份擔心，他說不定能夠考入那間學校讀書。所以，我們樂觀與否的確可以影響到我們的明天。

而且在遇到困難的時候，我們更需樂觀面對，近來有些青年人因為遇到一些困難，不懂樂觀面對，並繼而產生很多負面的想法，更最終選擇了結束生命，失去了明天，那實在可悲。

當我們樂觀面對明天的時候，我們不但能擁有美好的明天，同時亦能影響別人，使別人產生樂觀的想法，有美好的明天。這樣不斷的互相影響，社會的明天一定更加美好。

帶著聖經出發

1F　柯蕙心　(09-10)



我是一個十二歲的小女孩，也是一個平凡的中學生。每個星期天的早上，我都會到一個地方，那就是我的教會——五旬節聖潔會永光堂(即永光書院)。

為什麼我會到教會呢？那是因為受朋友的影響？是因為受學校老師的影響？是因為受家人的影響？還是因為其他原因？其實我的爸爸媽媽都是基督徒，所以我從一、二歲已到教會上主日學、兒童團契、崇拜等。我在小學時已經常常看聖經、聽聖經故事，並渴望能明白上帝的話語。

我們會在教會做什麼呢？一般人只知道基督徒在教會崇拜和看聖經。其實，基督徒還會做很多事，兒童會聽聖經故事、學習從聖經中聽上帝的教導、學習為別人禱告……

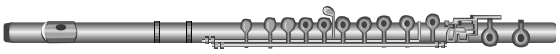
我因聖經而獲得了很多「美好的明天」……因為我從聖經中領受了上帝的教導、話語和真理，所以我會帶着聖經出發，帶着聖經到不同的地方，把上帝的愛和福音傳開去，讓更多的人能成為神的兒女，分享到那份從上帝而來的喜樂。那是多麼美好的啊！

帶著長笛出發

1F　周澤昊　(09-10)

我是一個非常熱愛音樂的人，長笛是我的「知心朋友」，它每天都會陪伴我。我認識長笛已有三年多，我現在的水平已有五級了。

我喜歡帶著它出發，向理想追求。



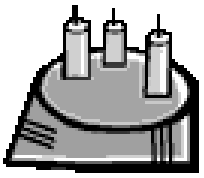
每天晚上，我把它拼好，把笛譜拿出來，開開心心地看著曲譜練習起來。可是有時也會遇到很多阻礙和困難，幸好現在都一一克服了。我的長笛老師說我有這方面的天份，他認為我只要繼續努力，一定會成功的。自此之後，我對長笛變得更加認真了。

為了美好的明天，我一定會帶著長笛出發，不怕任何困難，向理想追求，將來考上一所著名的音樂學院，成為一名優秀的音樂大師，為大家帶來精彩的表演。

一件童年趣事

1G　黃諾　(09-10)

當我正在收拾書架的時候，我找到小時候的相片冊，於是我便隨手翻翻，當中我看見一張我在生日會中所拍下的照片。



還記得某年,那個寒冷的冬天,我期待的時候終於來臨了。因為我的生日到了，媽媽為我開了一個生日會。那天，教會的叔叔姨姨和朋友都紛紛來到我家為我慶祝，媽媽還準備了豐富的食物和我喜愛的雪糕蛋糕。終於到了我熱切期待的一刻——切蛋糕,但在這個時候,教會的叔叔竟然把我的臉往蛋糕上推，一些冷冷的雪糕在我的臉上融化著。我笑了起來，用舌頭舔舔嘴邊的雪糕。大家都很驚訝，一個小朋友被人玩弄竟然還可以大笑出來——這就是我的性格：不愛哭。別人玩弄我，我很快就可以饒恕他，不想把事情變得不開心，希望自己和別人都得到快樂。

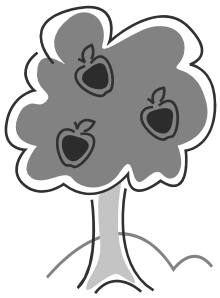
到現在每當我想起這事時，我還是會會心微笑的，這是一個既有趣、又難忘的生日會。

一件童年趣事

1G　許書華　(09-10)

小時候的我是個既活潑又頑皮的小孩。有一次，我們一家人參觀果園，到達後我當然十分興奮，當我知道我們可以自行摘下樹上的水果時，口水已經從口中流出來了，因為我是一個「貪吃鬼」啊！

正當我和哥哥到處奔跑遊玩時，一不小心，竟然撞向那棵高大的蘋果樹！哥哥知道後立刻衝過來看看我有沒有受傷。正常人撞傷時是會哭的，但我竟然笑了起來，起初哥哥以為我真的把腦袋撞壞了，但後來我告訴哥哥我笑的原因是當我撞向蘋果樹時，竟然震掉了好幾個蘋果，而我就是想去摘蘋果，但現在不用摘便有美味鮮甜的蘋果，所以不是應該值得高興，值得笑嗎？爸爸、媽媽知道後都笑我是個傻孩子，提醒我下次要更加小心了。



現在回想起當天的趣事，我才明白到小孩子是充滿童真的，這件趣事總會令我會心微笑。

帶著樂觀出發

1G 許書華 (09-10)

如果你有半杯水，你會認為它還有半杯水抑或只剩下半杯水呢？樂觀的人必定認為他們還有半杯水，因為他們會用另一個角度看事物。

我認為樂觀是十分重要的，因為樂觀是成功的其中一個重要因素。樂觀的人就算遇到挫敗和困難，亦會用正面樂觀的態度面對，並且在失敗中汲取經驗，學習成功。而且樂觀的人不會拿自己跟別人比較，而是相信和肯定自己。相反，悲觀的人就會經常說「我一定做不到的」、「我真失敗」或是「為什麼我這麼的不幸？」他們往往只會否定自己和埋怨他人，不去尋求解決方法，結果只會令自己更加灰心，更加悲觀。

那麼，怎樣才能令自己變得樂觀呢？我們只要知足常樂，不要把失去的東西看得太重。同時，我們亦要對自己抱有信心，那麼人自然便會變得愈來愈樂觀了，我真的希望我們可以一起建立更美好的人生啊！

當你感到快樂的時候，便會令到身邊的人愉快，如果世界有更多樂觀的人，明日世界就會變得更美好。

只要有恆心，鐵杵磨成針

2J　陳樂謙　(09-10)

俗語有云：「只要有恆心，鐵杵磨成針。」要知道恆心對我們是很重要的，要不然，當我們遇到一些艱難的事情時便會輕易放棄。

小學四年級時，我班來了一位從內地來的插班生。他廣東話發音不準確，經常被同學取笑、作弄，加上他家貧，沒錢去報讀一些粵語正音課程。我和一些友善的同學，見他那麼可憐，便決定糾正他一些常用字的讀音。後來才知道，原來他的舌頭曾被灼傷，所以舌頭不能靈活活動，就連普通話發音也不太準確。由於我們能給予的幫助有限，於是我便找了中文老師，希望老師可以協助他。一年後，再和那位同學交談時，發現他的廣東話大有改善，原來他每天也花兩小時練習廣東話，才有這麼大的進步。

從這件事可以看到，恆心對我們是很重要的，就連登天般的難事也因為有恆心而得以實現。要知道「世上無難事，只怕有心人」，而有心人就必須有恆心才能戰勝一切的挑戰和難事。如果有一件我們有能力做到的事，但最終因沒有恆心而沒有實現，那是多麼可惜呢！所以要謹記「只要有恆心，鐵杵磨成針」啊！

變化

2G　雷梓欣　(09-10)

在我出生那年，我的父母在逛花市時買了一盆鐵樹放在家裡。過了一段時間後，爸爸打算扔掉鐵樹，但媽媽認為這樣很浪費，於是拿了幾根鐵樹插在泥土裡種植。十三年前，這些鐵樹只有幾厘米長。十三年後，這些鐵樹已有兩米多高。媽媽不得不把這些鐵樹的枝條砍掉插進泥土裡再種植。

這十三年裡，改變的不只有那幾棵鐵樹，我也在改變。從一個孩子氣的幼稚園學生變成一個開朗的小學生，然後又變成一個處事成熟的中學生。弟弟長高了很多，沒有以前的天真。父母也比以前蒼老了很多，黑髮漸漸的變成白髮……其實這些事都在這十三年裡慢慢發生，可是我們誰也沒有留意。只要你慢慢回顧以前的事，便會發現現在已經是「物是人非事事休」，很難再作出彌補。這些變化慢得沒有人為意，當你發現它時，只好感慨自己當初的不珍惜。

也有些變化快得令人以前只是一場空話。這些變化令人措手不及，驚慌失措，甚至留下自責。小明和他父親因為一件事而吵架。其實這件事全因小明的疏忽而做成，但他不敢認錯，只好把責任推到父親身上。小明的父親十分生氣小明把責任推卸給他人，便和他大吵一場。小明知道自己理當說對不起，但因為面子問題，他始終沒有這樣做。結果連續幾天，他們都沒有與對方說話。直到小明得知自己的父親因車禍去世，他才跑去醫院淚流滿面地跟父親說對不起。可惜的是小明的父親再也聽不到了，只留下小明的懊惱自責。

變化在我們身邊無處不在，小至一花一草，大至世界各國。在現今社會裡，不變化是不可能的事。變化可以令我們得到很多，也可以失去很多。所以我們都應該在變化之前好好珍惜身邊的事物，以免將來後悔！

成長的味道

2G　諸風華　(09-10)

成長代表著成熟、冷靜、獨立、有責任感……成長是每人在人生的變化，成長不只是小孩，大人也可。成長後的人會慢慢地領悟到人生的不同道理，令內心的世界也闊了。

還記得小時候的我是多麼的無知和幼稚。那時我還未懂什麼叫作人生道理，每天只要有吃、睡和玩就已滿足，從不知道世界有多大，人的生命有多短暫，金錢和健康的價值……

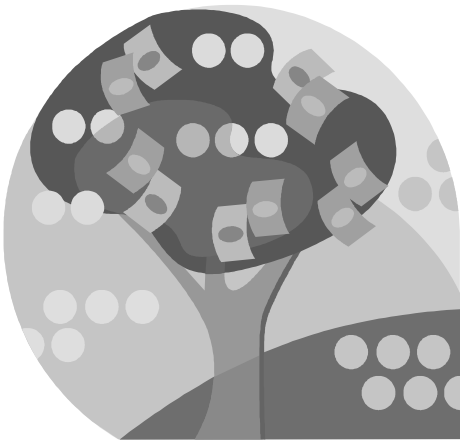
但是從小二那年起，我終於開始成長了！那年春天，我的媽媽懷孕了！那時的我十分雀躍，每一天也照顧著媽媽，期待弟弟的來臨。在接近預產期的時候，我開始和同學們討論弟弟的來臨。但從朋友口中得知當家中多添一個弟妹後，父母便不會再疼愛比較大的孩子。聽罷，我開始擔心，怕父母不再愛我。但當弟弟出生後，我開始覺得生命很微妙。當我抱著弟弟時，我感覺到他小小的生命力。一條小生命正被我抱著，他的身體散發著一股熱力，手腳也很細小，於是我便比平日更小心地把他放進嬰兒床上。此刻我恍然大悟，我明白到父母為何要那麼細心的照顧他，我也明白做人要有主見，每件事也要親自感受才會明白當中的道理和會有什麼感覺。當然，有得必有失，因剛出生的小嬰兒在半夜時會大哭，那時我還沒有自己的房間，所以我只好默默忍受他的哭聲。不過，這「哭功」也令我學會了忍耐呢！

天不一定會晴朗，天氣再好，暴雨始終也會來臨……在弟弟出生後一年，最疼愛我、最博學多才和常教我英文的叔公因患上了大腸癌，而且因無兒無妻，於是便上吊自殺了。在案發前幾天，我們的奶奶（他的姐姐）也找不到他。最初我們還以為他上了珠海做講座，後來發現事情有點不對勁，怕他發生了意外，於是便到他家找他，發現他自殺了！那時我和媽媽得知這個消息後，禁不住落下淚來。但奶奶很堅強，一滴眼淚也沒有流。我知道她最疼她的弟弟，只是眼淚在心裡流而已。

在那一陣子，我的情緒很不穩定，特別是叔公離去後的那一晚，即使下午哭過了，晚上橫隔膜還在抽搐著，整夜失眠，眼睛也腫了起來。後來父母開始擔心我，但不論他們怎勸怎罵，我也聽不進去，直至後來奶奶來開解我。其實我也滿慚愧的，畢竟最傷心的人該是奶奶吧！但也因此我開始留心聽她的話，奶奶說我太自私和悲觀了！叔公的離去帶給他的是一種解脫，雖然他帶給我們傷心和眼淚，但時間可以沖淡一切，我們只需大哭幾場，而他卻能換來永恆的解脫，何樂而不為呢？凡事要向好的方面想，生活才會快樂。聽完她的話，我便明白奶奶為何不哭了！至今，我也學會了如何控制情緒和接受生離死別。

在叔公那件事發生後，我也懂了什麼是感恩和珍惜。幸福不是必然的，沒有人會知道明天會怎樣；生命是短暫的，所以要懂得珍惜和感恩。由於我的爸爸長期在澳門工作，且住在那兒，所以現在我們一家也十分珍惜和爸爸一起的時間。以往的我？絕不！因為我認識他每兩週回來一次，這次他走了，兩週後他不是又回來了嗎？所以我認為也沒有什麼特別的。但現在我明白了珍惜的重要，因此現在的我會牽掛他了。只有牽掛，才會明白他在自己心中的重要性；只有牽掛，才會懂得珍惜。

人生是一棵樹，以往無論是甜或苦的回憶也是生命中最好的養分，這些養分一直令我們成長。就如大樹成長時吸收了養分，便會結出果子，那些果子便是一些人生故事中的結局，果子是甜、是苦，便要靠大樹吸收了多少養分。當然，我也希望我「成長的果子」永遠也是甜的。



走過今天

3J　劉頌賢　(09-10)

今天，在颱風無情的吹襲下，香港的街道上顯得一片死寂，連平日人山人海，擠得水泄不通的旺角街頭，今天也只有一地的垃圾。垃圾被強風吹得在空中打轉，活像在個熱鬧的嘉年華聞歌起舞。而我，卻要在這狂風暴雨中出門，出門去上班。

你猜猜我的工作是什麼？有什麼工作在十號風球懸掛下仍要上班呢？這工作便是新聞報告員了。最不幸的是，我剛巧被上司選中，要在風雨交加、渺無人煙的街道上作風暴的直擊。我真的不懂我上司的想法，竟在十號風球懸掛下還命令下屬如常上班，還要在風雨中作直播，為求增加收視。雖然十分無奈，但也得硬著頭皮衝進風雨中，因爲這是我的工作，還得由我來做。

電視臺每十分鐘便有一次風暴直擊，所以我和攝影師每個十分鐘便要離開在我們身後為我們遮風擋雨的「依靠」。當我和攝影師完成了無數次直播，重投我們依靠的懷抱。不知何時，來了一個老人，等候著我們。走進一看，竟是我的父親！父親手執一壺熱湯，身穿一件破舊的雨衣，渾身濕透。我回來時他並沒有投以抱怨的目光，只是平淡地對我說：「趁熱喝吧！」這是我不禁想起小時候的一件事……

放學的鐘響起了，門外下著大雨，同學們一個一個提著雨傘回家去了。不久，便只留下我一個。我在校園內等著，等著父親的到來。良久之後，父親終於來了，那時，我並沒有對他說任何感激的話，而是說：「怎麼這麼遲？我都快睡着了！」而父親只是沉默著，提著傘和我回家去。想到這裡，我心裏不禁感到一陣酸澀。

如今，父親竟冒著風雨給我這個不孝子送來一壺溫暖的湯，令我反思小時候的所作所爲和對父親的態度。父親對我的所作所爲都不掛在心上，還是這樣地為我設想。想到這裡，我不禁流下淚來。

在今天過後，我真的要認真地改變我對父親的態度；要認真改變對父親的所作所爲；更要珍惜我和父親餘下相處的光陰。爲了，我和父親美好的明天。

因爲有了你

3J　李詩寧　(09-10)

不知不覺間，今年已經是我跟你學畫畫的第十年了。記得我五歲那年，媽媽帶著我來到了你那間小小的畫室跟你學畫畫。從那時開始，我每星期都到那裏畫畫。小學五年級時有想過放棄，但最後也打消了這個念頭，因爲還有很多很多東西要向你學習。幸好沒有放棄，因爲你令我的童年加添了精彩的一頁。

因爲有了你，我學會了很多道理，不但可以應用在繪畫上，做什麼事情其實都是一樣。你教了我要克服困難，要踏出第一步。我從小就很害怕會畫得不漂亮，遇到一些稍難的圖像就不想畫，不敢畫第一筆。常常找藉口說：「很難啊！怎樣畫啊?」但你不會容許我浪費時間，說：「還沒開始畫就說很難，那就是未打先輸，怎麼可以這樣？你再不開始的話，等到天亮了，你還是畫不成！」因爲有了你的教導，我現在會克服困難。

因爲有了你，我畫畫的技術進步了許多。有時候我也不知道自己有什麼地方畫錯了，只是覺得怪怪的。這時，你會提點我，你的提點總是很簡單，但又十分準確，吩咐我在這兒加點東西，那兒輕輕一點，我的畫就添了生機。因爲有了你那輕描淡寫的提點，我從中學會很多技巧，令我的畫畫技術提升了。

因爲有了你，我多了許多創作的空間，令我更喜歡畫畫。你不像一些老師要求學生畫一幅跟你一模一樣的畫，也不像一些老師，讓學生任意地畫出一些醜陋的東西而視而不見。你會細心地教我畫一些圖像，但讓我自己去構圖和調色，使我可以借著圖畫抒發自己的創意和感情。因爲有了你，我更喜歡創作，喜歡畫畫了。

因爲有了你，我一學畫畫便學了十年。我記得第一幅畫是畫蝸牛，我畫了六隻蝸牛後再隨意加些青草就了事了。但今天我畫的畫不再是當年的蝸牛了。我上星期畫的《蝶夢》每一筆都十分謹慎。今年我拿了全國少年水墨畫比賽三等獎，但我知道這不是我的功勞，是因爲有了你。

現在我長大了，你也不再是那充滿年輕活力的你。但我的自信心、成功感、畫畫技術等，都是因爲有了你。我會繼續努力畫畫，希望能再次獲獎。我相信我會一直喜歡畫畫——可以畫畫，明天就更美好。

我也是個喜歡音樂的人

3F　林憙蕙　(09-10)

「音樂——是我的生命」為什麼我會這樣說?

音樂的好處是可以讓人抒發感情，例如當我感到不開心時,便會拿起樂器吹奏，吹一些節拍較輕快的歌曲。吹奏後，我的心情便會自動回復輕鬆愉快，音樂就是這麼奇妙的。音樂也可以用來敬拜及讚美我們的父上帝。祂創天造地，若沒有祂，我們不會每天也過着充實快樂的生活，所以我用音樂來敬拜祂也是一件理所當然的事。相反，在我們這個世代,越來越多歌手會唱一些含有錯誤價值觀或不良歌詞的歌曲，這些歌曲會把人們的情緒降到最低點，亦醜化了美好的音樂。

而我說音樂是我生命的原因,是因為我將來的理想是要將音樂帶給有需要的人，亦要將不良的音樂趕走。何謂有需要的人？我認為那些有需要的人是指一些心靈空虛、貧乏和不認識主耶穌的人。而我要將他們從絕望中拯救出來，令他們的生活重新添上色彩。我也要到世界各地的教會裏做音樂崇拜，讓更多人認識主耶穌。

我會如何創造美好的明天呢？正如剛才所提及的,我將來會把音樂帶給有需要的人，幫助別人同時亦在改變世界，令世界變得更加美好。我相信，將來我一定會成功把美好的音樂傳遍世界各地。

冬天有感

3G　梁慜呈　(09-10)

泛紅的夕陽，寒冷的冬天，枯乾的樹葉和破舊的長椅，構成一幅多麼蕭瑟的景致。我獨自慢步，走在這空無一人的荒涼土地，我細看周圍，從前熱鬧繽紛的校舍只剩下一張長椅了。

「鈴噹！鈴噹！」小息了！我和一班好朋友一聽到鐘聲，便會以最快的速度跑到長椅，談著家常瑣事和少女心事。我們都喜愛我們這既先進、設備完善，又師生齊心的學校。忽然，鐘聲再次響起，代表小息完了，老師的腳步聲愈來愈近，愈來愈近……

突然，不知道從哪兒來了一個老頭兒，他一拐一拐的，慢慢向我的方向走過來。我害怕起來，不知他是否有不軌企圖。哦！原來老頭兒只是跟我說說他當年的風采，以及他的教書經驗。說著、說著，他忽然把我抱著。這種感覺……

新的校服，新的皮鞋，新的書包，今天就是我要升上小學的大日子，對小學毫無認識的我，當然急不及待地嚷著媽媽快點兒帶我上學去。走到這陌生的環境，我心情忽然感到不安。沒有出乎意料，同學真的欺負我，杯葛我，討厭我！我走到一旁哭著，哭著，感到前所未有的空虛和寂寞，等待著放學的鐘聲，那一刻，我不再期待上學了。這時候，我小一的班主任施老師把我抱著。

那老頭兒……是我的老師麼？只有施老師才會給我溫暖和愛的感覺。

「縱使沒有人再疼愛你們，我也會繼續將愛和溫暖帶給學生。」記得老師在長椅那裡對我們說。這句話，我一直銘記於心。直到升上中四那年，我與父母大吵一場，在同一時間，因為一些誤會而令所有同學都對我不理不睬，那時我覺得自己彷彿已一無所有，我不斷傷害自己。這時，我想起老師的話。對！我還有的是施老師！就是這句話，使我醒悟了！

我一鼓作氣的問老頭兒是否施老師，一如所料，在我面前的正是當年安慰我的施老師。我們終於相認了，我倆說著陳年舊事，慢慢踏上歸家的路途。

即使天氣依舊寒冷，土地比從前荒涼，我心中仍然感到溫暖，這份溫暖，就是施老師對我那份愛。

兩天回想

3G　曾懿璋　(09-10)

今天又下微雨，和三年前的那一天情景一模一樣。這小路和三年前一樣濕滑，馬路上的水坑總令人聯想到是交通意外的開端。三年前的那一天，一次意外便把你從我的身邊帶走了‧‧‧‧‧‧

每一天放學後，這小路也是學生的天地，有幼稚園生、小學生和中學生。大夥兒在路上嬉戲，歡笑聲總不缺少。那時候，我和你是在這大夥兒中認識的，每天說說笑笑的踏上回家的路。

「叮叮‧‧‧‧‧‧叮叮‧‧‧‧‧‧」是自行車的響鈴。

這一連串的鈴聲把我從回憶中拉回現實，那「叮叮」的鈴聲，儘管聽得再多，還是能令我會心一笑。

「小朋友，小心！」接著是一連串的響鈴聲「叮叮‧‧‧‧‧‧叮叮‧‧‧‧‧‧」一輛自行車從遠處以高速駛向我們。騎自行車的男人好像並沒減慢速度的意欲，當我們發現的時候，已經太遲了。自行車駛過我們面前的水坑，泥水撲面而來。看著潔白的校服上那骯髒汙漬，我們彼此相望，相視苦笑，看來今晚難逃母親的責罵了。

又來到這令人不捨得的分別處。這令人討厭的十字路口，每一次過馬路，每一次都要等上數分鐘，那死板的卡通才由紅燈轉做綠燈。

那一天，我們吵架了。

「你不可以這麼任性的呀！你竟然把同學的飯盒給倒掉！」

你就這樣的一個，處處為人著想，但卻從不為自己的事情著想。

「那是因為他先把你的飯盒倒掉呀！」真是的！我現在替你抱不平，你卻罵起我來？

「那也不可以把他的飯盒倒掉呀!」

「不可以嗎？我真的不明白,既然你都知道我是為了你才去把他的飯盒倒掉，那為什麼還在罵我？」

「你真的不可理喻！」你掉頭走向十字路口的另一端。

驕傲，不容許我回想。我獨自踏上孤獨的回家路上。

「叭叭‧‧‧‧‧‧叭叭‧‧‧‧‧‧」一連串的煞車聲，那熟悉又陌生的聲音在我的耳邊響起；和三年前一樣的刺耳，一樣的令人不安。

煞車聲在你離去的方向，我下意識回頭一看，只見你倒在血泊裡。那紅色的鮮血從你身上流出；我不知道是怎樣走過去了；只知道你冰冷的雙手，向我在說你的生命正從我的手中溜走。

救護車的紅燈，嘈吵的響號，令我的世界變得混亂，你沒有回來了。微風偶然帶著你的微笑似在向我祝福。

對不起，我不會再任性了。

生命將盡那一刻

3P　蕭哲晞　(08-09)

「嘟——」我十分清楚那是心電圖接收不到任何信號時發出的聲音。我要死了。

眼前的景象漸漸變得一片模糊，眼睛再也不能對焦。光一點一點由如滴墨下水般慢慢暈開，已經看不清身邊的事物了，只有一片一片的光弧浮動著。

回憶。

在那煙霧瀰漫的K房中，我做了人生中最後一個決定。一個從掌心直接割斷生命線的決定，不能挽回。

從那一刻開始，我的身體好像跟腦袋鬧脾氣的，各自做起自己喜歡的事情。腦袋愛睡覺，偏偏身體總是要亂抖，搞得腦袋混混沉沉；身體缺了腦袋，更加不知道自己在做甚麼。

過癮，是我當時唯一想到的。

從門處傳來急促的腳步聲，是收到通知而趕過來的醫生嗎？只聽護士說道：「醫生，他的心跳沒了。」聲音淡淡的不帶著一絲擔心。

爸媽沒來嗎？

「盡盡人事吧，強心針！」一把沉厚的男聲說道。過不多時，右臂靜脈處傳來一陣刺痛，接著便是一陣暖意緩緩流過身體。

我不由得想起那一刻，迷醉在自我的世界裡百般的感受。那種歡愉、那種快樂，像是用針筒狠狠打進腦袋的，很人工，也很不清醒。

那些「朋友」，我都忘記了。

現在記得的，是我的家人的臉孔。

此時聽見醫生大喊：「電擊！」兩塊冰冷冷的東西貼上胸前。身體一陣抽搐，靜悄悄的胸腔間彷彿再次聽到心跳的聲音。

冰冷冷的兩塊東西拿開，再放下，身體跳了一下。十分難受，因為不動的心又是一跳。

我很冷，很孤單，怎麼爸媽你們還不來？

冰冷冷的兩塊東西再拿起，放下，拿起；電流對我的刺激愈來愈小，心跳聲又再離我而去了。

……

眼前漆黑一片，可是媽媽那模糊的聲音，還有手心傳來的溫暖，永遠也不能忘記。

冬天有感

3P　陸信生　(09-10)

今天，是剛剛步入寒冬的一天。我拖著快要崩潰的身子，漫無目的地一步、一步往前走。今天狂風四起，我看見周圍的花草樹木都被吹得東歪西倒，心中不勝唏噓。想到自己現在四海為家，還要受到老天爺的折磨，我不禁黯然神傷起來。

不知過了多少時間，我走著、走著，偶爾看見街上的路牌，才知道原來我不經意來到了中環。當我看見人山人海的「上班一族」時，我腦裡突然閃過了一段片段……

當時方大學畢業的我，正愁著找不到工作。有一天，一位同學的家長致電給我，說十分欣賞我計算的能力，想聘請我到他的公司工作。當時我連想也沒想便一口答應了。

自此，我便在他的公司上班。從我進公司的第一天，我便一直深受一位上司賞識，令我平步青雲，最後還當上了公司的行政總裁……

想到這裡，我嘴裡泛起了一絲絲的笑意，但當我走到一個公園，看見有一家人十分快樂，我的心情突然跌進了谷底——他們相親相愛的表現，勾起了我此生最傷痛的回憶……

想當年，我當上了公司的行政總裁，還娶了一位貌美嬌妻，人人稱道。當時的我心想，人生最快樂的事，莫過於如此了。

可惜的是，當時的我根本不懂得珍惜眼前所有。經朋友介紹下，我開始嘗試投資了。一開始，我輕易地嘗到甜頭，所以我開始沉迷投資了。

最糟糕的一天終於來臨了！那一天，股市「直線式」插水。面對這一個「金融海嘯」，很多公司紛紛倒閉，我公司的情況也刻不容緩，公司董事長採用了「節流」的方式來達到收支平衡。天意弄人，可憐的我被公司當成犧牲品——我被裁員了。當時，既失去了工作，又因「金融海嘯」欠下了很多債項，妻子不但沒有安慰我，還帶著子女離開。我崩潰了，根本不知道下一步應怎樣走。

我哭了，我坐在公園上的長椅上哭了起來。忽然，一位老人拍拍我的肩膀，說：「年輕人啊！人生漫漫長路，還有很多路要你繼續走啊！與其懷緬過去，倒不如努力面前吧！」之後他離開了。

我抬起頭來：「過去終究是過去了，事情已無法改變；如果現在努力的話，我仍可以改變未來！」我「冷卻了的心窩」又突然熱血沸騰了起來。「忘記背後，努力向前」才是度過人生崎嶇不平的道路的正確信念！

走過今天

3P　余梓靖　(09-10)

為什麼有人在失敗後能爬起來，有人卻終日為此而嘆息？原因就出在他們是否能「走過今天」！

我認為失敗和做錯事是常伴左右的。碰釘之類的問題，在人生長河中，簡直是家常便飯，我也曾經因此而抱怨。不過，後來我發現這不單不是痛苦，且不能轉眼就過，而是一個福份。因此，我決定要站起來，從失敗中走過去。

有些人失敗了就不再站起，不住歎息：「我如果沒有這樣就好了……」當他們仍在向他們的「今天」歎氣，有否留意到時間已悄然飛逝？他們的「今天」已成了昨天，前天，甚至是前年、大前年，而其他人則早已向明天進發了。

我贊同每個人都要為做錯事要悔過，但「人非聖賢，孰能無過？」一生人失敗的經歷如沙數、如星宿，難道「後悔」比「放眼向前」更有意義嗎？時光飛逝，沒有機會給你歎息了，既然你命該如此，就請你不要怨天尤人，認認真真面對自己的命運吧！看看是你被命運主宰，還是你操控命運？

能成長成參天大樹的種子，若一開始沒有拋棄那溫暖的土壤而破土而出，會有今日茁壯的樣貌嗎？正如我們一樣，不扔走「今天」，「明天」何來？陽光天天從東方綻放，每一天都是新的開始，窘困於舊念而不前進，是多麼的苦、多麼的可笑！

現今的我，依然會遇上不少困難、不少失敗。可是，我明白若我不走過去，不久經磨練，怎能顯出一個人的真正潛力？人生下來就是為了不斷前進，這是無可否定的事實。要不，為甚麼眼睛是長在前面的呢？原因簡單不過，就是為了教我們看清眼前崎嶇小路，從而踏上不遠處的康莊大道。為了美好的將來，與其逃避現實，倒不如勇敢地走過今天，奔向未來！

一次舊地重遊

4J　林樂文　(08-09)

這次回到香港，實在令我感到驚歎不已。現在的香港既現代化，生活節奏又快，令從加拿大回來探親的我也有點不習慣。

老爸和老媽仍住在上水的古洞村。古洞是一個很偏僻的地方，所以他們也很少出門。不過這未嘗是一件壞事。他們有空便到我和兄弟們兒時一起遊玩的後山行山。難得我在加拿大回來，當然要到一些充滿回憶的地方懷緬一下吧！

後山的景致仍然像兒時一般，像一幅存放了十多年的風景畫一樣，一點也沒變改。還記得那一片草地，那時我還小，很調皮，喜歡在草地上跑來跑去。一次我跌倒了，自己一個人只懂坐在地上啕哭大叫，幸好老爸時在不遠處「監視」著我，怕我自己一個小孩出什麼意外沒人管。他及時的出現，讓我從絕望的黑暗處走出來，重見光明。可惜我現在才洞悉爸爸對我無微不至的照顧，以前的我還常常叫他回到田裡耕田呢！說回來真慚愧！

好不容易走到上山頂了。我看見夕陽西下，又回想起十多歲時，跟同學在此露營的一點一滴。那時的我們徹夜不眠，輪流說著我們當時覺得很恐怖的鬼故事，直到太陽升起為止。一起看著那絢麗的太陽在我們不遠處升起，那種美麗的感覺簡直是不能形容。美景加良伴，多麼令人嚮往呢！以前無憂無慮的生活，真叫人懷念！

在古洞村外，有一所鄉村學校，也是我以前所就讀的學校。荒廢了的班房內結著多個蜘蛛網。封上塵的桌椅在我面前變得細小無比，以前我常覺得班房內的桌椅過大呢。我不禁想，以前的同學們，現在到底在哪兒呢？他們到底幹了什麼呢？真想約他們出來一起聊天呢！

終於回到家，躺在舒服的沙發上，回想今天走過的路，又回想自己以前走過的路，很多以前不曾想到的事，今天好像突然開竅似的，一切都明白了。

襪子

4J　江佳維　(09-10)

最近，我看了一本小說，當中有這麼一句話：「鞋子對女人是最重要的，因爲一雙好的鞋可以帶女人走向幸福。」當然，我們知道真正令人幸福的其實是那顆充滿愛的心。但爲什麼要提鞋子呢？因爲一想起鞋子，我們便會想起襪子。

我不知道大家怎麼看待襪子，或許覺得它沒什麼用處，也不是那麼重要，但是你是否想過，如果衣櫃中少了襪子，會怎樣？襪子保護著你的腳步不會因長時間穿鞋而不適，襪子永遠都是一對，形影不離。雖然看似不重要，卻是不可缺少的東西。襪子就好比父母親的愛。從小到大，不管風吹雨打，日曬雨淋，父母永遠提供一個溫暖的家。就好比襪子，保護著我們的腳，不會因爲長時間穿這鞋子而感到不適。

在我小時候，爸爸因爲在外國工作，很少回家。有一次，父親帶了許多玩具回家，其中有一個我很喜歡的洋娃娃。那天，我抱娃娃去同學家玩，不小心把娃娃的鞋子弄不見了。回家後，我爲此大哭了一場，而且還被母親狠狠地責罵，說我總為一些皮毛小事哭，因此，我哭得更厲害了，但哭久了，便不知不覺睡着了。醒來后，我發現娃娃的鞋子又回來了。細看下，才發現娃娃腳上的是我穿不了的短襪子。我知道，這是母親給我的安慰。隨著時間的流逝，那個穿著我的小襪子的洋娃娃已經不知去向了，但母親那次對我的寬容與愛，卻深深印在我的心上，即使外面有多少不開心的事，只要回到有母親和父親的家，就是一個充滿溫暖、充滿愛與關懷的避風港。父、母親就如襪子，我們就如剛出生的小嬰兒的腳，那雙襪子會永遠保護著我們這些細皮嫩肉的小腳丫不受傷。

襪子也好比你的好朋友。一個真正的知心朋友、一位真正了解你，肯與你分享快樂、分擔痛苦的朋友。前年生日時，我收到一雙很可愛的襪子，送禮的人當然是我的好朋友。其實，表面上似乎鞋子比襪子更重要，但細細回味，不難發現，其實襪子更爲重要。所以，到現在我還是一直沒使用那雙朋友送給我的襪子，在我眼中，它代表朋友對我的關心和支持。

其實關於襪子的故事還有很多。記得小學時，父母親都到外地工作，我被托放在外公外婆家。因爲不習慣，所以我常常鬧彆扭，令家人生氣。像特意打破杯子，摔爛收音機，拆光碟播放器等等，外祖父母忍無可忍，對我劈頭大罵。但自從發生了那件事後，我便對外婆言聽計從了。有一天，我在學校被人欺負，回家後又不敢告訴外婆，只好倒頭便睡。

突然，我發現自己的腳被捉住了，我稍稍睜開眼睛，發現原來是外婆在幫我縫襪子，一針一線，毫不馬虎。我轉了一下身，繼續裝睡，其實那一邊的我，已經淚流滿面了。那次之後，我慢慢開始不做一些令外公外婆血壓上升的事了，雖然偶爾還會和他們鬥鬥嘴，但心裏卻十分敬愛他們。慢慢地，我和外公外婆便變得像襪子一樣形影不離。

我不知道在他人心中。襪子的地位是否非常重要。但對我而言，襪子卻是很重要的。每一次拿起它，就想起在我身邊一直支持我的好朋友；每一次拿起它，就想起自己的外公外婆。在我眼中，襪子代表著許多不同的愛，每一雙襪子都有屬於它自己的故事，或許毫不起眼，或許刻骨銘心。但是，當你回望自己的生命，會發現這些小事其實就是你的生命，就如彩色的畫筆在原本只有黑和白兩種的紙張上添了幾筆，使那原本沉悶的畫，不再了無生氣，充滿生機。

襪子在我眼中就好比這幾種色彩，乍看上去似乎沒有那麼重要，但當回憶一切有關襪子的事情時，才發現時間並沒有帶走當時那種溫暖，反而讓那溫暖在心中不斷發芽、成長。而父母、朋友、家人借著襪子所傳給我的愛，所給的溫暖，也讓我更加明白愛對生命的重要性。

其實，只要你細心觀察，你不難發現，身邊有許多像襪子一樣存在的人，看似不重要，卻是生活中不可或缺的存在。

希望每一個人都可以找到只屬於他自己的那雙襪子。

明天的遐想

4J　江佳維　(09-10)

我從冰箱中拿出一罐咖啡，隨手抓起椅背上的外套，就這樣出了門。駕駛著自己的車子，在清晨的馬路上奔馳，聞著空氣中那泥土味，整理著自己的衣著。到了電台門口，我匆忙地走進化妝間，一邊翻看今天的報紙，另一邊上網看著世界各地各電台的重要新聞。七點正，我準備完畢，準時坐上主播台，微笑著向所有電視觀眾們報導世界各地的一舉一動。八點半，我做完早間新聞，到電視台旁的咖啡店，買一塊三明治，接著又回到辦公室，埋首於一堆新聞中。晚餐時，我或許會和男友坐在一起，享受著二人世界；又或者帶著小狗走在月夜下，十分愜意。

這便是我對明天、對自己未來的一點遐想，雖然這種場景不一定會實現，但它卻是我的原動力。我一直希望成為一名新聞工作者，就算再累也好，薪水不多也好；甚至只是在電視台中一個小角色，只要有機會我就想向自己的夢想邁進一步。

夢想，對於大多數時下的年輕人，不是一件容易的事，我曾問過許多朋友關於他們的夢想，但是大多數人都回答我不知道又或者說等讀完大學後再想。對於明天的遐想，大家更是覺得沒必要花時間去思考。這不是一件可悲的事嗎？曾經，我看過一篇內地農村女孩的文章，至今，她的文字仍深深地刻在我的心上。文章中說她從小在農村長大，父母為了供她和她弟弟上學，雙雙出城打工，好不容易才寄點錢回來，才勉強夠她和弟弟半學期的學費。於是，女孩立志長大後，一定要出人頭地，成為一名金融界的女強人。可惜，老天總愛捉弄人，有一天，女孩的奶奶病倒了，全家為此雞犬不寧，父母辭掉了城裡的工作，回到農村種田。只是女孩不能再上學了，她不但要幫父母打理家中的瑣事，還要照顧卧病在床的奶奶。況且家中的經濟情況也不容許她再讀書了。她遐想，對明天的那份期望也隨之幻滅。每當我想起這個女孩的遭遇，我就十分慶幸上蒼給我機會讓我可以勇敢地對自己的理想做出遐想。相比起農村的孩子，我們是幸福的，是幸運的。可悲的卻是，我們這一群身在福中不知福的人，毫不珍惜這樣的好運，反而埋怨著我們所擁有的一切，甚至對自己自暴自棄，放棄了尋找夢想的資格。

你也許會問，我為何會如此珍惜自己的夢想，難道沒想過放棄嗎？我的回答是絕對有，所以我更加珍惜自己的夢想。我是一個十分貪玩的人，在中一、中二的時候，我曾經放棄自己做主播的夢想，心想長大後，隨便找間公司，混口飯吃就好了。何必如此辛苦地強逼自己去做一份挑戰性高的工作呢？但是，當我看完中國近代著名作家巴金先生的《家》《春》《秋》三部曲後，我彷彿被人從頭到腳淋了一盆冰水，我突然意識到自己是多麼的可耻，竟然對自己的夢想不聞不問，漠不關心。但是反觀書中的主人翁覺慧，他身在逆境中卻仍不忘自己的夢想，就算他為了夢想失去了親人、愛人，他仍然勇敢地向著自己遐想中的明天而努力著。身為一名出生在沒有時代限制的青少年，我們更應該積極地為自己的明天計劃著，對明天充滿遐想。

我已經為實現我的夢想，讓自己對明天的遐想可以成真而不斷努力。我堅信，如果哪一天，我失去了對夢想的熱誠，對明天的遐想，那麼，我的人生一定會變得毫無光彩，十分乏味。人生只有一次，不會有重新再來的機會，那為何不用盡自己的熱情去點燃自己生命中那充滿無限可能性的夢想火炬呢？現在的我們還年輕，明天還充滿許多可能性；因為年輕，所以更加不可以放棄明天的一切；因為年輕，所以更應接受失敗和挑戰，為自己的明天畫出光彩奪目的一幕。

憶兒時

4F　鄺玲訢　(08-09)

搖籃曲也許是小孩子最愛的童曲吧！從出生開始，第一首童曲進入小孩的小耳朵，就是母親用自己的嘴巴哼出的一首搖籃曲。子心最愛的就是我給她哼的一首搖籃曲。「子心，我和爸爸快要出門囉！今天的子心想聽什麼歌！媽媽給你哼一首，那子心就得要乖乖地睡覺啦！」我用溫柔的聲音望著子心說著。「搖籃曲！」子心用她那幼嫩的嘴巴道著。「啦啦啦，啦啦啦・・・・・・」那甜美的聲音從我的小口溫柔地送進子心的小耳朵裡去。

望著剛熟睡的子心，我感到自己十分幸福。印著花花圖案的小綿被蓋著個子小小的子心，很可愛。那一幕，令我想起了我的媽媽。媽媽從前也就是這樣的愛我。

擁有一把沒受任何污染的長髮，中型的身體和戴著眼鏡的媽媽，樣子和藹可親。小孩子的我很受媽媽的寵愛。有很多事情，媽媽都願意犧牲自己，為我付出。就像不懂時裝配搭的媽媽，為了兒時的我可以以亮裝示人而東走西走找尋好衣服給我。不太懂編織小毛衣的媽媽，為了給小時候的我添一件小毛衣，而學會編一件充滿愛心及母愛的毛衣。現在，那件只合三，四歲小孩所穿的毛衣，給了子心穿上。這麼多的事件中，我最不可遺忘的，就是媽媽獻出她的第一次，給我唱一首童曲。大概過了那一次，媽媽沒有給我再唱了。

就是因為小時候的我,不小心把巧克力味道的冰淇淋掉在公園的草地上。因為慈愛的媽媽不忍心看到年幼的我哭著不肯睡覺,所以以她那溫柔的聲線哼著那首《搖籃曲》。媽媽，感謝你為我付出了那麼多！

回想過來，我也為了子心付出了很多。我給子心的都是最好的，我給她的幸福就如當年媽媽給我那麼多的幸福。我用那深深的眼神，凝望著睡得很甜的子心，心想著：「子心，你愛媽媽剛才給你哼的那首搖籃曲嗎？這是媽媽的第一次以及最後一次哼給你的一首小曲。」

我哼的搖籃曲，就如媽媽給我哼的一樣，是那麼溫柔的。我為子心付出的，也就如當年媽媽給我付出的一樣，是那麼偉大的。感謝媽媽，感謝子心。

一步，一步，再一步

4F　李儆文　(09-10)

我成功了！這雖然是小小的成就，但是我懂了一個真理，一步又一步，自然能成功。

暑假時，我參加五級鋼琴的考試。當時我想著，只要每天刻苦練習，一定能成功。於是每天晚上，當我做完一疊又一疊的作業後，還要面對鋼琴上的幾十個鍵；電腦在我旁邊，我不能開；電視也在我旁邊，我也不能看。

沒彈一會兒，我就不想彈了。可是因為媽媽規定的遍數還沒有彈完，於是，我只好咬緊牙關，聚精會神的練習起來。看到弟弟在旁玩電腦、看電視，自己卻不能做，心裡真不是滋味！豆大的汗珠已經爬到臉頰上，雖然我已經感到疲憊不堪，但我還是憑著頑強的毅力堅持下去。

練琴不僅很苦很累，還非常枯燥乏味。記得一次練琴時，我剛練了一半就練不下去了。「就這麼幾個曲子，都練了多少遍了？」我一邊嘀咕，一邊假裝收拾曲譜。爸爸媽媽聞聲走過來，對我說：「就這麼幾個曲子，難道你也練不了？」我欲言又止，不知如何應對，心裡想：「練習而已，我怕你嗎？」愛臉子的性格戰勝了一切，我不由得又練習起來。

但有一次，我練習了「順序彈音」，不禁令我想到練習就像人生一樣，一步又一步的來，自然能成功。這個想法就像一股強而有力的意志，推動了我。

到了考試那天，我盡情的演奏著，結果我成功了！

這雖然是小小的成功，但是我懂了「一步又一步，自然能成功」這個真理！

一步，一步，又一步

4F　謝凱蕾　(09-10)

如果我擁有一個美好的人生，我希望它是一步，一步，又一步的成長。

記得小時候，一向活潑好動的我，對於不同種類的運動也很感興趣，尤其是自行車。雖然當時還小，可是每次看到有自行車經過，我都會投以羨慕的目光。

爸媽知道我很喜歡自行車，於是在我六歲生日那天，送了一輛兩輪的自行車給我作為禮物，而他們充當教練，希望可以盡快教會我踏自行車。

懷著興奮的心情，我們到了附近的公園「學車」。爸爸先踏了一圈作示範，看他輕鬆的動作，我猜這玩意並不難吧！待爸爸示範過後，我迫不及待的坐上自行車，豈料當我把腳踏在腳踏的時候，我便失了重心，連人帶車的跌在地上，手臂也擦傷了。媽媽被我嚇鬼驚惶失措，連忙跑過來幫我清理傷口。我休息了一會後，決定再次挑戰！

我再一次踏上自行車，這次爸爸扶著後坐的椅子，想要一邊讓我踏，一邊推我走。由於車子走得太快的關係，沒多久又從車上摔了下來……就這樣，一直跌跌撞撞的嘗試了十多次，但並沒有成功。我很不甘心，向著爸媽大哭大鬧，想要放棄的時候，媽媽突然跟我說:「孩子啊！人總是靠著累積經驗而成長的，一步，一步的達成自己的目標，才算有意義！」當時的我並沒有想太多，最後因為媽媽不停的鼓勵，即使弄得遍體鱗傷，我終究成功了！

美好的人生,最重要的是一步一步的成長。縱然有困難、有悲傷、有寂寞、有挫折，但只要一步、一步、再一步的走下去，不要放棄，便能有所成長。只要一步、一步、再一步的走下去，回頭一看，你會發現，成長已把你推上美好人生的軌道上。

總有一條道理可以抵達

4F　楊思思　(09-10)

「爸媽，快來和我合照吧！」身穿黑色筆挺又莊嚴的畢業禮服的我，站在大學門外與親友拍畢業照。這一刻，我從未感到人生可以那麼璀璨完美。

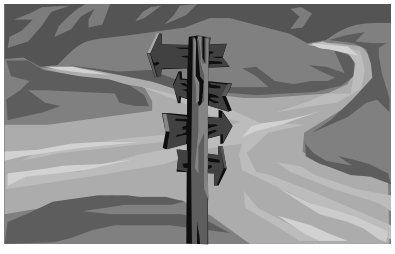
半年前，我得知能順利大學畢業時，整個人也嚇呆了，彷彿在虛幻的夢中走運，激動的心情無法掩飾，眼眶裡不斷流出晶亮卻帶鹹的眼淚，沒法相信自己能靠一雙手圓夢。

小時候的我是一名活潑開朗的孩子。從媽媽口中得知，從我懂得手握著筆的一刻起，我已很喜歡繪畫，還立志當一名畫家呢！人不斷成長，接觸的層面也擴闊了，可是我對藝術的熱誠不但毫無減退，反而更熱衷這門學問。自小便參加不同形式的繪畫比賽，成績也不負眾望，一次比一次有突破和出眾。原本以為美好的時光會一直圍繞著我，但是一場突如其來的意外令我的道路盡毀。

數秒間的車禍威力真的十分強大，一剎那的衝擊足以令我的人生起了三百六十度的轉變。雙手受猛烈的撞擊導致骨折，所有盛大的比賽因而告吹，學業也無法應付。親眼目睹各人有出色的成就，自己卻無能力處事，心裡感到難過以外，沒有其他字詞可以取替了。

正當我心情跌至谷底，一班熱心的親友立即上前扶助我，他們邀請我觀看力克的演說。他的見證使我徹底改變對人生的看法。最令我印象深刻的，莫過於是四肢全缺的力克以堅定的語氣說：「就算現在你用百萬元引誘我，叫我長出手腳，我也不會考慮，我只想順服上帝，完成祂的心意。」這簡單的一句話觸動了我的心靈。相比起力克，眼見自己因一些芝麻綠豆的挫折而自暴自棄，呆在家中鑽牛角尖，心感慚愧。自那刻起，我放棄所有的重擔，決心重新展開新的旅程。雖然途中路程崎嶇，遇到不少挫敗，但堅決的意志助我成功通過每一個難關，最後也完成了設計系學士課程。

路，有很多選擇讓你抵達目的地，直路、彎路、捷徑都代表著人生的路程，只要永不氣餒，不管路程多久，最終的目的地也定充滿歡欣快樂。



總有一條道路可以抵達

4F　何綽忻　(09-10)

在每一天、每一分、每一秒，也有不少人面對著痛苦和困難：考試逼近的壓力、跟好朋友鬧翻、家人的離世，甚至證實自己患上疾病等。然而，當我們仔細看的時候，便會發現原來苦難也可以解讀成一種被包裝了的祝福。

從前，有一個十多歲的小男孩，他在車禍中喪失了左手手臂。在他學習柔道的最初六個月，老師只教他一個動作。縱然他不解，還是專心努力地學習，練著重複的動作。一段時間過去了，老師帶著他參加一個全國性的柔道比賽。

在比賽中，強手如云，而小男孩熟練地運用著老師教他的動作，過關斬將，終於晉身到決賽。決賽中，雖然對手的強悍令他幾乎招架不住，但他在苦戰後，反敗為勝，奪得冠軍。

事後，小男孩問老師為什麼只教他一個動作，便能贏得比賽？

老師答：「一、我教你的招式是柔道中最難的一個動作；二、對手想要破解這個招式也只有一個動作，一定要抓住你的左手。」

看吧！小男孩最弱的地方，竟成了他致勝的關鍵！身體的缺陷帶給他的不是人人以為的痛苦、不便，而是他邁向成功道路的行山杖。

當小花失去了大樹的保護，沒人為她遮風擋雨，看似一個悲劇。然而，沒有大樹的離開，太陽便不會照耀到她的身上，甘霖也不會滋潤到她，她也就不會茁壯成長，成為一朵受人稱讚的花朵。

在被傷害的時候，我們不要憎恨那些待自己不好的人，反倒要感謝他們，因為是他們令我們上多一課，學會珍惜、感恩自己所擁有的。

「我心裡難受，因為我沒有鞋子。
後來我在街上走著，
遇見一個沒有雙腳的人。」

試想想，要是沒有困難的話，我們怎會回頭看看我們擁有的原來是那麼多呢？不是還覺得那些是理所當然的嗎？我們不知道自己生命到底有多長，但卻能安排當下的生活；我們左右不了變幻無常的天氣，卻能調整自己的心情，把苦痛看成教訓、經歷。不管未來是否看似遙遠，生命的道路是否無窮盡，要相信挫折是這趟旅程必要的。無論怎樣，換顆心看世界，總有一條路抵達美好人生的終點。

夢想沒有有效期

4F　陳朗　(09-10)

夢想，人人都有的。夢想，都是美好的，卻總是很遙遠。小時候，我們常在作文課時接觸這種題目——「我的夢想」、「夢想」等等，卻是否真的有認真地想想？而能夠實現的又有多少呢？

我從小到大都在為夢想而煩惱，為什麼人人都要有夢想？我小時候常問表哥表姐他們的夢想，他們的答覆總是令人灰心。他們說早已經放棄了小時候的夢想，而且還說夢想都是騙人的。所以每次我作有關夢想的文章，總覺得渾身不自在。夢想既然那麼遙遠，為何仍有那麼多執迷不悟的人去送死？成功實現夢想的人少之又少，不禁令人灰心。就好像一個中年的男清潔工，他還有什麼夢想可言？一個充滿希望和期望的小學生，若知道他的夢想只是一瞬間就逝去的夢幻泡影，會怎樣？我一直堅信夢想總會灰飛煙滅的道理，直至我遇上那間洗衣店的老闆。

那位洗衣店的老闆大約三十多歲，一生平平無奇，成績普通，完成中七後因家境不好而被迫出外打工。後來他用了所有的錢開了一間洗衣店，不過他一直有一個夢想，就是要讀上大學，可惜他總是跟機會無緣。直至有一天，他的客人得知了，邀他到大學參觀，還給他一個面試的機會，最後他更成功被取錄，能到大學上課。我當時呆了，難道夢想真的有能成真的一天嗎？原來是有的。

這位老闆讓我如夢初醒，知道了夢想背後的真正意義。夢想給人們去努力的動力，沒有夢想便沒有將來。我們常常埋怨夢想的欺騙，卻沒有想過其實我們有沒有努力去實現它。那位老闆年紀不少，但是仍一直堅持著自己的夢想。而我，還只是在唸高中，怎能因小事而自我放棄呢？我相信，只要有夢想，就沒有完成不了的一天，因為，夢想是沒有有效期的。

洗禮

4F　連顯進　(09-10)

陽台的門打開了，雨水淅瀝淅瀝的響個不停。我步進這個由無數雨點形成的世界。

原本已經非常清閒的日子因下雨變得更無聊，懶惰的身體也因此而變得更倦怠，於是靜靜看雨順理成章地成了我消磨時間的選擇。

帶著雨水濕氣的清涼微風輕輕拂在臉上，感覺非常舒服。我看向樓下，冷清的道路偶爾有汽車冒著雨水的拍打疾馳而過，濺起的水花飛向旁邊的行人路。路旁的樹木隨風起舞，掀起了綠色的浪花。我把視線稍微向前推進，吐露港默默地承受雨水降下，泛起了不規則的波紋。平淡的景色反覆不斷的持續著。

時間無聲的過去，雨勢跟著時間的步伐慢慢減弱了。我順著雨勢看向前方，吐露港對岸的景色逐漸清晰，座立在山上的中文大學的輪廓也顯現出來了。雨終於停了。

天空就像在鬧脾氣一樣，把它的情緒凝聚成雲，忍無可忍時便化作傾盆大雨落下來，讓大地接收。想著想著，我抬頭看向天空，陽光穿透了厚厚的雲層射到地上，使地上的顏色鮮艷起來。我不禁想:「如果每天都是陽光普照的好日子就好了。」

可是，這是不可能的。既然有陽光就一定會下雨，人生也是一樣，能成功就必然伴隨著失敗和挫折，既躲不開，也擋不了。但是雨水再多，也不能完全淹蓋這片大地；同樣地，失敗與挫折再多，也不能影響我們整個人生。滂沱大雨後，小草仍能昂然抬頭，繼續生長。在人生中無數的失敗與挫折的洗禮中，我們只要能站穩腳步，勇敢面對，並從中吸取教訓，就一定能撐過去。

雨後的陽光特別美麗，而克服重重困難的人生也必定更為璀璨奪目。

洗禮

4P　吳宛霖　(09-10)

如果除去煩人的暑期作業,酷熱的暑假對我這種對勞動總是提不起興趣的人來說,實在是百無聊賴。當然,這類人為了打發漫長的時間,也會做起一些相當無聊的事,例如用電腦瀏覽一些看了也不知道還會不會記得的網頁,或者是打開電視接收無盡卻又不一定用得著的資訊。在電腦被母親霸佔的同時,選擇第一個選項的權利已經失去,無可奈何,我按下了四方黑色箱子那個凸起的開關。黑亮的顯示屏閃過一絲白光,畫面慢慢地浮現出,和天花板上螢光燈的倒影交疊在一起。看向畫面,我在心裡咒罵了一句。畫面上正放著那些沒營養的肥皂劇,當紅女主角的嘴裡嗚嗚嗚不知吟著甚麼你死不死的,淚珠滾滾落下滴在白布上,矯情耍盡,令我心中的厭惡情緒愈發升高。往後挪了幾步,向沙發倒去,仰頭閉眼期望阻隔一切聲音,腦中胡思亂想起來。到底,哭泣是為了甚麼?

從小我就是個愛哭鬼,懂事了還哭個不停,進幼稚園之前可能有家人的遷就,哭的次數只比普通小孩多一點,進了幼稚園之後更慘,每天都在哭,就像是身體裡有一個小小的海洋一樣。為了得不到的東西、為了得到卻不如本意的東西,為了任何任何有違自己心思的事,通過淚腺傾流出自身的情緒。沒法子,孩子就是愛哭,甚麼都能哭上一天一夜,因為孩子實在不懂透過文明的言語去表達自己的意思。當時,全家最懂我的是祖母。在她眼裡,我就像是個渾身通透的玻璃人一樣,任何事情總會被她看出所以然。往往在我哭的時候,甚至是要哭之前,她就已經知道是因為何事。祖母是溫柔的,總是替我抹乾濕漉漉的臉蛋,滿足我任性的要求,和祖母同住的時光絕對是快樂的時間比較多。很可惜的是,升上小學之後,我哭的次數雖然是漸漸減少了一點,但要求卻更難滿足,因為沒人會再遷就這個煩人的孩子了。搬家搬離了祖母住的地方,在學校當中,像被老師稱讚而高興的時間當然還不算少,但一不開心哭起來就比以前更一發不可收拾。那時期的我是極端的、飄忽的,飄忽到一個自己也無法控制的程度。學校就是社會的縮影,在被推到殘酷的世界之前,無力的孩子能做的,只有是無奈的長大。唯有好好成長,才能與殘酷抗衡,抵抗傷害。為了要做到這點,我也只能漸漸地堅強起來。

中學剛開始,的確有點難以應付。這個比以前的縮影更接近完整目的地的地方,當中有如山泥傾瀉的功課練習、朋友之間的疏離、各種的適應,把小學六年中的建立的回憶、友誼、感情慢慢沖淡了。成長需要付出代價,時間令我們麻木了。祖母的身影竟然比不上堆積如山的新事物,從我腦海中淡出。每次到了測驗考試等等忙翻天的時候,她就像從我生命中消失了一樣。只有在假期中和祖母上茶樓的時候,她的形象才會再次出現。遺憾我們一年內能見面的時間不斷地在減少,她身體上的問題,還有我那些做功課、趕報告等一連串的借口,一點一點地切斷了我們之間的聯繫。

若即若離的關係只延續到我開始忘記了淚水的溫度的時候。那時是十二月，一個寒冷卻應普天同慶的月份。又一個頗長的假期，作為一個學生，不知該高興還是不高興，高興終於能從百忙中抽身，好好休息一下，不高興還有一個月就要考試，得趕快溫習。不過我是懶惰的壞學生，溫習總留待快考試的一、兩個星期才做，每次都是稍稍抱一下佛腳。在假期中玩個夠是我的宗旨，在家中解決作業的同時娛樂是常有的事，連應該去孝順一下老人家的責任都忘光了。不過父親的一個命令，我便得放下手中的滑鼠和筆，乖乖去和祖父祖母還有姑母表弟上酒樓吃個早飯當作慶祝。就如祖父母的生日一樣，當天慶祝的是甚麼其實早已記不清楚，我原意的確是不想去的。祖母的臉比之前憔悴，笑容卻依然無比溫柔。吃飯時說話不多，對送向她碗中的菜一直在拒絕，我這才注意到，她深鎖的眉頭。我心中有點慌，默默吃著碗中的雞肉，耳朵捕捉到大人有談論祖母的對話。「是不舒服麼？要快點去看醫生呢。」快到喉頭的說話和著吃下去的飯被硬生生地吞回去，我心中的不安愈發增強了，可是回到家後，我再度沈醉在玩樂中，不安被掉到一旁。再度被喚起那種令人心裡懼怕的感情之時，是父親一臉憂心拿著電話說話的時候。我無法控制腦中閃過無數個可能，卻一直不願去想內心最不想發生的一個。但永遠天就是不從人願，父親最終還是放下了電話，啟唇說出了比考試不合格還恐怖千千萬萬倍的消息：祖母倒下了。

聖經節前夕，我們三人趕去了醫院。腦中思考的成分比例一下子顛倒過來，我祈求著當時唯一的願望，穿起藍色的膠衣，被父母半拖半拉著進了那個我以為自己一生都不會到的地方。門後的護士、儀器的聲響，還有鐵架病床上躺的人全都像是假的，其實只是我不想去接受。生平第一次去探病就進深切治療部，這地方名字帶有的含意誰都能明白。沒有弧度的嘴，緊閉的眼簾，我眼睛紅了。強迫自己不看向那一根根粗幼不一的膠管子，只盯著祖母的蒼白的臉，眼淚還是無可抑制地順著臉頰流了下來，落在白色的地板上，碎開，就如我的心一樣。直到最後我還是回到了家，可我不記得是怎離開的。第二天的早上，剛醒來我就知道，祖母是不可能再醒來了。有街上的人們在歡呼聖誕節到來的同時，我抱著母親哭不成聲。

有些事情我們永遠不會珍惜，直到失去了才知道重要。無言的迎來了一月，上學，準備考試，然後得知，葬禮的日子下來了。考完化學的第二天，我向學校請了假，一大早去了幫忙，盡我作為孫子最後能為祖母做的事。放棄了英語的口試和聆聽試，在殯儀館渡過了早上和中午，基督教的儀式在傍晚開始。我一直忍耐住沒哭，卻看到父親和祖父第一次落淚。忍耐到了第二天早上看到棺木被推進火爐的時候終於瓦解。和先前不同，這次我沒哭出聲來，淚水無聲的落下。聽到親朋的嗚咽聲，我漸漸接受了這個不能改變的事實。

哭泣，是因為悲傷，但悲傷卻無法改變任何已成的過去。靠著祖母一直的鼓勵，我考完了接下去的試，出來的成績還算令我滿意。雖然在這個世界是再也不能見面了，但我們的關係卻依然存在，甚至比之前更加牢固，好像小時候一般。現在我知道祖母還住在我的心裡，無時無刻地鼓勵我，告訴我哭泣是可以的，但悲傷過後就得去面對新的挑戰，並盡力做到最好。希望我能本著這個新的宗旨，去迎接我未來更加精彩的生活！

搬家

4P　吳宛霖　(09-10)

好一個明媚怡人的大晴天，抬頭放眼望去，萬里無雲，一片蔚藍盡收眼底。同時也代表著天文臺提醒各位今天紫外綫指數偏高，在戶外活動最好多塗點防曬乳液。不幸的是，因爲早前連續的狂風雷暴，本人唯一的一瓶防曬乳液早就安然地被壓在陰涼黑暗的紙箱中，當然帽子啊、墨鏡啊、什麼的也不例外。想到這點我不禁悲從中來。夏日獨有的艷陽熱情地打著招呼，火一般地燒灼在皮膚上，汗珠點點冒出，好不難受。果然，夏天不適合搬家，尤其是當你被分配到看守東西一職的時候。無奈現時時值正午，中暑前的眩暈感襲來，令我趕緊從火球底下逃到貨車僅有的一點陰影下。未免真的倒下，我從袋子掏出了一個玩具來分散注意力，眼前的是一個娃娃，我童年時最愛的玩具。

前陣子因爲搬家而在整理雜物。赫然發現一截「手臂」捅破；捅破了黑色的塑料袋向我招手，於是我就打開了袋子把「她們」都解放出來了。她們有著同一個名字，叫「芭比」。七八個並排而坐，但面容全是一個模子裏印出來的，油彩畫上水靈的大眼睛，高挺的鼻子，還有櫻桃小嘴。這就是往昔迷倒所有女孩子的玩具。沒有的會央求媽媽買一個，有的就會自己存錢買，這種連一兩件衣服都要過百元的娃娃，對孩子來説可算得上是身份的象徵。女生之間會互相比較各自擁有的數量和款式，從而判斷對方的家庭是否富有，哈！多麼的兒戲！

老實說現在我真的不明白當年爲啥會喜歡這種「鬼」東西，不過這就是它的魅力所在吧，如同「外國的月亮特別圓」的道理。現在我手裏拿著的這位金髮閃閃的美人，正是我當年的摯愛。這孩子背後長了三條繩，拉一拉馬尾巴就縮上去，小時候覺得神奇，長大後懂了明白箇中就沒啥大不了。倒是想起那是天真到拿塊白布碎在她身上比劃要做出條裙子來。母親還陪我一起瘋，那情景，都不知該哭還該笑。這種孩提的輕鬆日子早已不復在，面對堆積如山的功課和學習，總會覺得身心疲累。驚覺原來自己長大的速度如此之快，能夠無憂無慮玩個天昏地暗的美好時光老早從日漸變大的掌中流走，消失得無影無蹤。母親深知女兒長大了，自己報讀了課程，不再管我。對比起來改變之大，改變之快，我訝異時間的魔力令我遺忘了這樣的一切。

運用母親的知識，加上協助，雖然裙子做不出來，披肩倒是有一件，上面染著水筆稚氣的塗鴉。回想起來，我的確是為過要做出比較像樣的衣服而立志成人後要當個大名鼎鼎的時裝設計師，想起來才真是令我失聲而笑。同年幼稚的夢想已經在時光的長河中消去了身影，如同坐火車穿過時間的長廊，速度的飛快讓人措手不及，剎那間我失去了那捉不住的夢想，同時找不着明確的目標。

回身抬頭仰望，並冷不防那刺目的陽光，我茫然得像個只懂抱著娃娃的孩子，看不清未來的方向。

帶着神奇白寶袋的婆婆

1G　羅安凝　(09-10)

廣源基督教文化週徵文比賽得獎作品　中一級季軍

我有一個與別不同的婆婆。她最特別之處，是她身上常掛有一個「神奇百寶袋」。它，是一個包羅萬有的百寶袋。在袋子裏面，有著千變萬化的東西，如毛巾、水瓶、零食等。她很饞嘴，最愛吃黑朱古力。同時，她也不會忘掉她的好朋友——水瓶。厲害吧！她還是一個既善忘，又慷慨的人，所以為了不會忘記給表妹和我紅包，神奇白寶袋內總會藏着幾個紅封包。哈！我的婆婆就是這麼樣的。

如你問我童年的時候有甚麼特別的話，我可以告訴你，每天為我安排「節目」的人不是我的媽媽，也不是我的爸爸，而是我那位可愛的婆婆。小時候，當爸媽都上班以後，婆婆便會帶我去花園平台做運動。我仍依稀記得婆婆笨拙的樣子總會令我大笑一場。運動後，她便帶我到酒樓吃早點，桌上的食物往往比家裏的還要多，所以總是令我笑盈盈。

我的婆婆很棒，她煮的食物比外面餐廳的還要好吃。她一走進廚房，不稍一會兒，桌子上便擺滿了一碟碟美味的食物。她畫畫也很棒的呢！她畫的每幅畫作都栩栩如生，她畫起畫上來總是很專心。請記住不要煩她，她會很不高興的呀！你要忍耐忍耐一下哦！

婆婆說我們比她幸福。她小時候住的是小木屋；我們住的則是私人樓宇。她小時候吃的是白飯加菜；我們吃的卻是補品。她說她很高興自己的孫女的生活已得到了大大的改善。我心想：我們應該感到知足了。所以，我對婆婆跟我說的話，印象特別深刻，刻骨銘心。因為她，我才明白到我們追求理想生活時，也應時刻懂得知足。

婆婆很愛送東西給我和表妹，當中包括了林林總總的東西，例如：文具、玩具、不同種類的書籍、衣服和鞋子等。每當我們跟她吃飯時，只要看見一袋袋的東西，就知道今天有好東西了。婆婆工作後會把錢儲起來，然後喜歡買禮物送給我們。

婆婆，因為你，我有一個快樂的童年；因為你，我有美味的食物吃；因為你，我懂得知足常樂；因為你，我有數之不盡的文具、玩具。婆婆，我很榮幸可以有一個在我心目中最好，最棒的好婆婆！婆婆，我答應你，我會以妳為榜樣，學做一個為人慷慨，做事專心的人，希望以此來報答妳。

爺爺奶奶笑了

1J 譚頌恩 （09-10）

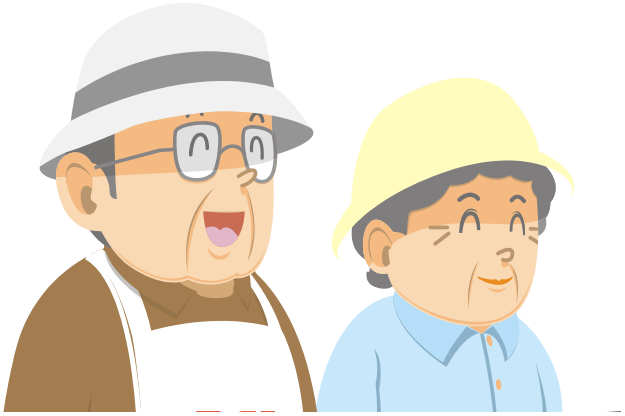
廣源基督教文化週徵文比賽得獎作品　中一級亞軍

奶奶和爺爺的年紀很大了，他們有一個心願，就是帶同他們的子孫回鄉間探望奶奶仍然在世最親的親人——她的五哥。因此，在剛過去的暑假，我們家和叔叔、嬸嬸、堂弟、堂妹們便陪爺爺奶奶到中國湖南與五舅公團聚。

起行前，爸爸提議我和妹妹帶同牧童笛上湖南，準備在那裡吹奏一曲送贈五舅公，他相信當五舅公看到我們的表演時，必定非常欣慰。於是我和妹妹在上湖南之前，天天練習吹奏「奇異恩典二重奏」。

在湖南的第一天，我們在酒店跟爺爺奶奶拜年後，便浩浩蕩蕩地到五舅公家裡拜年。五舅公和他的家人都十分熱情地招待我們，爸媽也樂透了。說著、說著……爸爸突然望向我，給我一個眼神，我一看便猜到爸爸的心意，於是我和妹妹拿出牧童笛吹奏那首樂曲。在吹奏之間，我抬頭一瞥，看見爺爺奶奶笑了，他們的笑容裡帶著欣慰、滿足和自豪。我想他們必比五舅公更開心，因為看見自己的孫兒為了讓五舅公有一個難忘的片段，而有此安排。

雖然這次的演奏只是短短的幾分鐘，但帶給爺爺奶奶的安慰卻是長久的。



一次探訪老人家的經歷

1P　陳沛筠　(09-10)

廣源基督教文化週徵文比賽得獎作品　中一級冠軍

「明天是婆婆的生日，我該送甚麼給她呢？」我自言自語地問。走到一所精品店後，我看見貨架上擺放了一條美麗的小手帕，令我回憶起我第一次探望老人的情況。

那年我參加了學校探訪老人院的活動，在出發前我們各人都準備了一份神秘的禮物，而我的禮物是一條精美的小手帕。到達老人院後，我們便各自各準備。我們首先表演的是笑劇，我們演出得十分成功，逗得公公婆婆們哈哈大笑，樂不透之。

然後，我們幫助打掃老人院，在打掃老人院的同時，公公婆婆們也跟我們分享他們的成長經歷，我們各人都聽得津津有味。

接著，我們把曲奇餅派送給老人家們，我要送的對象是陳婆婆，當陳婆婆收到了我這份小禮品時，開心得不亦樂乎，微開眼笑，我還教了她曲奇的做法呢！我們詳談下來，才知她已八十五歲，子女都移居外國……

不知不覺間已黃昏了，我們和同學依依不捨地離開，公公婆婆也跟我們揮手，剛想離開，我發現還有一件事沒有辦好，我從袋口取出神秘小禮物送給婆婆，並說：「婆婆，下次有機會我會再次探望您！保重！」婆婆聽後說：「謝謝您！」然後我們便離開了。

經過了那次探訪老人的經驗後，她們徹底改變了我的想法，原來她們並不是很難相處的，她們也有善良童真的一面，經過了那次相處後，證明了「家有一老，如有一寶」是對的呢！想到這裏，便忍不住笑了！突然發現有人喊我：「小朋友，這條手帕有甚麼問題嗎？你已經待在這裏好久呢！」我恍然大悟說：「對不起！這條手帕……」我付錢後便繼續回憶了！

我和婆婆有一個約會

2G　崔菀斯　(09-10)

廣源基督教文化週徵文比賽得獎作品 中二級季軍

今天是中秋節，也是我的婆婆生日。在我睡眼惺忪的時候，婆婆突然打電話給我。

「孫女，今天是我的生日，你可否出來陪我散散步？」我答應了。在婆婆家的管理處等候，婆婆從電梯慢慢走出來。她見我還是很睏的樣子，說：「你還是回家睡吧！你很累呢……」我說：「婆婆，我特地出來陪你散步，你不是現在趕我回去睡吧？」婆婆只好微笑著搖頭。

我和婆婆一前一後地走著。婆婆只顧走路，一直沒有說話；我停下來看著她，婆婆好像知道了，也隨著我停下來，然後呆呆地立著。我忍不住問道：「公公、舅父、舅母和小表妹呢？為什麼不叫他們一起出來走？」婆婆木無表情地答：「他們在睡覺。」我知道婆婆心裡的寂寞。

婆婆慢慢走到荷花池的長椅子上坐下來，我也坐到她的身旁。她合著眼睛，臉上流露出落寞的情緒。那時，是清晨五點半，空氣中瀰漫著清冷的寒意。一會，婆婆睜開眼望著我：「你這麼累，還是回去睡覺吧！我自己一個人走走吧！」我還是搖搖頭。

我向她說：「今天是你的生日，我送一份禮物給你。」我牽著婆婆的手起來，沿著城門河走著。婆婆問：「那是什麼禮物？」「你很快便知道了。」我神秘地微笑道。

我們走到沙田公園才停下來。「這兒的燈飾真漂亮！」婆婆看著沙田公園的燈飾讚嘆道。「這份禮物滿意嗎？」我問。婆婆看著我，露出第一個笑容，滿意地點點頭。看完燈飾後，我帶婆婆到沙田圖書館的平台看日出，我看著沐浴在晨曦中的婆婆，忽然心裡一陣酸意。

看完日出後，我帶婆婆到麥當勞吃早餐。我買了五塊薯餅和兩個麵包，並借了剪刀和拿了一枝吸管。我把五塊薯餅疊在一起，把剪好的吸管插在薯餅上。婆婆從洗手間出來後，望著我說：「你不要拿食物玩！你不是小孩子了！」我笑著說：「我不是玩，這是我精心為你準備的『薯餅蛋糕』。」婆婆驚訝地看著我，「來吧！壽星女，許願吧！不過這『蛋糕』不是吹蠟燭，是『拔管』喔！」婆婆給我逗了，露出今天第二個笑容。她把吸管拔下來，說：「孫女，試試你的『手

藝』吧！」我和婆婆一人一口把『蛋糕』吃掉。

然後，我把婆婆送回家，她的背影比之前開心了，我在她的背後小聲說：「生日快樂，我最愛的婆婆！」

第一次探望老人家

2P　徐安恆　(09-10)

廣源基督教文化週徵文比賽得獎作品 中二級季軍

每當我打開相片冊，看到那一次和老人家所拍的照片，我便會想起上個月到老人院探望老人家的情形……

那天早上，我們的旅遊車就停在一間不起眼的老人院門前，我們迅速下車，帶著愉快的心情一起步入老人院。

到了老人院，眼前的景象是一片死寂，沒有半點生氣，所有老人家都沒有表情的看着我們，這時候，我們的興奮心情頓然減低。但是，當想到我們可以把這個死氣沉沉的環境回復生氣時，我們的快樂指數又立刻提升了！

我們很積極地替老人家做事，又講笑話給他們聽，和他們一起看電視，盡量滿足他們的要求，整所老人院都變得很有生氣，充滿著歡笑聲。

我與其中一個老人家談天，她告訴我她的兒女都移民了，只剩下她獨個兒留在香港，而她的兒女兩三年才探望她一次，她生活得不快樂，每天都只能等待她的兒女前來探望。她跟我說：「雖然過去我不太快樂，但今天我很高興，因為你們來帶給我歡樂。」聽到他這樣說，我也很高興、滿足，亦希望我們真的能為這群老人家帶來歡樂和希望。

我們要離開了！

當我帶着依依不捨的心情離開時，也不忘回頭看那些老人家最後一眼。看着他們，我對他們突然多了一份親切感……啊！差點忘了跟他們來張合照呢！

我和祖父有個約會

2J　方祈謙　(09-10)

廣源基督教文化週徵文比賽得獎作品 中二級亞軍

半年前，我收到一個令我感到很驚訝的消息，就是祖父中風。

很快地，我們一家便趕到醫院探望他。我回憶起小時祖父帶我到海邊放風箏，滿面都是笑容的祖父，現在卻是一個面容憔悴，四肢不能動彈的老人家。過了一會兒，我聽到父母在討論祖父康復如何處理，媽媽建議聘請傭人，爸爸則建議傭人到達前暫住在安老院。我想祖父對暫住安老院感到很不滿，於是我便連忙對祖父作出承諾：「我會每天放學後到安老院探望您，令您不會感到孤獨寂寞。」

於是，我便開始了我對祖父的定期約會。每天放學後，我都會買一些祖父愛吃的食物，有時候，我會帶一些我年幼時的相片給他看。而祖父會跟我談天，還會告訴我一些他對安老院不滿的看法。每次祖父看到我的時候，都會是露出燦爛的笑容。所以，雖然每天放學後我都會感到很疲倦，但為了讓祖父感到高興，我必要遵守承諾。

現在，祖父已回到家中。我很雀躍，一方面，祖父已康復；另一方面，我已經結束了這段奔波疲勞的日子。在這段日子中，我學會了與人溝通的技巧，也學會了忍耐和尊重。

婆婆，謝謝你

2J　黎詠瑤　(09-10)

廣源基督教文化週徵文比賽得獎作品 中二級冠軍

瞬眼間，天空烏雲密佈，大雨嘩啦嘩啦地從天而降。幸好今天早上出門上學時媽媽再三叮囑我要帶上雨傘，要不然，我現在可成為「落湯雞」了。

在放學回家的路上，必定會經過一條很窄、很難走的小斜徑。現在正下大雨，使小徑變得更濕滑難走，連我也差點被路面滑倒呢！就如往常一樣，我老是低著頭、看著鞋尖走路，正因如此，這壞習慣令我經常一頭栽到牆壁中。「澎！」的一聲，使我回過神來，我竟然把老婆婆撞倒在地！

「對不起，對不起，老婆婆是我不好，你有沒有哪兒摔傷了？」我充滿歉意地問婆婆，心想她必定會斥罵我，豈知她卻滿面笑容地坐在地上，還感歎說：「坐在地上真舒服！」「老婆婆真對不起…你很累嗎？現在下大雨，不要坐在地上，這樣會感冒的！」「呵呵，小妹妹不要緊，我老當益壯呢！該是時候把小車推回五金行了，再見！」婆婆隨即把載滿紙皮的小車子拉過來，緩慢地推上小徑。

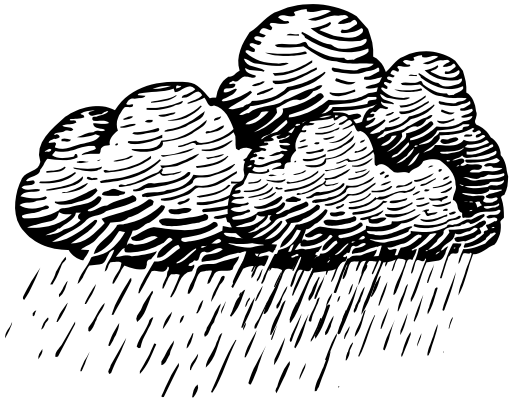
看著婆婆如此辛苦，又不顧衣服被雨水弄得全濕，我實在有點於心不忍，於是衝上前撐起我的傘子為她擋雨。她看到我這個舉動，

笑得眼睛也瞇起來了，但接著把我的傘子推開，說：「我這老傢伙，感冒了不要緊，可是妹妹啊，你還要上學讀書，生病了怎麼辦呢？現在社會狀況不好，你一定要用功讀書啊，別像我一樣要靠撿紙皮維生。我老了，家裡還得養大三個兒女，搞不好哪一天我不幸去世，全家也得討飯過日子了……」

看見婆婆那麼勞累，我一把搶過婆婆的小車，替她推上斜路，並把雨傘遞給婆婆。「小妹妹不要這樣……」「不！婆婆，你已經很辛苦了。你知道嗎，就是因為我年輕，才要更加幫助你！即使我要上學讀書，也不及你的工作重要！沒有了你，你的子女除了痛心外，生活便更困難。你是一家的支柱，當然不能生病啊！」說畢，婆婆把我摟在懷中。她熱淚盈眶，說不出話來。

於是，我替婆婆推著小車，婆婆在一旁撐著雨傘。我們有說有笑，又談天說地、傾訴心事。小車已被我推上小路了，那也意味著我們要分開了。臨走前，婆婆給我送上祝福，然後我們便道別了。看著婆婆瘦小的身影，卻要承擔繁重的工作，真替她難過。

現在我有機會學習，改善將來生活，如果因為懶惰而放棄機會，我真的很愚蠢！自從這次經歷後，我比以前花更多時間學習。謝謝你，婆婆，你使現在的我改變，使我的將來改變，使我的人生改變！



長者是活寶貝

3L　麥鎮傑　(09-10)

廣源基督教文化週徵文比賽得獎作品 中三級季軍

今天清理舊東西的時候，不知從哪裡飄來一張照片，像是不滿我把它「殺死」。一時好奇的我把它拿起來一看，才知道自己差點兒把一生中做得最有意義的事的唯一證明毀滅。

那時的我是幼童軍。正所謂「日行一善」，由老師們所舉辦的，探訪老人院活動是我們那時最怕的事。對我來說，探訪長者最需要的是耐性和知識：耐性是必需的，若沒有耐性，不能忍受雙方的差別，便是失敗了。比如他們說話的節奏，雖然很緩慢，但也要盡力去聽，若聽不清楚，便要有禮貌地請他們再說一遍，嘗試去理解他們。而知識不是指在學校所學到的，而是指在長者年輕時代的歌星、歌……他們那時不像我們現在有多樣化的娛樂，粵曲真的是他們僅僅的樂趣，因此我們必須讓他們有一種志同道合，像伯樂或知己的感覺，才會使他們快樂，達到我們期望的效果。

那時我們只是小學生，根本不知道如何取悅那群長者，只好集體上台高歌一曲，草草了事。唱完後送出之前由自己製造的禮物，而我沒記錯的話應該是巧克力和鉛筆。之後是與長者進行單對單的談話，幸好我的中文水平也不俗，對粵曲也略懂一二，勉強也算是有了話題，不致冷場。但同學們便糟糕了，他們連甚麼是粵曲都不知，只好東拉西扯，胡說一番，也逗得長者哈哈大笑。當我們離開時，同學們都有點依依不捨，與剛剛來時的態度已有了微妙的變化。到底是我們改變了長者，還是長者改變了我們呢？

要關心長者，不要以為這是一件無聊的苦差，這是心思上的轉變，可使你變得更善解人意，更有耐性，更明白長者是活寶，不要以麻煩作藉口，將心比已，你也不想老了後孤苦伶仃吧！

我和外公有個約會

3P　黎恩欣　(09-10)

廣源基督教文化週徵文比賽得獎作品 中三級亞軍

與長者相處，不單只是一種經驗，更是一種學習。為甚麼稱之為學習呢？當你與他們談天時，他們會滔滔不絕地與你分享舊日的往事、人生道理等，所以我們不但能更了解長者們，更能從中學到一些比書本上更重要的知識。或許對於很多青少年來說，與長者相處十分沉悶、無聊，但對我來說，和長者談天簡直是一種無窮的樂趣！

一般人都認為長者是十分老土、沒有新意的。如果你是這樣想的話就大錯特錯了！我的外公不是一個「老悶蛋」，他喜歡跟別人開玩笑，常常作弄人。他的廚藝十分了得，教我們每次都吃得津津有味。除了廚藝了得，外公的運動表現很不錯，他每天都會到公園打太極。

記得在暑假裏的某一天，我心裏忽然想約外公用早茶。於是，我五點起床，因為我答應了外公六時正到公園等候他。原來，他見我整個暑假都甚少做運動，便打算教我耍太極。起初，我不太習慣，亂發脾氣。外公跟我說：「孫女，打太極時心境要平靜，不要太急躁，你認用一種心平氣和的心情去享受吧！」因外公的話，我漸漸習慣耍太極的節奏，還打得不錯，外公也讚我有天份。

接著，外公帶我到一間舊式小茶樓品茶。那裏是自助形式經營的，四周都掛滿了雀籠。外公告訴我這間小茶樓已有百多年歷史，最重要的是，這裏點心的味道一流，材料豐富，價錢合宜。雖然我不是很喜歡吃點心，但我看見外公滿足的樣子，也感到十分高興。

大家不要以為長者是十分沉悶的。其實，他們心境還是十分年輕，以及充滿活力的。希望大家能拋開世俗想法，多花時間和長者相處，即使你心裏有多煩惱，跟他們談天後，煩惱自然消除！

探望長者有感

3J　李向亮　(09-10)

廣源基督教文化週徵文比賽得獎作品 中三級冠軍

年輕人一直都認為自己年青力壯，覺得老年人行動慢、反應慢，又難照顧，思想又封建守舊，總之一個字——「煩」！我對他們的印象並不至於這麼差，因我至少有一個仁慈的爺爺、嫲嫲和公公、婆婆。但是，有時候看見一些長者自以為「老」，就得到眾人的尊重，蠻不講理不守規矩。但為免發生衝突，又看在他們是長者的份上，就罷了。

我們經常看電視節目，關於探訪一些獨居長者或是一些長期居住於老人院的長者。大部分人剛開始會心感憐憫，但日子久了你可能會忘了，或節目看得多了，心也麻木了。或許你一直還為他們感到傷心，但你曾否嘗試幫助他們，或想過去幫助他們？

今年的暑假特別長，如果我不是要外出學二胡，就是呆在家裡做白日夢。日子久了，身體也漸漸懶起來。有一天，電話響起來，是二胡老師致電到來，他問我到不到老人院給公公婆婆們演奏，起初我有點抗拒，但不好意思拒絕，就答應了。

那天，太陽曬得過份，天氣極之炎熱，好不辛苦。終於到了安老院的門前，心裡卻感到有些不對勁，但還是硬著頭皮地推門進去。進去後，看不見我的老師和其他演奏者，又再一次硬著頭皮去問那裡的工作人員，原來他們已經在裡面準備好演奏。開始演奏時，我並不太投入，但長者們都紛紛走到我們面前，面上露出滿意的笑容。演奏到中段，發現多數歌曲我都不懂演奏，只好依照著曲譜拉奏。後來，我看見一位行動不便的老婆婆，正對著我的老師微笑，而老師也以一個誠懇的微笑回應。

事隔沒多久，我便開學了。一天我放學時，看見一位手握拐杖的老婆婆，剛好想走進商場。看見她緩慢的身體，又知道她是沒可能推開那道門，我便立刻幫她推開門，叫她慢慢來。然後，她問我是否放學了，我微微點點頭，然後跟她道別。我不知道為什麼，心裡有一份暖意，令我整天都懷著愉快的心情。

我們不能否認，老人們行動慢、反應慢，但我們也不能否認他們也曾經年青力壯，充滿抱負。只是歲月令他們蒼桑、年老。年老，是

無法避免的。但在我們年輕時，則有很多機會去學習。我明年就會考二胡八級，相信很多人也有自己擅長的方面。但是，你除了希望自己的履歷表比較好看，可曾想過用哪些方法來幫助別人呢？有時候，利用自己擅長的那方面來幫助別人，總會得到特別的得著。或許你沒有特別的長處，但只要一個微笑、一個點頭，就能給他們帶來一份溫暖，為社會帶來一份愛心、一份和諧。

中文學會校慶標語創作比賽（2009-10）

中一級

冠軍　1F 柯蕙心

培基育我 喜樂頌歌賀五載
基督帥領 師生邁步迎未來

亞軍　1J 蔡欣桐

培基創校五周年 實踐基督傳真理
至誠仁愛育英才 感恩奮進創明天

季軍　1G 黃諾

培育幼苗達五載
基督精神育英才

中二級

冠軍　2P 陳曉琦

培育幼苗共五載 春風化雨育英才
老師關懷情永在 同心協力創未來

亞軍　2L 練欣瑜

培基建校滿五載 師生情誼永不改
溫馨校園充滿愛 上下同心創未來

季軍　2G 連浩培

培基一家達五載 歡欣快樂永常在
仁愛謙卑從不改 師生分享主的愛

中三級

冠軍　3J 朱庭希

培基瞬間已五載 春風化雨育英才
多元學習添姿采 循循善誘顯關愛
師生情誼深如海 獎項譽滿海內外
桃李滿門遍四海 培育精英創未來

亞軍　3J 杜展程

培基轉瞬已五載 多元學習添姿采
積極耕耘顯關愛 孕育英才創未來

季軍　3J 鄭芷淇

培基五週年 跨步再踏前
攜手創明天 師生齊互勉

中四級

冠軍　4G 蕭哲晞

六十盈虧 歷風雨成才
五載同步 渡辛勤學海

亞軍　4G 陳柱亨

培育基督精兵 感恩保守帶領
見證每日同征 培基五年校慶

季軍　4F 陳銘鏇

培育樹苗歷五載
基督慈愛永同在

中五級

冠軍　5J 周雪瀅

校園片段逐格映 細訴校內五年情
師生同心賀校慶 齊為成果作見證

亞軍　5J 周諾勤

主恩滿載樹人才
師生同心相親愛
穩固根基每日栽
對人以誠用禮待

季軍　5L 容曉晴

培基邁向五週年
你我一起步向前

中六級

冠軍　6J 賴沛心

培基創校邁五載 春風化雨育英才
師生情濃互關愛 同心齊意譜未來

亞軍　6J 陳力堅

培基校慶普天迎 傾盡心思育精英
不分彼此繫溫情 昨日小兒今已成

季軍　6J 詹卓欣

培基慶賀五週年　師生敬勤互勵勉
作育英才不間斷　攜手共創新紀元

季軍　6F 方得希

培育社會建棟樑
基督真理齊宣揚
五年耕耘來共享
載滿笑聲喜洋洋

相片標題創作比賽 得獎作品 (2009-10)

盯

1P　　郭倩凝
攝影：何頌冕老師

雙依為命

4P　　郭嘉豐
攝影：4J 張晉賢

物以類聚

3J　　朱庭希

攝影：何頌冕老師

力量

2J　　鄭希諾

攝影：4P 吳智聰

飛濺的童年

4P　　吳宛霖

攝影：4P 衛俊輝

不知死活

4G　　張倬滔

攝影：4P 張顥文

燈塔上的夕陽

2F　　林炯翀
攝影：何頌冕老師

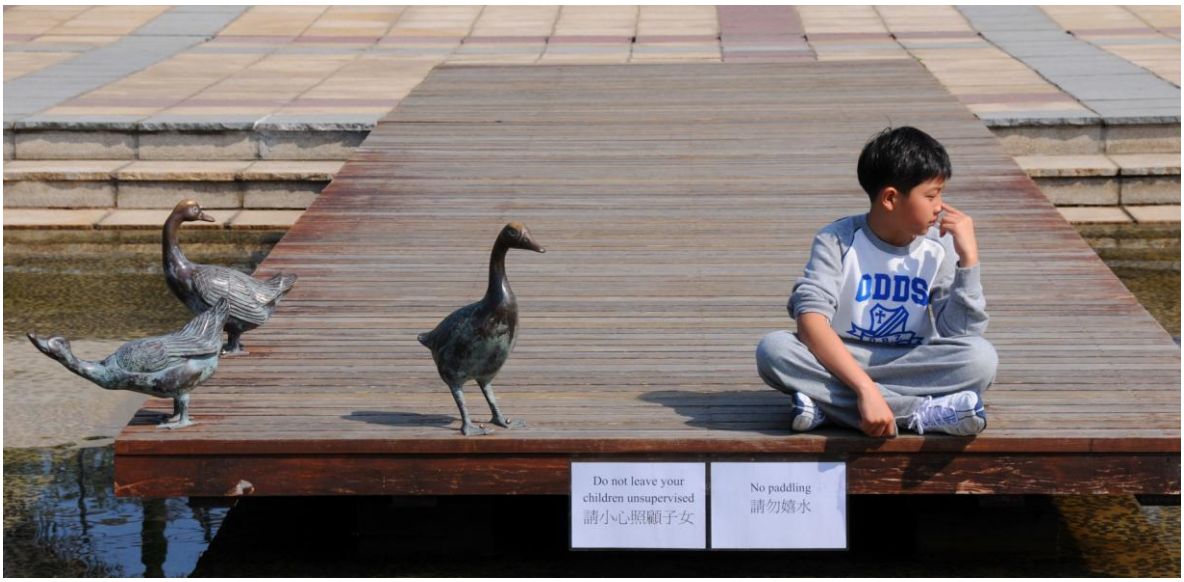
層層疊

楊小惠老師
攝影：何頌冕老師

清純與混濁

4L　陳諾禧

攝影：4P 衛俊輝



真的假不了 假的真不了

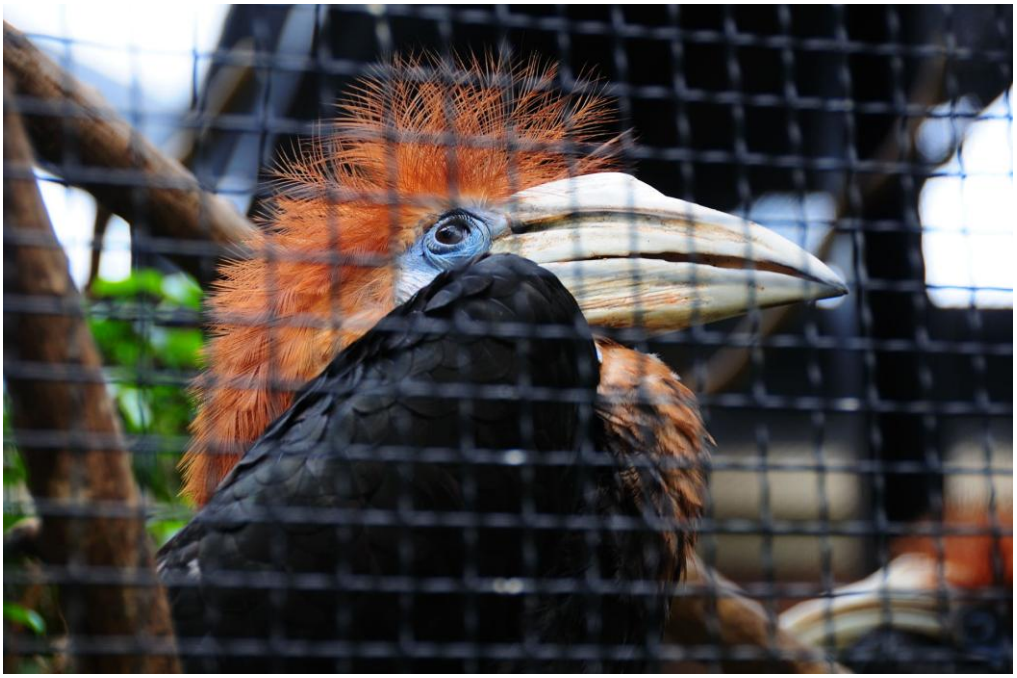
4G　黃庭燊

攝影：何頌冕老師

藝術無疆界

朱蕊玲老師

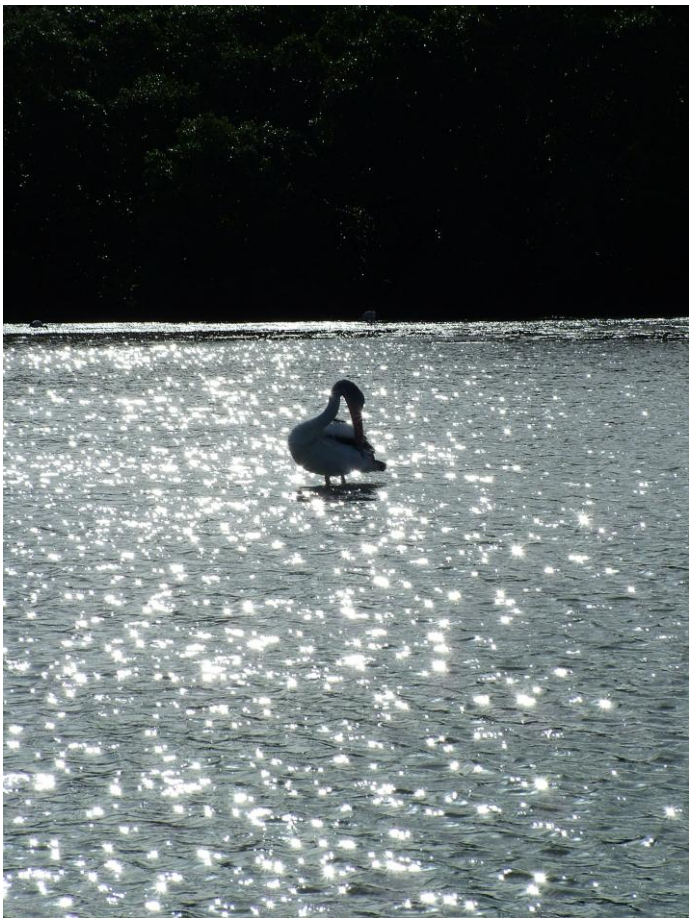
攝影：鄧佩鳳老師



帶我走

3P　　張梓朗

攝影：何頌冕老師

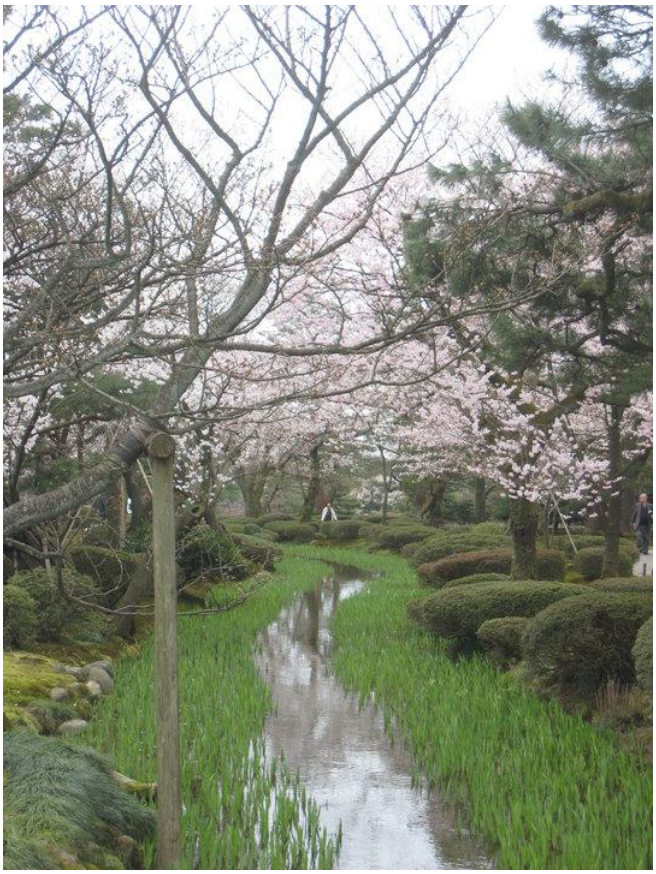


唯「鵝」獨尊

2J　　周仲
攝影：4P 衛俊輝

擴張

4P　　吳宛霖
攝影：何頌冕老師



眾裏尋他

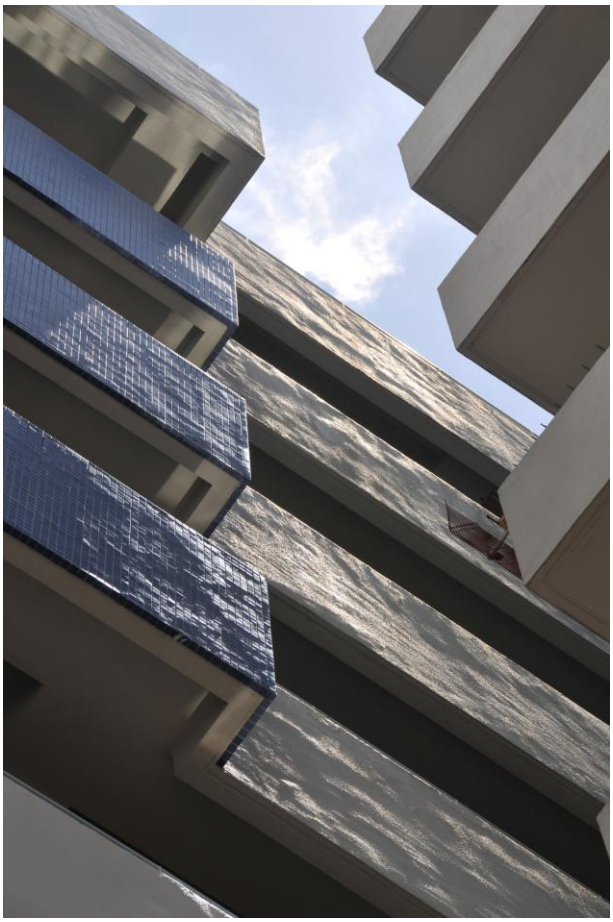
4G　　黃庭燊

攝影：何頌冕老師

櫻・城

4P　　吳宛霖

攝影：何頌冕老師



仰望

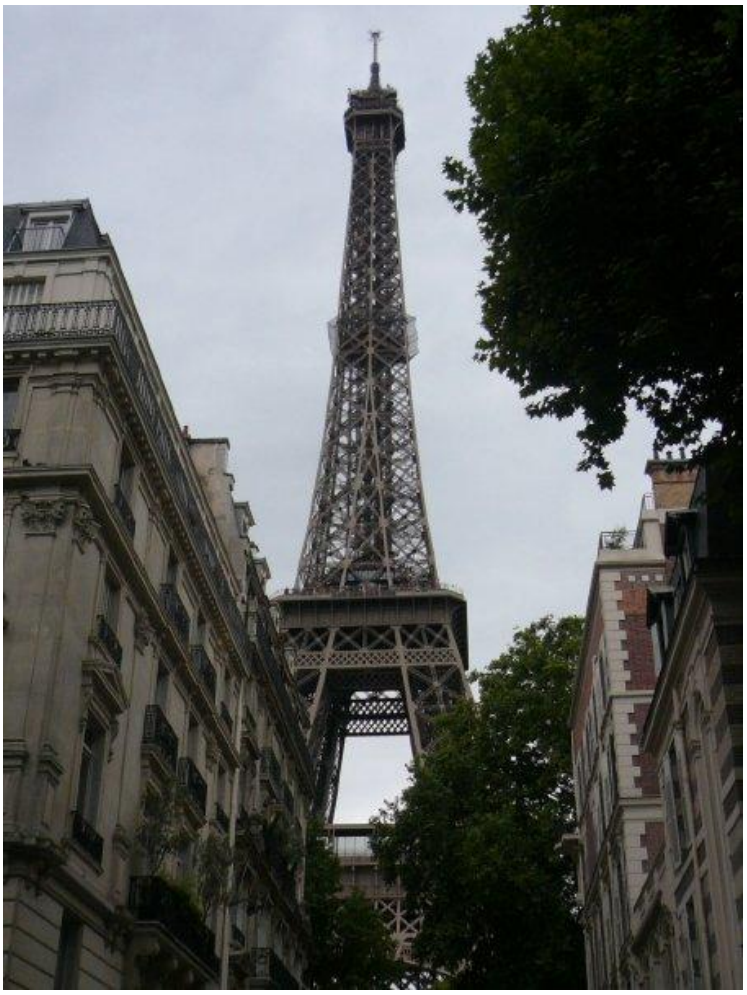
4P　　吳宛霖

攝影：何頌冕老師

我可以找神嗎？

4P　　李智韜

攝影：何頌冕老師



寂寞的塔

2J　　伍光程

攝影：鄧佩鳳老師

凝望

楊小惠老師

攝影：4P 吳智聰

學校早會的時候

1L　許蔚瑩　(09-10)

「叮噹叮噹……」早上的上課鈴聲剛響完了，這時候同學和老師都已經整齊地站在操場上集隊，等待早會的開始。

「各位同學，早安！」老師在台上用那洪亮的聲線對我們敬禮，而我們又厲聲地回應。每天，我們就以一個精神的敬禮來開始新一天的課程，面對新的挑戰。

每天的早會都會有不同的老師演講，他們常以自己的生活例子、成長過程和失敗的經歷去教導我們更多的人生道理，讓我們有更多的方法去面對新的困難和挑戰。每當有老師演講，同學們都會保持安靜，耐心地聆聽，就連蚊子飛過的聲音也能聽見，我想這可能是「培基」的傳統吧！

我覺得每天的早會就像是一堂寶貴的課。

學校早會的時候

1L　鍾恩信　(09-10)

在學校早會的時候，我通常會從課室跑下去。

每當到達籃球場，就會看見紅通通的籃球場上，已經站滿了一個個同學，好像準備閱兵的小士兵。他們有的在談話，有的在嘻嘻哈哈地說笑，有的卻百無聊賴，孤孤單單地站著。

不過，當老師開始說話時，大家就會頓時靜起來，球場變得鴉雀無聲，幾乎連蚊子在身邊飛過，我也聽得見。

有時，老師會稱讚我們：「今天沒有人遲到」、「十分安靜」，有時老師會說：「今天早會最先來到的一班是中一 ……」，有時老師會罵我們「為什麼今天這麼多人遲到？」不過，大部分時間他們都會稱讚我們。

在籃球場上非常炎熱，所以老師會不斷說：「不要用手搧涼……」，就像樹上在叫的蟬兒，不斷地埋怨。

每次早會都有不同的老師分享，講一些令我們獲益良多的故事，激勵我們。

每天的早會都千變萬化，各適其式，使我有非常深刻的印象。

環保校園

1F　何頌恩　(10-11)

某天，你回到校園的時候，發現四周鳥語花香，空氣也比外面清新多了。雖然這暫時只是一個幻想，不過，只要完成以下提出的「環保校園三步曲」，幻想可成真。

「環保校園三步曲」，顧名思義，就是從三方面努力，以達到環保校園這個目標。

第一步是減少廢物。我们每天都製造了不少垃圾，例如只用了一面的紙張、大量的廚餘、舊校服和書本等。有些同學可能覺得浪費一、兩張紙並不太重要，但你想想，每班三十人，每人浪費一張已有三十張，全校三十班，合共就已經浪費了九百張紙！所以我們應該用盡每一張紙，減少廢物。還有廚餘、舊校服和舊書本也是需要注意的。在廚餘方面，學校供應商可以根據學生的食量而調節飯盒的份量；在舊校服和舊課本方面，同學們可以把那些有用的物資轉贈給同學或捐給一些慈善機構。

第二步是節約能源，校園內有許多電器，例如電燈和冷氣機等都可以用得環保。學校可以使用慳電膽，而同學則要緊記離開課室前關燈；學校也應鼓勵同學盡量以風扇代替冷氣機。

第三步是綠化校園，是「環保校園三步曲」中十分重要的一環。多種植物有助改善空氣質素，學校可以多舉辦一些環保活動，如舉行班際比賽，鼓勵同學植樹。每班負責種植一棵樹，到學期完結時再看看那班的樹生長得最好。

「環保校園三步曲」都說完了，我相信你們只要跟著做，不久以後一定可以完成環保校園這個目標！大家一定要記著「環保校園三步曲：減少廢物一定要，節約能源不能少，綠化校園最緊要！」

參觀博物館有感

1G　黃朗懷　(09-10)

我在暑假裏到過兩間博物館，它們是香港歷史博物館和三棟屋博物館。

我先參觀香港歷史博物館的專題展覽廳。博物館的專題展覽廳每隔一段時間（通常幾個月）就會有一些新的有趣的展覽，這次就藉馬王堆漢墓出土的文物來介紹漢代貴族的生活。

博物館陳列的展品多不勝數。包括出土的棺木，飲食用的器皿和餐具，古時女性用的裝飾品，精美的工藝品等等。而我最喜歡的是陳列出來的棺木和那些飲食餐具、器皿。因為我對古人的飲食和他們死後安葬的方式特別有興趣。

這次參觀令我感受到考古學家的偉大。因為假如沒有他們的工作，我們就不會看到這次展覽，更不可能看到這些墓中出土的文物，亦會令我們對過去的很多事物一無所知，所以我認為考古學家非常偉大。

至於三棟屋博物館，它介紹了很多古代香港農民的起居生活，他們耕種的艱苦經過等等的知識。

我最喜歡的是介紹農民耕種經過那方面的知識。因為那兒不但陳列了古代農民的農耕工具，更介紹了農民不辭勞苦地耕種的方法。

這次參觀令我認識到現在我們是多麼的幸福。因為農夫們努力耕種的片段令我瞭解到食物是得來不易的。而在貧窮國家中，不少人都要忍受飢餓所帶來的折磨，甚至最後要餓死，但我們每天都可以豐衣足食的生活。所以我覺得現在的我非常幸福。

這次博物館之旅令我增廣見聞，亦令我更瞭解古人的生活。我希望我以後可以吸收更多不同類型的知識。

環保校園

1G　李嘉穎　(10-11)

全球暖化的問題成為全球的危機。人類為了自己的方便，不斷增加廢物，不斷使用能源，令地球所有珍貴的資源慢慢耗盡。各國政府不斷推行防止全球暖化的大型計劃，而我們的校園也一同響應，要實行綠化校園的計劃。

首先，我們可以將可作循環再造的垃圾分類，例如：廢紙、膠樽和鋁罐，放在不同顏色的回收箱。藍色的回收箱是回收廢紙，黃色的回收箱是回收鋁罐，而啡色的回收箱是回收膠樽。除了這三個回收箱，學校可以增設電池回收箱，將沒有用的電池放進回收箱內。其次，午飯時我們應自備餐具，避免使用即棄餐具，並要按照自己的食量點食物，這樣就能夠避免產生多餘的廚餘。再者，每一個學年完結時，總會剩下舊書本和不合身的校服，我們可將校服和書本捐贈給有需要的同學。

我們可以在課室安裝自動感應系統，如果在五分鐘內感應沒有人在課室裏，它便會自動將課室裏所有的電器關上。我們也可以利用再生能源，例如太陽能和風力發電是供應其中一部份的電力，減少學校的電費，以及節省能源。

此外，我們可在各樓層的通道、課室和通識園內種植不同的植物，除了可以綠化校園外，還可以美化環境。我們在設計壁報版時，亦可以利用環保物料作裝飾，例如報紙和膠袋等。

每位同學都可以成為「環保大使」。由現在開始，大家就為我們的校園出一點力量吧！

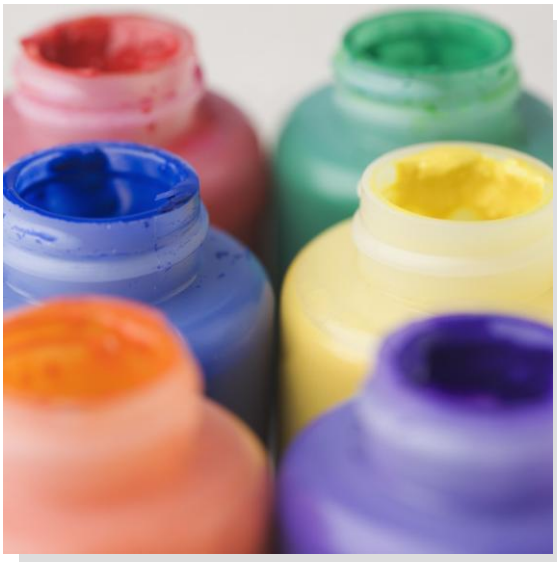
什麼顏色？

1G　許書華　(10-11)

什麼藍
清澈平靜的湖水藍
什麼綠
充滿生機的幼苗綠
什麼黃
皎潔明亮的月亮黃
什麼紅
炎炎夏日的太陽紅
什麼白
寒冷冬天的雪花白
什麼黑
廣闊無邊的宇宙黑

1G　陳詩穎　(10-11)

什麼綠
是廣大草原的綠
什麼黃
是皎潔月亮的黃
什麼黑
是神秘宇宙的黑
什麼紅
是熱情太陽的紅



祈願

2J　黎詠瑤　(09-10)

「快點許個願吧，蠟燭快要熱溶到生日蛋糕去了！」

「行了行了，我的生日願望是希望世界減少饑荒。」

「哎喲，你何時變得那麼偉大？」一陣歡笑聲隨後傳過來。

可是我不是在開玩笑，我是真的有這個宏願。而故事便要從數天前說起……

像往常一樣，悠閒的星期天給人的感覺總是懶洋洋的。我打著呵欠走出大廳，把電視開上。雖然電視節目不太吸引，但是懶惰的我，寧願躺在沙發上看電視也不情願溫習。電視一幕又一幕地替換著，突然，螢幕上的小片段吸引了我的目光。「只要每天七元，就能協助中國的山區、以及非洲的貧困居民重獲正常的生活！」片段中的女生旁述說。只見一個又一個瘦得不能再瘦的小孩子，臉上黏著污垢，蒼蠅圍繞著纖弱的身軀不斷盤旋，露出孤立無助的眼神，令人心痛非常。「只要每天七元，」女生重複地說，「便可以幫助他們！」瞬間，片段下方顯示了一個電話號碼。我關上了電視，拿起了我的手提電話，經媽媽同意後把一筆捐款贈送給片段中的機構。

說真的，片段中的小孩子們勾起了我小學時的回憶。還記得小三時，一位一向跟我十分要好的同學因負擔不起學費而被迫返回中國內地。我那時甚麼都不懂，忘記了告訴父母同學需要一點金錢來支撐她的生活。最後，那位朋友因籌不到足夠的金錢而退學了。直到現在，我還是十分內疚，要是加上我家的捐款，說不定她能繼續唸書呢！

看到那段短片，我回想起那位好朋友，我知道這是個好機會讓我補償！希望世界減少饑荒、希望每個人也豐衣足食，這便是我的生日願望。

上學途中

2J　曹甦彥　(10-11)

我揹著書包上學，從宿舍大閘起步，經過那人跡罕見的行人路，經過那一排排生銹的鐵欄，鐵銹味隨著空氣撲鼻而來，像針一樣刺進我的心肝脾肺;鐵欄的油漆有些早已不知去向,露出了泥黃色的銹鐵。

步入那灰黑色的單車徑，單車徑乾燥，缺水的「肌膚」不規則地爆裂著，在那狹窄的裂縫裏，野草橫生，為單車徑添加了不少生氣，卻又顯得少許蒼涼。

離開了單車徑，來到那窄長的馬路旁，一棵棵樹彎著身子，像釣魚人、像簷蓬、像母親恩慈的手，「撫摸」著久經蹂躪的道路。

過了馬路，找到了寂寞的公車站，登上了公共汽車，在一片隆隆的引擎聲中，離開了這片寂靜之地。

在公共汽車上看到的，卻是另一番景象，沿路人頭湧湧，車水馬龍，陽光照在汽車身上，金光燦爛；汽車，都成了「金車」了。

公車轉進十字路,馬鞍山中心銀灰色的牆身與新港城咖啡色的牆壁顯得格格不入，就如夫妻對錯鴛鴦譜一樣。

市中心，就是這般繁華的景象……人群中有嬉戲的、趕著上班的、追公車的……多麼熱鬧呀！不像往公車站的路，清寂淒涼。

我上學的路就是這樣，有熱鬧繁華，也有清寂孤單，就像每個人的人生一樣。路總是有盡頭的，但是我們在途中也有不少收穫，像我在學校得到的一樣。

公車離開馬鞍山，穿越高速公路，我終於到達學校了。回家時，我一定要好好再看一遍沿途的景致。

該死的蜜蜂

2J　曹甦彥　(10-11)

今天，一隻蜜蜂闖進了我們的教室，牠並不可怕，也不可愛，可是牠是該死的！

那隻該死的蜜蜂今天闖進了教室後，不知是否有意冒犯，牠渾身一跳，降落到我好友的頭上，發出具挑逗性的嗡嗡聲，早已驚動了同學們，擾亂了秩序；牠被發現了，還顯得更加得意，在我好友耳朵上跳起「舞」來，把我的好友嚇得魂飛魄散，面色如土。

當大家正急著，我們的「師奶強人」楊老師大搖大擺地走向那隻該死的蜜蜂，手執一張紙，向那該死的蜜蜂展開攻勢！什麼？打不中嗎？那該死的臭蟲怎麼還不死呀？牠原本就是該死的！

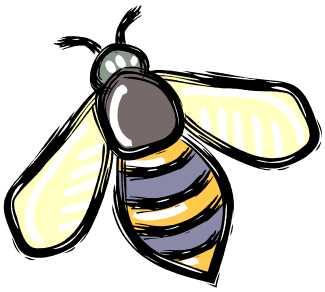
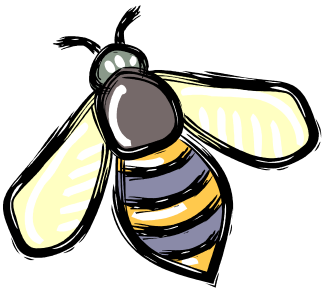
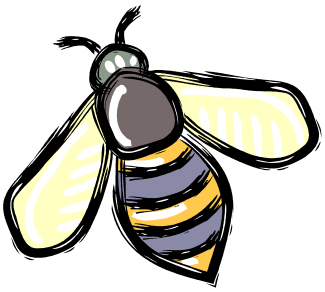
蜜蜂是沒死，但卻趕忙飛走了，事情也總算告一段落了。

怎料未幾，那該死的蜜蜂又再來犯，在我好友的頭上再次跳起「舞」來，這次班裏發生騷動了，女生在走避，男生在大笑，我那可憐的好友更是驚慌，待蜜蜂一起飛，立刻用手掩住頭。

楊老師再次出動，把蜜蜂趕跑了．．．

對，蜜蜂是走了，但是我們的功課卻多了，一篇記述「蜜蜂入侵」的作文家課重重地壓在我的肩頭上，猶如大石。

這隻蜜蜂冒犯了我的朋友，還害我要多做一份家課。你說，牠該不該死？

小蜜蜂來觀課

2J　黃子欣　(10-11)

今天上中文課時，當我們正投入瞭解步移法的時侯，突然聽到一把尖叫聲。噢！原來「親愛」的小蜜蜂來了「觀課」。牠不斷在張同學的頭上飛來飛去，似乎對他的頭髮很有興趣呢！很多同學也遠離了他。這時候，我們的救星──楊老師出動了。她用了一張紙，不費吹灰之力就把牠趕走了。

過了一會兒，蜜蜂又回來了！牠再次在張同學的頭頂上盤旋。楊老師又再次出動了！這次很多同學也借出武器，有中文書、工作紙……甚至連乒乓球拍也有呢！但楊老師又只用了一張白紙，就輕鬆地把牠趕走了。一隻小小的蜜蜂就驚動了全班，有的同學趕忙躲避，有些同學在「觀看」楊老師驅趕蜜蜂，還有些同學趁機做功課、看書……

不一會兒，蜜蜂就被我們嚇走了。我們就立刻把窗關上，還鼓掌說：「楊老師萬歲！」

親愛的小蜜蜂，請你不要再來觀課了！

帶著微笑出發

2H　林瀚恩　(09-10)

我帶著微笑，向世界出發。我決定到世界各地，了解各地的風土民情。

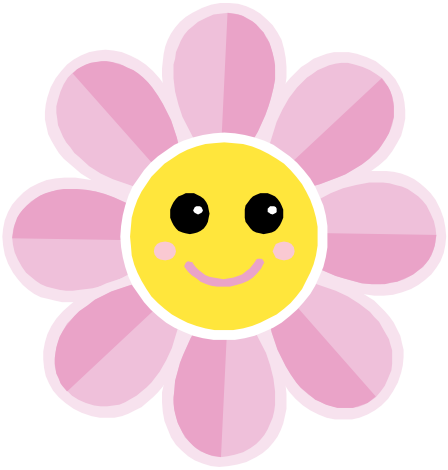
第一站：四川。這兒剛經歷了「四川大地震」，我原想人民會過得很苦，終日愁眉苦臉，但我看到的卻是一張張帶著微笑的臉，令我對這趟「微笑旅程」更有信心！

第二站：美國。經歷了金融大海嘯的美國，各人都帶著一張憂心的臉，沒有了微笑，整個國家，整個城市，只有一遍死寂。

第三站：一個落後的地區，落後得連地方名字也不清楚。那裡的人民雖然過得很苦，卻沒有絲毫埋怨。看見了我，不僅熱情地招待，還拿出他們一家人能吃整整一個月的飯菜來招待。

原來，微笑的確能令人懂得大方、大量、接受，並活得更好！常言道：「愁眉苦臉是一天，興高采烈又是一天，為什麼不選擇興高采烈地過日子呢？」我想，這家人定是已明白這個道理，才能活得這麼精彩，這麼燦爛。

一個微笑，能令一個人呼吸得更輕鬆，能令一個人活得更快樂，何樂而不為呢？



玩具奇兵

2F　林可澄　(09-10)

傳說，在所有人都睡著的時侯，玩具、模型以至擺設都會活起來，直到天明的來臨。陽光出現在地平線上的一刻，所有物件都會停止活動。你相信嗎？我的主人可能會相信，因為他常常跟我談話。你好！我叫傑仔，是一隻鴨毛公仔。今晚，我計劃和死黨來一場冒險，進入禁地——主人房。

夜幕低垂，我們按照計劃，在晚上十一時開始行動。「媽媽，我和阿森去玩耍。」媽媽還沒回答，我已跳下玩具架，弟弟緊跟在後。不夠五分鐘，獅子、史迪仔和高飛狗已在模型船裏等候我們。我們檢查了昨晚準備的東西後，就向我們這趟冒險的目的地出發。

「聽說在房門外會有機械人看守，門把附近更有飛機呢！」高飛狗說。「我上次去的時侯，有一隻幽靈貓坐在門前，嚇得我都不敢走過去。」

「史迪仔， 世上怎會有幽靈貓呢？不過今天，我們就去那裏看清楚吧!」我說。

「傑仔都說沒看過幽靈貓了，大驚小怪。」

「安靜點！獅子，我在開門呀!」 在一聲輕微的開門聲後，我被人推進去，他們緊跟在後。我一進去就感到這裏詭異莫名，好像有玩具不停地盯著我們。突然，後面好像有甚麼把我們壓倒在地上。 「救命呀！」 我忍著痛抬頭一看，發現弟弟被一隻貓頭鷹雕像用腳爪抓住。

我很生氣，但又無能為力。於是，我叫了在書櫃上的「高達」，請來軍曹小隊，獅子一家。請他們一定要救回弟弟。

我們又再一次進入主人房。但這次一行三十多人，不再遊玩，而是有一個重大的任務。大戰一觸即發，我們由主人房被逼退至廚房，再絕地反擊，把他們打進廁所。正當戰事進入白熱化階段，地板忽然動起來，就如地震一樣。

「有人呀，有人呀！」 大家一哄四散，就在大家全部靜止不動時，軍曹已經找到弟弟，我先發制人，在陽光出現的一剎那返回玩具架，貓頭鷹只能站在門前，我主人一腳踢倒牠，以後牠的腳就再也抓不到東西了。

看過劉翔退出比賽後，我的心情久久不能平伏

3 J　伍倚心　(09-10)

二零零八年的中國奧運會，是萬眾期待的。但令人興奮的背後，卻有一個畫面令人的心情難以平伏。

我坐在運動場的觀眾席上，默默地期待劉翔的出現；我聽到旁人的對話，感受到全場的氣氛都是興奮、雀躍的，有些人更預備了道具為劉翔打氣，運動場中充滿歡樂、期待的談笑聲。過了一會，場內掀起了一片歡呼聲和吶喊聲迎接主角劉翔的來臨，頓時，全場的焦點集中於劉翔身上， 對於海外的運動員來說，未免有些不快和無奈吧！好景不常，突然傳出劉翔退出比賽的消息，我呆住了，一會兒，我才於茫茫人海中看見劉翔的身影，全場頓時鴉雀無聲，以空洞的目光目送他一拐一拐的背影，他卻報以一個痛苦的表情來。不少觀眾的心情沉重，一邊嘆息、一邊走向出口。

待我回過神來，已是五時多了，雖然比賽早已結束，但我仍坐在看台上。在回酒店的路上，我的腳步特別沉重，甚至連飯也只吃了一口，便倒在床上。閉上眼時卻浮現出劉翔的背影，令我很悲傷；這時的毛毛細雨，仿佛在為劉翔而流淚呢！天色漸暗，行人和車輛減少了，街燈的光也微弱了，平常的熱鬧場景隨着巨星的殞落，變得無影無蹤，像個死城。

我的思緒從窗外轉移至比賽的場地上。二零零八年，還是多等四年，劉翔才有機會一雪前恥呢！可嘆的是，在奧運會以前所努力的全都白費了; 在有主場之利、在中國民眾的歡呼聲下無法比賽；在最佳狀態下未能再下一城……全因傷患而退出比賽，對於劉翔、民眾和世界來說，都只能感到婉惜，誰叫劉翔的腳不聽話啊？

再看着那忽暗忽亮的街燈，雖然有時昏暗有時明亮，但它卻好像在掙扎地努力發出光來；就像一些運動員，在他們的運動生涯中，會有高處，也有低谷，全因他們像蝸牛般，即使從牆上滑到地上，也不顧一切，努力向上爬；我相信，劉翔也可以做到。這刻我的心情也從低處升到高處，久久不能平伏。

火警

3G　高興民　(09-10)

今天是學校假期，我不用上課。我呆呆地躺在自己的床上，聆聽着最新下載回來的音樂，還是感到十分無聊，襲來一股怒氣，我埋怨着老天為甚麼不給我點刺激的事情。突然，一陣濃烈的氣味傳入我的房間。「甚麼事呢？」我想著。

「叮……叮……」火警鐘突然響起，正當我準備離開消防局時，上司以不夠人手的關係要我加班。「真是頭頭碰着黑」我埋怨著。我快速衝入更衣室，換上沉重的消防服，然後跟其他人坐上消防車，往火警現場去。

我走出房間，順著氣味的地方望去，因見廚房燒了起來，順帶連逃生用的大門也因為雜物燃燒的關係而封閉起來。我被眼前的景象嚇了一跳，衝到電話旁，致電消防局希望得到援助。但對方說十分鐘後才能到。「這麼久啊！」我慌張地想著。

坐了接近十分鐘的車程，我隊終於到達火災現場。火勢十分猛烈，一棟十五層的大廈，火場面積已達了七層。我和其他拍檔立刻拉動水喉，向火場噴水。同時，我清點居民人數，發現少了一人，向街坊詢問時，只知是一位住在十樓的一名小男孩。「真是十分糟糕呢！」我邊想邊衝進仍是火光熊熊的火場。

熱熱的氣流在整個房間不斷流動，由於氧氣愈來愈少，我感到自己的呼吸變得困難，火勢也逐漸接近。「刺激過頭吧，老天爺！」剛剛還埋怨老天的我大叫起來。過了十分鐘，我逐漸虛脫，絕望地面對將死的事實。突然，「呯」的一聲，大門被踢了開去，一個人影大聲地問：「有人在嗎？」。我以全身最後的力量氣大叫：「在這裏……」說罷，我昏了過去。

沉重的裝備阻礙著我的步伐，一步步地爬上長長的樓梯到達十樓。只見一大堆火炎包圍著前面的房間。「是這裏吧！」，我一腳把已經燒得七七八八大門踢開，然後大聲問：「有人在嗎？」。我見沒有人回應，正準備離開時，只聽一把微弱的混著火燒的聲音傳了出來：「來這裏……」我立刻把雜物推開，卻見到一個小孩昏了過去。我把他放在肩頭上，快速離開現場，把那名小孩交給到場的救護員。這時，大樓發出震耳欲聾爆炸的聲音。

這事告一段落，我坐在白色的床上，看著最新的新聞報道。根據報道，警方認為是因為沒有關好火爐引發火警。「看來下次要小心點呢！」我想著。

一件小事

4P　吳宛霖　(09-10)

前陣子一個小學同學致電給我，語調輕快地問我：「有沒有興趣回小學看看？」老老實實的，本來想開口提議「我們兩個去逛街不更好」之際，我想起了一件值得我去看看的事。當下「好啊」一聲就這樣脫口而出，以往的同儕突然沒了聲，稍稍沉默之後有點驚訝地反問了一句：「難得你這麼爽快……」之後就掛斷了。

透過即時通訊工具確認了具體的等待時間和地點，我準時在當天出現在約定的地點，但對方還是遲到了十分鐘。無視她彎腰低頭的連番道歉，我拉著她邁開了步，想趕在太陽曬在頭頂之前到達那裡。一瞬的作用力令她踉蹌了兩步，她連忙調整步伐，抬頭讓我看她的一臉不滿，張嘴就大叫：「你到底怎麼啦！」我儘管不想作麻煩的解釋，回憶還是無可遏止地在腦中播放了起來。放棄無謂的堅持，我無可奈何地慢慢地道出這一件往事……

那一天的酷熱和亮了一整夜的螢光燈互相較量，最令人費解的卻是幾個五年級小學生竟然還能在這種逼人的溫度中跑跑跳跳。我們是幸福的一代，所以身後理所當然地跟著幾個滿頭大汗只想盡快回家享受冷氣的主婦。大人有大人悠閒地談笑，孩子有孩子愉快地嬉戲，就在這條我目前拉著朋友逆向前進、當時大家回家共同走的一段路。

行人路的一邊是馬路，在路面上飛馳的那種危險東西並不是小孩能接觸的，不過當時同伴中的一人手指指著那方向，就像發現新大陸般興奮地大叫：「看哪！看哪！」他的叫聲除了打斷了母親們的八卦，更吸引了一眾好奇心旺盛的小學生朝同一個方向望去，我當然也不例外。只見一個影子飛快地衝出了馬路旁的草叢，再跌跌撞撞地滾進了路另一邊那條總是乾沽的水坑中，過程中只有一名父親拉著兒子走避不及踩了那黑影一腳。不用幾秒，我們幾個就已經在圍觀那隻有頭有尾，長四雙腳的傢伙。見多識廣的母親從我背後探出頭來，觀察著那泥灰色的生物，瞪著眼睛下了定論：「是蜥蜴呢……」微揚的音調好像惹起了蜥蜴的反應，側卧在水泥坑邊的它晃動了尖長的尾巴幾下，奮力的想要爬起來。

奄奄一息的蜥蜴抖動帶條紋的身體同時，我身旁的一個女孩猛然跳起來逃開了，她眼裡閃著驚恐的淚水，神情和見到鬼簡直沒兩樣，就這樣撲進了自己母親的懷裡。男生們卻依然嬉皮笑臉，語氣討厭地揶揄著：「怕你就別看哩！」嘻嘻哈哈的笑聲此起彼落，剛剛那個「幸運」踩到蜥蜴的父親神色凝重地站在自家大笑中的兒子後面。他皺起的眉頭，還有托眼鏡的姿勢都令我想起身穿白袍的醫生。「是被車撞倒了吧……」他就這裡擰著眉頭，平靜地說：「是沒救了呢……」如同電影中宣布死亡的情節一般，我回頭再察看那可憐的小生物，牠果然就沒動了，明明剛才還在垂死掙扎。最後，自願走的孩子都走了，不情願走的就被父母硬拉走，母親一句「別浪費時間啦！」就拉起我回家去了。

「這事我為啥不知道哪？」身後的人氣喘呼呼地問完，再加快了腳步追上我。「你回家要乘車，不是都走另一邊嘛。」沿著記憶中小時候上學的路線一直走，目的地就在眼前。「就是那裡對吧？」比我高出半個頭的女生那張急不及待的面孔就在我頭頂左上方躍動著，剎那牽扯身體傾倒的力量，這回反過來是我狼狽地被地拉著走了。

還記得第二天我再去看那想當然已經死了的蜥蜴，它早就在艷陽底下變成那種寶藥黨口中很滋補的「蜥蜴乾」。不過即使是小五生的我也知道絕對不會有人去吃它的，不曾出血的軀體上聚滿了黑壓壓的螞蟻，現在的我很佩服當時自己竟然沒有把早午餐吐個清光。母親很快就拖著我走了，沒記錯那時我腦子只在想一個問題：「常識課怎麼沒教過這條食物鏈？」

提起弱肉強食這種自然法則，大部分人理所當然都會想起王者——獅子，可是假如要真實面對血腥的獵食，相信任誰也會一溜煙逃去無蹤。相比起來，還是這種寧靜的分解來得更容易接受。因此無知的小女孩就這樣每天蹲在水坑旁觀察，從有血有肉到只剩下森森白骨，從夏天到冬天，從小五到小六。就由我拿到小學畢業證書的一刻起，我對那塊側卧的現代化石的無謂觀察亦隨之中斷。

「呃……怎麼沒有哪？」先前仍掛著天真笑容的友人沿水坑來回跑了兩遍，在遍尋不獲之下終於瞇起雙眼瞪我，在水坑的另一頭高喊問話。我站在中間點偏左的地方，回望她那因失望萬分而向下倒彎的嘴角，啟唇吐出一句話。明顯因為距離的關係所以聽不到想要的回答，對方猶豫了一下就跨開腳步緩緩向我小跑過來。把視線從在陽光映射下呈奔跑姿態的影子挪開，我重新注視自己鞋尖前那塊灰白班班的區域。

「已經沒了。」自己能清楚聽到的私語。記憶中那酷似迷你恐龍化石的白骨在現實中已經不復存在，風化也好，侵蝕也好，有形的實體已經在時間的流逝中消失殆盡，殘留在名為回憶的博物館中。撫心自問，假如沒有身旁舊友的那通電話，我敢說自己一輩子也不會回憶起這童年的小事，任由這些小事埋葬在腦海的深處，漸漸腐朽，然後淡忘。課後的捉迷藏，書本上的塗鴉，隨風飄散的歡笑聲……一件又一件的小事重新從嚴密的抽屜中逃出，整齊地排好隊，如同往昔操場上的早會一樣，默不作聲，卻有著最純真可愛的笑顏。是我一時忘記了嘛？在長久以來灰暗冗長的日常中刻意地忽略這種光明溫暖的存在，隨便任由一分一秒褪去它們的光芒，奪走它們的熱度，直到最後只遺下冰冷空虛的軀殼。愈是長大，就愈是被錯誤的觀念束縛，以為孩子氣的回憶只會成為成長的障礙。恐怕停滯不前，變得幼稚的我們於是不停放棄一路上收集的寶物，直到只得行屍走肉地生活，匆匆回頭一看，才發現身後那一條被遺棄的閃閃發光的道路。

成長是必需的，我們的確不能只留戀過往的美好，而讓美麗的風景淪為絆腳石，但是在昂頭邁步的同時，也不要忘記回頭看看，讓那種振奮人心的感動再一次進化成鼓勵自己不要放棄，努力前進的動力。

「別發呆了，我們可是和老師約好了時間的啊！」舊友摟住了我的肩柔聲地催促，只見她獨有的咧嘴笑在陽光的照耀下閃爍著，光芒直直射進我的心，令我打消了臨陣逃脫的念頭。我擺出自己招牌的微笑回敬她，挽起她跟孩兒時一樣溫熱的手掌，與她一同向久違的校門走去。

一個令我留下深刻印象的長輩

5 J 李向晴（09-10）

魚兒在水裏游，在翠綠的水草之間穿梭，在卵石旁邊休息。水泡充滿了水面，被一雙眼睛定定地凝視著。

每逢大時大節，中國人總習慣一大戶人家聚在一起吃飯，不管是在家中，或在酒樓，都十分熱鬧。每次出發去外婆家，媽媽總是把事情弄得像是很嚴重似的。其實我一向不喜歡到外婆家，外婆跟舅舅們每次不是打麻將，便是在激動地討論電視劇情。簡單而言，我媽的家人全都是純正的「嘈吵一族」，耳朵絕對沒有機會清靜下來。另一個令我想要逃避到外婆家的原因才是重點——我有一個比媽媽更爛脾氣的姨母。

姨母完全是一個典型的姨母。當我一踏進外婆家，這位姨母便跟姨丈粗聲粗氣地說話。她對著當時仍不懂事的表妹和我，更是毫無寬容可言。這位「黑面神」才是我最大的陰霾，因此我從來未能趟開心扉跟她說過一句話，更遑論輕鬆地吃一頓團年飯。

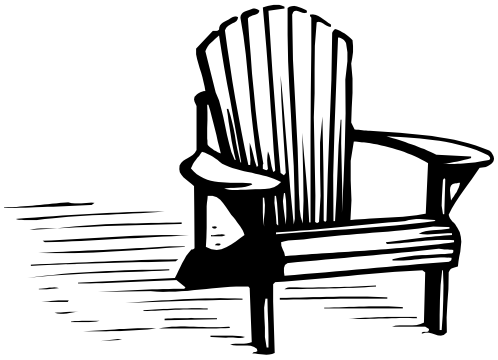
姨母其實是位資深的中國歷史科老師，沒有兒女，和姨丈兩小口簡單地生活了三十多年，下廚更是不存在於她的世界裏。我能想像她的學生有多怕她，我也了解管理員迴避她的眼神的真正原因，我知道她是一個多麼孤單的人。

或許是因為那長期蹦緊的臉、兇狠的眼神，加上她不願低頭的性格，造就了姨母「生人勿近」的宿命。但試問，姨母活了五十多年，江山易改，本性真的能移嗎？於是我亦只能對水火不容的姨母和媽媽的罵戰，視而不見，聽而不聞。

姨母十分奇怪，她從不下廚，卻非常執著到哪裏吃飯。一星期裏，她便特意由美孚到大埔吃二十多塊錢的魚蛋麵六次……從媽媽口中得知這消息，我實在無言以對。媽媽一直認為無兒無女才是奠定姨母性格的關鍵，或許姨母會因為有了兒女而被馴服，或許她會因此學懂下廚，或許她的人生不會如此單調，不會對爭拗如此執著……

小時候，我曾被遺下獨自面對絕不平易近人的姨母。媽媽忙於工作，不得不把我交由姨母照顧。姨母很有義氣，知道媽媽需要幫助，立即答應。在姨母悶蛋的家裏，我對著一大堆古舊木製傢俬呆了一整天。姨母不懂下廚，只好耐心地問我這壞小孩想吃甚麼。午覺醒來，我到處找姨母，發現她正坐在陽台，伏在桌上，呆望魚缸。我從來未遇過如此平靜的姨母，「黑面」不再，臉容鬆下來了，呆著的眼睛十分柔和。

魚兒在魚缸裏游來游去，有的在水草之間躺臥，像是凝視著姨母，水泡咕嚕咕嚕升上水面，世界是多麼寧靜。本性難改的姨母終於棄械，露出原來的模樣，此時此刻，永遠是我心中的姨母。



風雨中的沙田

5L　王莉虹　(09-10)

在考試結束前一天，我獨自到沙田中央圖書館溫習。那天天色陰沉，太陽都被天上密佈的烏雲遮蓋了。當我正想回家，踏出圖書館門時，天空正開始下著微微細雨。

沒有雨傘的我只好站在門前一邊等待停雨，一邊觀看雨中的每一個細節。本來在外頭的人群很快便四散到可以避雨的地方。有些人狼狽地迅速跑進商場，有些人與朋友一起擠在同一把雨傘下，小孩則愉快地在雨中嬉戲，有人無視雨勢在雨中慢慢步行，也有人像我一樣，站在圖書館和大會堂門前避雨。

不久，雨下得愈來愈大，而且還刮起一陣陣狂風，樹木被咆哮中的狂風嚇得左閃右避，而我的心情亦隨著天氣的轉變而變得煩躁，真後悔我沒有在剛剛雨還小時便跑回家，不然我現在已經安然抵回家中。

在這滂沱大雨下，我站了一會兒便感到寂寞和無助，雖然還有幾小時才到晚上，可是天空已被染得漆黑一片，狂風驟雨使附近的景色變得愈來愈模糊。一陣陣冷風向我撲面而來，雨水大得濺濕了我的衣服，這景況令我覺得自己更淒涼，於是我決定回到圖書館裏。此時，我看見一對母子渾身濕透地走進來，那個年輕的母親立刻拿出一條手帕，弄乾兒子被雨水沾濕的身體。小男孩看見媽媽的身體被空調吹得震抖，也連忙用他的小手弄掉媽媽臉上的水珠，他的媽媽微微一笑，然後便拉著他的手進入兒童圖書室。這溫馨的場面令我想起從前媽媽帶我到圖書館的景況，然而，我已經很久沒有和媽媽同來這裏了。

這時，我從佈滿水點的玻璃門前隱約看見外頭有一個熟識的身影，是媽媽！我立刻走到她的身邊。儘管雨傘不能完全遮擋我倆的身軀，但我心裡仍感覺到媽媽帶給我的溫暖。

風雨中的沙田還真漂亮。

中學生是否應該積極參與課外活動？

2J　周仲　(09-10)

課外活動的種類繁多，任何類型都包羅萬有。那麼中學生應積極參與課外活動嗎？中學生當然應該積極參與課外活動。課外活動的好處更是多不勝數。

首先，課外活動能夠培養個人興趣，發掘個人的潛能，發揮自己的長處。田徑運動員蘇樺偉就是透過課外活動，在教練的培訓之下，屢獲殊榮。課外活動發掘了他跑步的天分，經過一番努力，終於在兩千年傷殘人士奧運會勇奪三金一銅的佳績，為港人爭光，還被選為國家隊隊員。

其次，課外活動又能夠令身心舒暢，強身健體。不同類型的課外活動能有不同的好處，運動如打羽毛球、足球等，能增強抵抗力，強身健體。靜態的活動，如棋藝等，就能令身心舒暢，而且可以減壓。很多研究顯示，廣泛參與課外活動的學生普片有較高的自我價值觀，有較高的學業成績和成就。這顯示了個人發展和課外活動的參與有正面的關係。

最後，課外活動能夠讓我們學習與人相處、合作和發展社交能力，透過活動，我們可以結交新朋友，擴闊社交圈子，從中培養合群、溝通和表達能力。由此可見，課外活動的好處真是非常之多啊！

課外活動既能發掘潛能和發揮，又能令身心舒暢和強身健體，還能擴闊社交圈子和結識朋友。課外活動有這麼多好處，中學生不應該積極參與嗎？

中學生是否應該積極參與課外活動？

2J　黃樂宜　(09-10)

在上課學習以外，大家還會在空閒時間參與課外活動嗎？人們常道：「讀萬卷書不如行萬里路」，你對這句話又有什麼看法呢？我認為中學生參與課外活動有益身心，能夠培養興趣，令中學生從緊迫的學校生活中舒緩精神壓力。

參與課外活動真的有那麼多好處嗎？

首先，參與課外活動能提供一個消遣和發洩精力的機會。根據《本港中小學學生飲食、課餘活動及補習習慣研究報告》，學生參加課外活動的原因大多是因為興趣和為了消磨時間。由此可見，中學生大部分都認同課外活動能消遣。除此之外，還能豐富學生的課餘生活，促進彼此的友誼。

其次，參與課外活動能補充課堂以外的知識。以前，我參加過女童軍，團長每星期都會訓練我們遵守紀律，還會帶領我們去考童軍獎章，令我學到很多求生技能，得到課堂以外的知識。有些人會認為參與課外活動會影響學業，我認為這是大錯特錯。只要我們能適當地運用時間，又怎會出現這種現象呢？

最後，參與課外活動對將來有莫大的幫助。我有一位老師，她是教古箏和鋼琴的。她跟我說她小時候就已參加了很多課外活動，到長大後，她決定將她在課外活動中所學的技能作為自己的工作。這說明參與課外活動能提高將來就業的機會，多一個出路。

由此可見，參與課外活動真的是獲益良多。通過活動，學生的德、智、體、群、美都能夠得以發展，從而提高他對社會和身邊的人的認識，培養良好的品格，成為社會的棟樑。

中學生是否應該積極參與課外活動？

2J　黎詠瑤　(09-10)

說起課外活動，學生們的表情大概分成兩類：第一類是面露神采，嘴巴笑得彎彎的，十分開心；另一類是一副煩厭的表情，嘴巴嘟了起來，十分不滿意。

到底，課外活動是好還是壞？我們又應否積極參與？

課外活動對知識和身心的發展好處十分多。光是上課看書是不夠的，知識強硬地汲取在腦中，根本沒法子好好地運用和實踐出來。參與課外活動，除了能選擇自己喜歡的類型外，還能發揮潛能，把上課中沒有表現出來的長處加予訓練，鞏固能力。若是選有關學科的課外活動，便能加強對該學科的興趣和知識，使學生們喜於學習，也勤於學習。若選擇學科以外的課外活動，能使孩童在多元智能上更具發展，除了學科外亦擁有一技之長，令學生得能充分、全面的發揮。

課外活動對個人能力和人際關係好處十分多。有家長擔心，課外活動會影響學生的學業和休息時間，使學生疲勞不堪。其實，只要適當安排課外活動，這些憂慮便可不用顧慮。透過課外活動，學生能利用時間表把自己的時間分配好，從而令學生的自律和自習能力提高。在課外活動中，學生還能擴闊社交圈子，結識不同朋友，在討論話題中增強學習興趣。在擁有一技之長下，孩子們可因此而建立目標和提高自信心，說不定他們長大從事的行業正是在課外活動發掘出來的呢！

我的爸爸便是一個好例子。爸爸從小便對設計的建築方面很有興趣。他積極地參與有關室內設計的課外活動，知識累積，長大後便到了外國實習，最後更成為了室內設計師。

事實證明，學生應積極參與課外活動。課外活動有益身心，積極參與定能對身心發展有一定幫助。只要適當地安排有興趣的課外活動，並配合恰當的時間，我認為積極參與課外活動是一件好事。

中學生是否應該積極參與課外活動？

2J　曹甦彥　(09-10)

中學生應該積極參與課外活動？是應該的，但又不應該。那就視乎在你眼中，「積極」的定義，和視乎你懂不懂「中庸之道」。

大部分家長大都持有一個觀念：「多參加課外活動有助子女的身心發展」，此話不錯，積極地參加課外活動，的確能擴闊中學生的視野。中學生參加不同的課外活動，接觸的領域多了，自然也能增廣見聞，為腦袋「添墨」。

中學生青春滿溢，正值結交良朋、發掘潛能的大好時機。接觸不同的同輩，自然也就能「近朱者赤」，見多識廣，找到有著相同興趣的「同志」，好好交流一下。接觸不同的領域，除了可以大開眼界外，當然也為各位中學生提供選擇，提供多元出路，也能讓他們好好發掘自己的潛能，再加以發展，成就自己未來的專業領域。

我相信在此時此刻，各位中學生的家長們聽完我那番話後，一定十分熱衷於為子女報名參加課外活動，我在此勸大家先停下來，三思而後行。

雖然積極參加課外活動是好事，但是「過量」參加課外活動卻是天大的錯誤，為了各位中學生的前途著想，家長們，請三思！

踏入了中學階段，學生要修讀的學科相對上增加了，功課也順理成章地大幅增加，如果逼迫他們參加大量課外活動的話，不是為他們「添墨」，是為他們加壓啊！再說結交朋友，擴大社交圈子大一點，萬一中學生誤交損友的話，那麼我先前說的「近朱者赤」，豈不成了「近墨者黑」了？

再說參加課外活動，能幫助中學生發掘潛能，但你有沒有想到，讓中學生接觸太多的領域和資訊，只會令他們眼冒金星，不知如何是好呢？如果家長這樣做，就像把一個小孩童放進菜市場買菜一樣，令中學生不知所措。

曾經某校有一位中二學生，因為功課繁多，學業沉重，媽媽還強迫她參加好幾項課外活動的關係，在房間裡上吊自盡了。由以上的悲劇可見，不關心中學生的壓力和情況而強迫中學生參加課外活動，只會逼得中學生走上窮途末路。

總括而言，中學生積極參加課外活動大體是好事，但要視乎學業帶來的壓力來作調整，學業和課外活動的之間沒有平衡的話，帶來的後果可以十分嚴重。積極參加課外活動的同時，要懂得中庸之道。

中學生是否應該積極參與課外活動？

2J　陳樂謙　(09-10)

在這個生活豐足的世代中，疼愛子女的家長們時常為子女報名參加各項課外活動，希望他們多學一些技能，將來可以出人頭地。可是，根據網上的一些討論，有些中學生不希望參加課外活動，因為他們認為課外活動不但沒有太大作用，更阻礙了他們玩電腦遊戲的時間，倒不如自己出外跟同學到處遊玩，促進友誼。

我認為入中學生應該積極參與課外活動，因為課外活動不但益處多多，更能在課堂以外，給予學生機會，展現自己。

首先，課外活動能擴大社交圈子，從中培養待人接物，和人相處的社交能力。第二，課外活動能夠培養團結精神，例如參加一些野外訓練活動，朋友之間便不會因少許的磨擦而產生誤會。第三，課外活動幫助學生陶冶性情，訓練同學遵守紀律，例如童軍。第四，如參加一些學校的時事新聞學會課外活動能作為一個補充課堂，擴闊視野。

而最重要的，就是培養個人興趣，發揮自己的長處，發掘潛能，並從中得到一個消閒以及發洩精力的機會。

要知道，我們學習的壓力很大，參加課外活動，能幫助我們舒緩學習壓力，有益身心。我有一位朋友，他一直都認為自己無優點，非常自卑。可是有一年，我和他都經挑選進入了學校的足球隊，他才發現自己有這樣的一技之能呢！我又有另一位在名校唸書的朋友，他每天要吸收的知識又多又難，壓力很大，但他自從每星期參加籃球隊訓練後，每次見他也笑容滿面了。最近，有一位中文大學女學生因不堪讀書功課而自殺，如果她在課餘時間參加了課外活動，可能便不用付上她寶貴的生命了。要是我們不處理好壓力，那麼後果便可能很嚴重了。

所以我非常認同中學生應積極參與課外活動。可是，我們也應抱著持之以恆的態度，千萬不要「三分鐘熱度」，否則便會浪費之前參加活動的寶貴。

中學生是否應該積極參與課外活動？

2F　何卿華　（09-10）

有很多學校都「鼓勵學生多參與課外活動」，其實中學生本來就應該積極參與課外活動。很多家長無論學校是否鼓勵都會用盡所能，幫自己的兒女報讀大量的課外活動，充實兒女的生活，照顧他們的全人發展。

課外活動可以令學生增長知識，擴闊視野，令學生有機會學習到一些在課本以外的知識。同時，也可以鞏固知識，對自己已有的知識有更深入的了解，並從課外活動中發現自己的錯誤，糾正自己。

課外活動令學生有均衡的發展，不同類型的課外活動可以照顧到學生在五育：德、智、體、群、美等多方面的發展。有時候也發掘到學生的潛能，令他們進一步了解自己。

課外活動還可以陶冶性情，有益身心。上課和考試已為學生們帶來了不少壓力。課外活動為他們減壓，放鬆心情，並培養興趣。

此外，多參與課外活動可以令學生結識更多的朋友，令自己有更好的人緣，找到一些志同道合的朋友。

有很多家長認為參加課外活動等於間接浪費時間，令學生沒有時間溫習，導致考試成績退步。但是其實家長們可以反過來想想，課外活動令學生們有更多機會去學習課外的知識，有時候也讓學生們在當中找到錯處，糾正自己。另一方面，只有讀書的生活會令他們積存了很大的壓力，多參與課外活動可以令他們放鬆心情，減低壓力，為他們帶來的正面影響。

曾參加課外活動的學生，大多都比較開朗，不易為錯誤、失敗而氣餒。他們的生活十分充實，常識也比較豐富，有較均衡的發展，人緣也比其他人好。所以，中學生應積極參與課外活動。

「職業無分貴賤」，你同意嗎？

3J　李詩寧　(09-10)

全球的職業多不勝數，在香港已經有超過一百種的職業。近年，失業率大增，尋找一份心儀的工作成為難題。在百多種職業裏，人們總是看不起一些工資較低的職業，不願幹那些職業。常言道:「職業無分貴賤。」很多人都被社會的階級觀所影響而不同意這句話，但我卻十分同意。

我認為職無分貴賤，因為每一個職業同樣重要，就算是一些微不足道的職業都與我們的生活息息相關。如果有人問你醫生和清道夫哪一個比較重要，你一定會毫不猶疑地回答:「醫生。」但你有沒有想過清道夫的重要性呢? 清道夫每天為我們掃走地上的樹葉、熄滅的香煙、食物渣滓……沒有清道夫，我們天走過的街道都會變得骯髒。對生病的人來說，醫生十分重要;但對沒有生病的人來說，清道夫可能比醫生更重要呢!當我們在商場購物時，有很多倉務員為我們運送商品到商店;當我們在睡覺時，有很多保安員為我們維持治安。由此可見，很多人眼中比較「賤」的職業其實與「貴」的職業是同樣重要的，缺一不可。

至於個人成就感，這是很主觀的。美國一個就業網站舉行了「最好職業排名」的選舉。結果，分析投資機會的精算師，高踞最好職業的榜首;其次是軟件工程師，電腦系統分析員。這些工作的工作環境和報酬都非常理想，也許這就是一般人眼中的個人成就感。但在香港《讀者文摘》舉行的「最被信任職業」選舉中，這些職業都沒有被提名，名列前茅的反而是老師、社工等，一些工作時間較長和工資不高的職業。對於一些喜歡被信任的人來說，這是一種個人成就感。對於一些學歷較低的倉務員，可以成功把貨物送到正確地點，這也是一種個人成就感。所以在云云職業當中，各人也可以取得成就感，沒有「貴」與「賤」之分。

總括而言，不論對社會貢獻和個人成就感方面，職業都無分貴賤。俗語有云:「人生最重要的不是所站的位置，而是所朝着的方向。」

網上交友的好與壞

3J 梁思行 (09-10)

大家有沒有上網這個習慣呢?在這科技發達的社會，電腦已是每家每戶必備的家庭用品，而上網更是我們每天一回家便做的“指定動作”。最近更流行網上交友這個新穎的交友方式，但網上交友的好處和風險，你又知道多少呢？

首先，網上交友可以令我們認識到來自世界各地的朋友。我們只需安坐家中，按動滑鼠，便可以輕易地和世界各地的人談天說地，而在這個談天說地的過程中，我們更可以從中瞭解到別國的風情。所以，試問網上交友這一種方式既然又不用乘坐飛機，又不用翻看書本便可以瞭解別國的風情，則何樂而不為呢？上星期，當我在流覽社交網站「面書」的時候，便認識了一位來自印尼的朋友。在交談的過程當中，我不但對印尼加深了認識，更在不知不覺間提升了我的英文寫作水準呢！

和別人聊天無疑是一件開心的事，但我們當然也會有悲傷或失落的時候。在我們失落的時候，我們的朋友沒可能永遠在我們身邊和我們分擔或聽我們傾訴，在網上交友，我們則可以每天二十四小時，隨時隨地找別人傾訴。此外，心中的秘密可能不可以和朋友傾訴，但網上交友，你便可以抒發自己壓抑了很久的心事，不用擔心秘密會一傳十，十傳百。

很多人都從網上找到了可傾訴的對象，但也就是因為在網上找到了可傾訴的對象而漸漸地忽略了在現實世界中的朋友，他們也逐漸成為社會俗稱的「宅男」和「宅女」。那些「宅男」「宅女」每天只沉醉在網路世界當中，除了上洗手間，他們基本上是不會遠離自己的電腦。你可能會問，整天在上網，不是可以更加清楚世界所發生的大事嗎？答案卻是「否」。因為「宅男」「宅女」根本不會瀏覽那些新聞資訊網站，他們只會到那些社交網站找一些志同道合的好友討論電玩的攻略。

除此之外，他們會逃避現實，更加不願意和別人接觸。久而久之，他們更容易患上一些精神病，例如：抑鬱症或自閉症。在外國，曾經有一位青年因過分沉迷於電腦世界，終日把自己困在房間裡。有一天，他的家人到他的房間找他時，發現他已經昏迷了。

由此可見，網上交友的壞處和所導致的後果是很多和很嚴重的，但是只要我們能適當和適量地運用電腦的話，它便可以成為我們學習上的良伴。

減壓的方法

4J　藍浚傑　(09-10)

經過一天奔波忙碌的生活，回到家裡總是想放鬆一下。拋開那些做不完的工作和看不完的書本，正想讓自己進入「無壓」的狀態時，怎料在客廳裡的媽媽喊道：「你怎麼不幫忙做家務？可以有點貢獻嗎？」再往廚房裡看，爸爸又叫道：「你的測驗為何考得這麼差？」這些煩厭的「問候」，可真使人受不了。

若果沒有，人會變得放縱、頹廢、毫無動力；壓力，若果太多，恐怕只會使人過度緊張、情緒低落、甚至去尋死。壓力的來源主要有三種。第一種是來自親人的壓力。父母們「孜孜不倦」的督促，很多子女都因此而感到抗拒。無論是成績方面或是操行表現，家長們都對自己的子女有很高期望，甚至要他們完成一些難度極高的目標，這些就是壓力。

第二種是來自同輩的壓力。朋友對自己的評價會給予了自己無形的壓力，因為人都想達到別人對自己的期望，但是別人的期望有時根本不在我們的能力範圍之內；朋友背後的閒言閒語，更令自己變得沒有自信。這些就是壓力。

最後一種便是來自自己的壓力。說實話，若果沒有壓力，人們大可以不理別人的說話，只做自己的事。可是，這樣的豁達，你可以嗎？正因為很多人心裡都知道不可以，所以大家都在自己心目中為自己設下了一個目標，而這些目標可以是家人的命令、朋友的期望及自我的要求。這些都是壓力。

綜合以上三種的壓力，你有否感到自己處身其中？若然「有」的話，請留意以下「減壓」的方法。

首先，人們應減少花在工作上的時間。一個人若能好好分配時間，工作、娛樂、休息的時間都能得以平均分配，這樣便能減低導致「高壓」的機會。然而，現今社會流行「通宵工作」，很多人把娛樂及休息的時間都犧牲在工作上，導致精神過份緊張，情緒長期處於亢奮狀態，非常「高壓」。所以，人人都應該避免過度專注工作，增加放鬆自己的機會。心情得到放鬆，壓力也自然減少。

其次，人們不應太執著「錯誤」。無論是自己犯的過程，抑或別人，我們都要體諒和原諒。何必過份在意一點「美中不足」呢？事事追求完美，只會令到自己辛苦，亦忽略了身邊很多簡單卻美好的事物。不要對自己過份苛刻，這樣「高壓」才能離你而去。

最後，人們不應將心事抑壓在心裡，當一個人久久不與別人分享心事及傾訴時，心裡積存的包袱只會愈來愈沉重。所以，適當地向身邊的親友說出心裡的一些話語，壓力亦能隨之而減少。

總括而言，適當的壓力可化為推動力，把事情做得更好；相反若過份的給予自己壓力，只會造成反效果。因此，學懂減壓是非常重要的。

有人說「友情比親情可貴。」你同意嗎？

4G　凌梓源　（09-10）

人是有情感的生物，而親情與友情更是人一生中必會擁有，且對人的一生精彩快樂與否具有極大的影響力，因而我認為兩者都是難得可貴的。

首先，親情與友情是有先後次序之分的。當大家尚在母腹的時候，與家族成員的血脈相連，已為彼此建立起親厚無比的親情，可謂是先天所得，不勞而獲。但是友情，卻需要人從與他人的認識，再加上其他因素，如說話投機與否、性格是否相合等，且需配合人努力的維繫，才能建立起一段友情。此為友情與親情的分別。

其次，親情與友情在本質上有所不同，難以作出比較。親情是與生俱來的，即使荒蠻如非洲的食人族，亦清楚明白誰都可吃，就是本族親人不可吃。友情你可以拒絕，而親情卻不能。你可以拒絕結交朋友，但即使是你最憎厭的近親遠戚，你也不能不承認他是你的親人。而親情因是與生俱來的，所以它是建基於「親」的；而友情，即是親如兄弟手足的好朋友，彼此間的情誼都是建基於「義」。可能是因為血脈的不同，或是人的本性使然，即使最要好的朋友都不能達到「親」的地步，但親人卻也不能跟你平輩論交，只談「義」，不管長幼輩份，所以其實兩者在根本上已有分別。

最後是兩者給人們的「享受」程度。人們都是因情而樂，不論是愛情、友情或是親情，人們都是享受且樂在其中的。但友情提供的，是一個讓人們感到情義兩心知，可暢懷談心的地方；而親情，則是提供一個可讓人感到安全且受保護的環境。

綜合全文，我認為親情和友情是兩者互相配合的，兩者提供給人的享受都有所不同，因而兩者使人的成長都有所不同，所以我認為兩者都是難得可貴的。

寧作真小人 莫做偽君子

4G 衛俊輝 (09-10)

對「寧作真小人，莫做偽君子」這一句說話我並不認同。在字面上解釋，顯然地是想指出偽君子的行為和品德比真小人低劣，故此勸籲別人不要當偽君子。

有人說：「真小人說話做事情會直截了當告訴對方他是小人，而偽君子說話做事時則會設法欺騙對方，讓人誤認為他是君子。所以偽君子比真小人還要可惡。」可是歸根究底，兩著並沒有分別。從道德層面來看，真小人和偽君子都是心存邪惡、歪念，同樣是被社會規範所唾棄，不被法治所認同。視偽君子而默認小人行動的人，純粹只是五十步笑百步而已。

又有人說：「真小人並不故作高尚，忽視社會道德標準，是為性情中人。相反，偽君子以高尚為標籤，滿口仁義道德，但內裡卻是傷風敗德，假仁假義。」這樣說便將性情中人的意思曲解了，敢做壞事，說壞話並不等如有個性。再者，從沒有人說過虛偽的君子必定是小人，有的人本質不是君子卻要假裝，但骨子裡並不是小人。在此，虛偽並無傷大雅亦害不了人。從來就只有一些人在妄加定論，為偽君子肩負起小人這罪名。

更有人說：「偽君子的深層意思亦是泛指小人，所以決不做虛偽的小人。」那就假設偽君子和真小人其實都是小人，但是偽君子的道德價值水平亦較高，至少還在乎他人的看法，為自己的惡行作掩飾。而小人則只放任自己的行為，懶得理別人的評論，是市井無賴流氓的行為。

總而言之，在現今社會中，「寧作真小人，莫做偽君子」為人們提供了為自己罪疚而解脫的一個藉口，自欺欺人，不作偽君子使罪不至死，但也成了一個小人。

一個值得商榷的話題——發展與保育

5F　陳英傑　(09-10)

「利東街將於本月底開始清拆」、「有數十名囍帖街商戶於街口舉行燭光晚會要求政府保留囍帖街」、「三名保育人士於皇后碼頭絕食，對政府清拆碼頭表示抗議」……類似這些新聞，我們經常於報章上看到。近幾年，政府因各種原因，例如要興建新的公路而去清拆一些具有歷史價值的文物，實在可惜。難道發展真的比任何事物都重要？發展和保育真的不能並存嗎？

政府常說我們要建設一個國際都市，但請看世界上哪一個大城市不是盡力去保護自己的歷史文物的呢？舉個例子，被世界公認的國際城市倫敦，在它的市中心仍保留了很多古舊的建築物，難道它保留了這些所謂「舊的東西」，就變得落後嗎？另外一方面，不單西方社會講求保育，我國對於保護古文物也不遺餘力，否則坐落在首都的故宮和天壇等佔地廣闊的建築物，早就被拆掉而改建成具有商業價值的高樓大廈和商場了。不要說遠，就連我們的鄰居，澳門也在文物保育上投了入大量資源。雖然她近年不斷發展經濟，興建了不少新的建築物，但也不忘保育自己的歷史文物。在二零零六年，她就把十多個古蹟，如大三巴牌坊，申請列入世界文化遺產，可見它對保育古蹟的重視。但反觀香港，每當要在「發展」和「保育」上作出取捨時，我們首要考慮的一定是經濟效益，所以選擇「發展」是必然結果。香港政府完全沒有意識要對我們珍貴的歷史遺產加以保護，這叫人怎不疼惜和氣憤呢？

無可否認，香港有些社區建設確實不完善，急需重建，而政府在這方面也確實出了不少力，旺角的朗豪坊就是其中一個好例子。朗豪坊是市區重建局和地產商聯手發展的舊區重建項目，透過公私合營的模式，它成功把旺角七街發展成為一個混合商場、寫字樓和酒店的大型綜合物業，增加該區人流，不僅讓旺角核心區的面貌煥然一新，也帶動了該區的物業發展，其中一個原因就是因為該區惡劣的生活環境，逼使居民寧肯獲得賠償，從而改善生活質素，所以決定搬離該區。只可惜朗豪坊成功的關鍵不一定能夠套用到其他的重建項目上。很多將要面臨重建地區的商戶和居民，都希望能保留該區的特色和物質，最重要的是保存那一份「人情味」。

現今香港社會總認為保護古蹟文物就是愚蠢的行為，因這樣做便會失去一個以重建來賺錢的機會。然而，很多外國遊客來香港真正想看的，不是比比皆是的高樓大廈和新式商場，而是希望看到具本土特色的文化和歷史。否則，香港對他們而言，可謂全無吸引力。既然香港這麼重視旅遊業，我們何不保留一些古舊而具歷史價值的建築物或街道呢？把它們作為新的旅遊景點呢？

今天，我們可能不會介意少了一兩條舊街道，也不在乎有多少幢舊建築物被拆掉，但我相信不用多久，人們便會發現失去的其實是香港人一段段的生活，一段段的歷史。未來，還有很多地區將會面臨重建，我希望日後在發展的同時，我們也能兼顧保育古蹟的責任，使香港成為一個獨特而多元化的地方，而不是一個單由一幢幢摩天大廈堆砌而成的「石屎森林」。

一個值得商榷的話題——是香港人？是中國人？

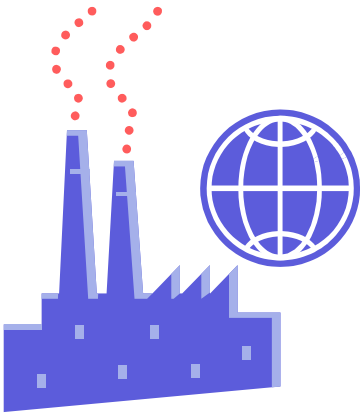
5F　譚芷螢　（09-10）

香港人國民身份認同這個問題，在不同層面上有不同的認同層次。提到香港，大家都會口徑一致，說是中國領土的一部份；但一說到自己是香港人或者是中國人，大家的口徑並不一樣。為什麼呢？原因很簡單，有人不認同自己是中國人。

我們從三個方面去看：經濟、政治、以及特別事項。

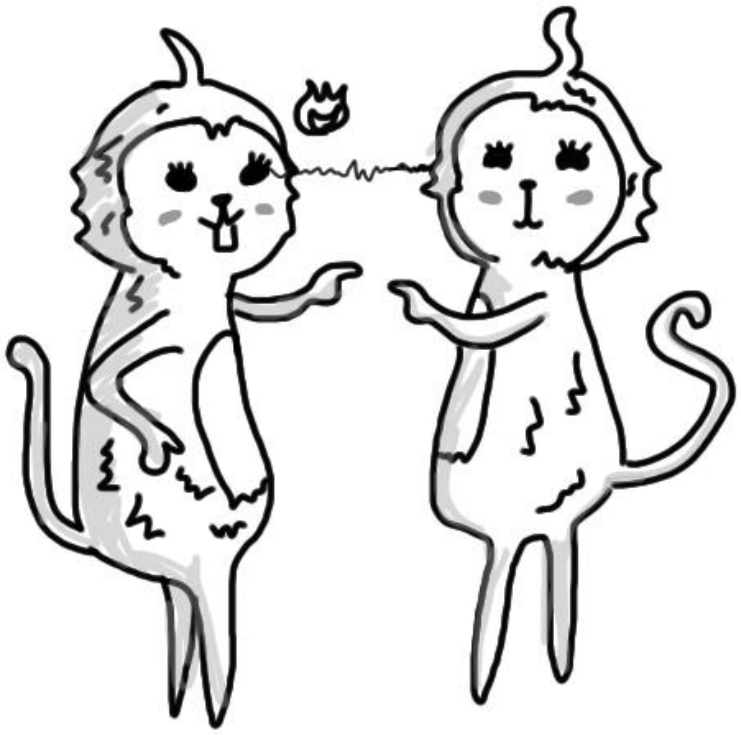
在金融海嘯之前，港幣的價值一直是在人民幣之上，中國的貨品比較便宜，香港人一到內地，就一直像富貴人家一樣花錢。他們以為自己的薪水比中國人高，地位比中國人高，又有很強的消費能力，認為不用依靠中國大陸都可以成功，什麼事情都不用自己親自去做，甚至看不起中國人，因此他們並不認同自己是中國人。但現在，一直被人看低的人民幣，比港幣還要值錢。現在，香港人不斷依賴中國，可他們有沒有想過，香港之所以成功發展為金融都市，不是因為香港曾是英國的領土，有英國幫助當時的經濟發展；而是因為以前中國比較封閉，唯一對外的出入口便是香港，所以香港會從漁農業變成出入口的中介，再發展成為國際金融都市呢？中國，我們的祖國，才是香港成功「轉型」的原因。

另外，香港人不認同中國的執政權。在香港回歸那年，香港掀起了一段移民潮，因為他們怕香港一旦回歸中國，自己的財產會隨著社會主義的到來而消失。但事實是，在回歸之後，中國並沒有這樣做。對中國體制的不了解，令香港人只在崇尚西方國家講民主，並不了解中國的體制，更不知道什麼才是適合香港的體制。



我發現一件很特別的事情，通常在中國內地，我們會說自己是香港人，這是很正常的，因為我們不可能說自己是中國人，有誰不知道你是中國人？相反的，在外地，我們不曾說自己是中國人。難道我們不認同自己是中國人嗎？四川地震，香港人會二話不說的幫忙捐錢、捐物資給災民，因為我們會覺得自己身為中國人，應該為同胞做點事；北京舉辦奧運，香港人會覺得很光榮，因為他們覺得自己是中國人，能夠舉辦奧運是一件很值得驕傲的事；神州火箭升空，香港人會覺得很興奮，因為這是一件很光榮的事，自己是中國人，可以沾到一些光彩。但是，一旦說到中國的一些負面消息，例如近年的毒奶事件、留學生以錢買文憑、冒牌食品等，香港人則會覺得是一種恥辱，會盡量跟中國劃清界線，因此我們不會承認中國人這個身份。

到底是香港人對於「中國人」這個稱呼有所忌諱，還是香港人接受中國人這個身份只是為了得到短暫的榮譽呢？從以上的例子可以看到，香港人對中國人的認同依然較浮動，所以香港政府可以加強宣傳「我們是香港人，同是中國人」的意識，以穩定我們的身份認同。



新聞評論：
墮升降機槽六死意外　當局應引以為鑑

6J 伍家汶 （09-10）

中秋節將至，這個本應與家人團聚的日子卻有六個家庭要承受喪失摯親之痛，在傷心、痛哭中渡過。在過去的星期日，尖沙咀環球貿易廣場發生一宗令人哀愁的嚴重建築意外。六多名工人當時正在升降機槽臨時工作台清理建築廢料，懷疑因超重問題導致層板負荷過重斷裂，六人由二十多樓層飛墮到地面，更被兩層樓高的沱頭活埋，令六個家庭喪失摯親。

這個意外，不單扼殺了六個人的生命，更牽連到六個家庭。這六名不幸的工人均為家庭支柱，如今卻離逝了，就算有承建商發放的一百萬元恩恤金，生活卻仍然困難。父親在一個家庭除了擔當著經濟支柱的角色外，更是重要的靈魂人物。當初沒有父親，一個家庭根本組織不了；如今失去了父親,隨即變成一個破碎家庭。年紀尚輕的子女被逼肩負起照顧家人的責任，對於他們來說無疑是一個沉重的壓力。生活上的影響還不算最大，最嚴重的是子女的心靈創傷。有的孩子年僅四歲便失去父愛，甚至還來不及把父親的模樣深深刻在心中，父親就已經離開他們了。對於較年長的兒女,創傷卻不僅於此。升上中七，即將要面臨公開考試，父親卻在此時不幸地離開了，這有可能會影響到他們的學業。他們的思想成熟了，就算不想去思考家庭經濟問題，亦不由得他們去選擇，免不了要為家庭經濟問題擔憂。在承受喪父之痛以及擔心家庭狀況的情況底下，試問年紀輕輕的他們又如何能專注學業，又如何能承受這般壓力呢?

雖然誰都不欲看見這悲劇發生，但悲劇終究發生了，總需有人站出來背起這次的過失。令這意外發生的，毫無疑問，矛頭一定首先指向承建商及其管轄的多名判頭。據該地盤的兼職雜工所指，他並非註冊工人，卻能進入地盤工作。顯然而見，地盤的出入口並無嚴謹的檢測系統,非註冊工人都可在地盤工作，此已為犯法；再者，他們沒有基本的安全工作知識，發生意外的機會自然大大增加。該名非註冊工人亦指出判頭不但沒有簡介安全知識,連安全帽也沒有給他。另外，亦有嫌疑關於判頭想盡辦法趕工而忽略安全。判頭無疑是失職了，因為他沒有顧及到工人的安全而趕工,但導致他們要如此趕工

的，難道不是因承建商所給的期限有問題麼？這真值得好好調查一番。

承建商這次所犯的過失不少，可是令他們有如此大的膽子，應該歸咎於勞工處吧！肇事地盤曾涉及工業意外和有檢控紀錄，當中包括不合安全規格的工作平台。但承建商仍然能置之不理，勞工處亦應該檢討其檢控的嚴謹程度吧！每次都草草了事，今次終於釀成不可補救的嚴重意外。政府亦應收緊地盤安全措施條例，以往不少因地盤違規而令工人送命的個案都是罰款一萬元了事，毫無阻嚇作用。試問那些以億萬元計作交易的承建商又怎麼會在乎區區十萬八萬元呢？更何況是一萬元？

六條人命雖然已經無法挽回，但亦應盡力補救，為求把對六個家庭的傷害減至最低，以及避免同類事情再度發生。由於六個家庭都失去了經濟支柱，承建商應再發放更多恩恤金以及負擔起六人子女的學費。事實上一百萬元對於一個沒有工作能力的家庭是不足夠去維持生計的。政府可提供就業機會給他們，令他們能自力更生，盡快渡過生活難關。突然喪失親人的感覺一定不是人人能承受得了，所以別人的安慰及輔導是很需要要，因此當局應派出輔導員協助他們平伏情緒，解決生活上的困難。這次意外，是對所有建造商和勞工處作了一個非常好的警戒。各建造商應該認真地處理地盤安全措施，而勞工處應加強巡查全港地盤的升降機槽及檢查平台的建造材料和設計構造等。

總括而言，這次意外的發生，勞工處及該承建商難逃責任，她們應盡快給予六個家庭一個合理的交代。最後，希望當局能加緊監管地盤安全措施，杜絕同類事件再度發生。

時事評論：環貿廣場工業意外

6J 林子臻 （09-10）

環球貿易廣場於九月廿三日，下午一時許，發生嚴重工業意外。六名外判工人在三十樓一個未安裝升降機的電梯槽內清理泥頭，工作台突然斷裂，工人連同泥頭直墜至三十樓，其後證實傷重不治。

環貿廣場的發展商，新鴻基地產已承諾向死者家屬提供一百萬元恩恤援助，支付死者的殮葬費，以及向死者的子女提供長遠的教育經費。生命無價，區區一百萬元當然不能填滿親人主去的悲哀，但「新地」的善後還算人道，願意承擔責任，總算有企業良心。六個家庭失去了經濟支柱，那一百萬的恩恤金雖可彌補。但母親痛失愛兒，妻子失去了丈夫，孩子沒有了父親，家屬的精神和心理創傷，又是什麼能夠縫合呢？尤其是中秋佳節將至，眼見其他家庭人月兩團圓，死者家屬更顯寂寞。社會福利署雖然會提供心理輔導及支援，但畢竟資源有限，社工只能在短期內幫助家屬。明年今日，事過境遷，是次意外已變成明日黃花，家屬喪親之痛仍在，但又會有誰去關懷他們呢？

悲劇已經發生，傷害已經造成，應為這次事件負上責任的，不只一方。第一，初步調查指出承辦商監管疏忽，安全指引不清晰。肇事地盤聘用了多名判頭負責不同層數的泥頭清理工作。而每名判頭各簽了合同，必須在三日內完成清理工程，所以他們亦會盡快趕工。另外，工地的安全措施亦有問題，工人沒有按照安全指引的程序來處理泥頭，調查小組亦懷疑升降機槽沒有加設圍欄。除了有安全漏洞外，非註冊的工人只需要跟隨正規工人，就能隨意出入工地。判頭不但沒有對他們講解安全守則，連安全帽也沒有供應給部份工人。可見當日是有人為過失，承辦商的安全措施鬆散。

第二，勞工處曾披露，肇事地盤有工人從高處墮下造成嚴重傷害的前科，曾涉工業意外和有檢控記錄，現場也發現有不同安全規格的工作平台。這說明了是次意外是可避免的。由於工作平台連同泥頭雜物一同倒塌，現場一片混亂，以致消防未能作出即時的救援。政府制地政策和條例固然重要，但更重要的是監管和執行的工作。是次地盤有過不合格的記錄，工程卻不曾停止或延遲，直至意外發生，有人命傷亡，引起大眾關注，政府才採取行動。令人不禁懷疑，究竟以往有過多少宗不起眼的工業意外，也是不夠轟烈，令大眾留意不到而不了了之？還是市民有問題的時候要經過不同的政府部門去尋求協助，拖延了解決問題的時間，讓整件事情複雜化。但是基層和部門間互相推卸責任，跟市民在「耍太極」，市民的問題不受理會，又不知應向哪個政府部門求助，間接導致這件悲劇發生。

有人認為，六名工人不顧安全，明知故犯地前往工地去工作，所以他們亦要負上一定的責任。這樣說，未免太不仁義、不人道了。他們都是家中的經濟支柱，他們亦沒有選擇工作的權利，而是工作選擇他們。意外發生了，再研究誰是誰非也是不能挽回死者的性命。

現在最重要的是補救的工作。勞工處成立了六人專案小組，調查的工作必定縮短，報告必須公開。有需要的話，政府亦要增加地盤工作的安全條例，更要加派人手定期檢查全港的工程項目，以確保沒有違例案件。政府亦可加重違規的刑罰，避免同類事件再次發生。另一方面，為了更有效地幫助受是次事件影響的死者家屬和從事同行的員工們，政府應安排社工長期照顧受害者，不時跟進他們生活的狀況。

環貿這次的工業意外，無可否認是人為疏忽，六名工人的犧牲是十分可惜的，若政府不能因是次事件加強把關，香港的工人又如何獲得保障呢？他們的死並不是毫無意義的，他們喚起了社會對工人的關注，他們將會救了無數人的性命；他們救了無數母親的兒子、無數妻子的丈夫、無數小孩的父親。

時事評論：環貿廣場工業意外 汲取血的教訓　防範更多犧牲

6J　盧健榮　(09-10)

本港最高之建築物在近日發生十三年來死亡人數最多的工業意外。事發在樓高逾百層的環球貿易廣場，六名工人在大廈三十樓的電梯槽工作台清理泥頭雜物時，木搭工作台突然坍塌下墜，六名工人直墮十樓電梯槽底，六人當場慘死。

事件共影響了六個家庭，妻子一時要承受喪夫之痛，子女失去父親的愛護，實在令人心酸。同時，六個家庭都失去了經濟支柱，感到徬徨。幸好，大廈地盤發展商向每位死者的家屬無條件地發放一百萬元撫恤金，資助殮葬費，並且承諾照顧死者子女的教育。雖然喪親之痛非金錢能夠彌補，但至少能夠減輕這六個家庭頓失經濟支柱所面臨的徬徨。事後的彌補，總不及事前的預防，既然大財團有能力付出如此巨大的撫恤金，為何不在意外發生前，好好利用此金額來僱用一些工程監督人員，來確保每方面的施工符合安全？

承辦商「新輝建築公司」應付上最大責任。承辦商欠缺管理，把大量泥頭雜物放在工作台；最不可思議的是六人同時擠在狹窄的電梯槽工作台工作，令意外發生。

上一次造成六人死亡的工業意外，也是涉及工作台倒塌。事發生在一九九六年六月的葵涌醉酒灣機場鐵路大橋地盤，當時橋躉一個離地八十呎的工作台倒塌，工作台上五名工人和一名高級工程師墮地死亡。

香港政府對於九六年的意外，是視而不見還是忘記了？為何沒有汲取那次重大的教訓，修訂有關工作平台作業的安全指引，避免意外再次發生？這次環貿工業意外，深深帶出政府在管理及制地政策的問題，每次都是在發生嚴重意外後，才會草草跟進；但時間長後，政府又故態復萌，直至另一宗意外再次發生。每項工程的背後都是工人的血淚、家人的擔心，而政府的官員卻每天在冷氣辦公室內「工作」。政府的工作是保障市民，制定政策來保障工人工作的安全，但事實證明，是完全失敗的。

「汲取血的教訓，防範更多犧牲。」經過今次的意外，對香港日後更多的大工程起了很大的警惕作用。政府務必重新研究政策，調整宣傳策略，來提高承建商和工人在地盤的安全意識。另外，勞工處應加強巡查各地盤的安全措施及留意會否出現「開工多，休息少」的現象。明年陸續有大型政府工程上馬，希望勞資雙方和政府相互配合，爭取工程零死亡。正所謂「一宗意外，為很多人帶來終生不滅的苦痛。」今次意外後，各方面應汲取教訓，避免再有人因工業意外而傷亡及承受喪親之痛。

綠色心靈——牽一髮動全身

1J 徐樂雯 (08-09)

書名:《三個人在南極尋找北極熊》
作者: 李孝良、張偉賢、鄧展翔
出版社: 天窗出版

我愛那綠色的大草原，我愛那蔚藍色的天空，我愛那活潑好動的動物。但你愛「白色世界」嗎? 你了解「白色世界」嗎？「白色世界」跟我們有關係嗎？

地球一天比一天地暖化，我們人類有嘗試去了解、去幫助、去解決嗎？「全球暖化」的現象，很多人都聽說過，但為什麼我們只動口不動手呢？地球就像一隻雞蛋，只要有一點裂痕或小洞就會影響裏面的東西。所以你對地球只要有一點的傷害，都會影響地球上的生命及事物。

《三個人在南極尋找北極熊》這書， 是講述三位大學生:李孝良、張偉賢和鄧展翔參加 2041 南極考察隊的經歷。他們在這旅程中， 不但認識到很多不同的新朋友，而且深深感受到南極被「全球暖化」的影響。全球暖化導致南極的天氣有所改變，生態失衡及冰塊開始溶化等等的各種現象。

南極現時的天氣比以往暖和了許多，連南極的冰塊也漸漸地溶解了。近年，「全球暖化」的程度已比 16 萬年來的程度更甚。海水的温度上升改變了許多海洋生物的活動範圍。這給了我們很大的提示——地球可能會很快會滅亡。但我們以往做了些什麼去保護這個原本完美無缺的地球呢？就是每天製造很多垃圾和浪費世界上很多的天然資源！書中提及了一位名叫羅伯特・斯旺的人,他在南極生活了足足兩星期。他在這段時間中，用盡了不同的方法節約能源地生活。雖然對地球的幫助不大，不過他卻用心去做。我們想想，在平常生活中，我們有試過去節省電力或不浪費食物去拯救這地球嗎？

在海洋公園裏看到的企鵝是不是很可愛呢？但這麼可愛的生物，很快會絕跡了！因為在食糧方面，暖化令魚兒的活動範圍改變了，魚兒到了其他海域，企鵝必須要游得更遠和用更大力量去捕捉魚。還有，現今的社會中很多人都吃魚，這樣令企鵝更艱難才捕捉到魚兒。不但企鵝，北極熊也越見罕有。北極熊因氣侯的變遷，生存環境愈來愈惡劣。暖化令活動範圍改變了，需要到其他地方尋找食物。只因我們人類排放太多二氧化碳導致「全球暖化」，牽連了這麼多無辜的動物，難道我們不羞恥嗎?

人類的特性就是只顧自己的感受，不理會別人的感受。就像人類只為了自己的生活過得比較好，卻忽略了其他生物及整個地球。在這本《三個人在南極尋找北極熊》書中，我最深刻的一句就是「牽一髮動全身」。因為地球上每一個人都很重要，只要有一個人不去保護這地球， 地球就會慢慢滅絕。我希望地球上每一個人從今天起開始去拯救這個地球，因為我們大家都愛那綠色的大草原，那蔚藍色的天空，那活潑好動的動物。

讀《一定要記住我愛你》有感

1J 黃樂宜 (08-09)

書名: 一定要記住我愛你
編輯: 杜素、葉子、侯春玲、廖江莉、余紅霞、趙冬梅、王燕妮
出版社: 萬里機構・萬里書店

現今社會物質豐富，但是人們都很需要一樣東西—愛。

還記得去年汶川發生八級地震嗎？這次地震令數以萬計的人失去生命，令數以萬計的人面對傷痛，令數以萬計的人失去了家園。事件傳到各地後，不同國家的人都伸出援手協助受影響的人士，可見不同民族的人之間有愛的存在。雖然大家的樣貌、膚色都各有不同，但是愛令他們有一個決心來到災區協助救援，和正在與死神對戰的中國人共同渡過難關。愛的力量真是强大得可以打破不同種族的界線！

書裏記述了很多感人的事件，令人流着感動和傷痛的眼淚。

一名母親被發現的時候已經離開人世，身下有一個 3、4 個月大的嬰孩。相信是因為母親的身體擋着，所以他沒有絲毫的損傷。當醫生解開被子，為嬰孩檢查身體的時候，發現了一部手機，螢幕上有一封短訊: 「親愛的寶貝，如果你能活著，一定要記住我愛你。」看到這裏，我眼眶的眼淚就不禁奪眶而出。這名母親竟為兒子擋住千斤重的石頭，還在快將死時寫下自己給孩子的愛的遺書，真是不得不叫人心酸，連在場的人看完都感動得落淚。愛的力量真是强大得可以為家人背負千斤重擔，並渴望留下隻字片詞給無緣的孩子。

張米亞是一名映秀鎮小學二年級的教師。地震的時候，他鎮定地叫學生趴在課桌下面，有些人趴得不夠低，他就去按他們的頭。有些學生想逃走，他就捉住他們，把他們壓在講臺下。可惜他在拯救學生的時候，樓房就垮了，令這位偉大的老師逃不過悲傷的命運。後來有人發現這班獲救比例是全校最高的，很多獲救學生家長講起張米亞老師的時侯都感激得掉淚。這位老師不但是全班的英雄，還是一位值得我們學習的老師。愛的力量真是强大得可以以自己的生命換取十多個小生命！

在拯救行動進行時，廢墟因餘震和吊機突然移動，建築物有可能倒塌，消防指揮命令所有人員立即撤離，待穩定後再進入。當所有人正在離開的時候，有幾名軍人發現生還者。忽然，軍人跪在地上，大哭地要求指揮讓他再救一個。這個場面在我腦海浮現，這名軍人以前從來沒有見過那位生還者，也不曾與他說過一句話，現在竟因為他而甘願冒着生命危險，愛的力量真是强大得可以讓人不惜失去自己的生命而救一個不曾認識的人！

以上的例子都是災區裏救援的感人事件，但原來在其他的地方也有很多有善心的人在幫忙。

在一個公園裏，正在舉行募捐活動。突然，一個大約六七歲的小男孩走到募捐箱旁邊，輕聲地說:「我沒有錢，可不可捐兩枝花？」旁邊的人都被他感動了。對於這個輟學的小孩，這兩枝花可能是他一天的收入，但他也將花給了災民，真是一位善良的小孩。

在汶川八級大地震裏，充分地表現人與人之間的愛，我們生活在這麼幸福的環境中，是否應更珍惜愛我們的人呢？答案就留待大家慢慢細想吧！

讀《女巫手中的愛情書》有感

3L　梁卉彤　(08-09)

書名：《女巫手中的愛情書》
作者：朱佩君
出版社：青春文化

《女巫手中的愛情書》是愛情小說作家朱佩君的第十本愛情小說，寫成於二零零五年尾。書中的主角是一位見習女巫——巫情。她在巫術學校主修的科目是「如何成為一位成功的愛情女巫」，此科目是負責學習處理人類的愛情。另一方面，巫情的表姐與人類相戀，但人類與巫師的壽命有不同長短，所以雙方只能有短暫在一起的時間，最後表姐夫因病去世，但表姐卻沒有後悔。巫情希望用巫術把一切悲傷抹去，可惜這樣會犯下天上的規條。同時，巫情負責的愛情案例又遇到許多的波折，不過巫情卻無法插手，只好照著愛情書去執行。耳聽著身邊許多失敗的愛情案例，卻又不能插手，使巫情痛苦不已。但到了最後，巫情明白到愛情不是偉大、犧牲、包容、關懷，其實愛情是注定的。

這次是我第一次拜讀朱佩君的愛情小說。愛情小說亦可算是少女喜愛的書籍類型。但這並不是一本普通的愛情小說，這本書帶出了人類該有的愛情觀，看完這本書後，我對於為愛情而犧牲自己的人，深表同情。

在現實中，愛情是注定的，你不能去選擇逃避它，而現在和你相戀的人亦有可能不是最適合你的人，所以人類不應因為失去對方而犧牲自己的生命，這是一個非常錯誤的決定。雖然現實中的愛情不是由巫師掌管，但卻是由偉大的父神看管著的。縱使有一段不能開花結果的愛情，但那可能會是一段一生難忘的回憶。

在現實的社會中，大部份的報章頭條都是為愛犧牲的報導，而死者亦越趨年輕化。現今的青少年亦過於成熟，卻不知道正確的愛情觀，這是非常可悲的一件事。

「愛情」是一門值得深究的學問，世間上亦沒有偉大的愛情，只有註定了的愛情。

讀《家》有感

3P　江佳維　(08-09)

書名：《家》
作者：巴金
出版社：人民文學出版社

巴金先生的激流三部曲，可謂中國近代文學史中的一個里程碑，不但奠定了中國近代文學的基礎，更是整整一代身處舊社會和新時代青年人的生命藍圖。而《家》，更被人稱為《激流》中最優秀的一本。

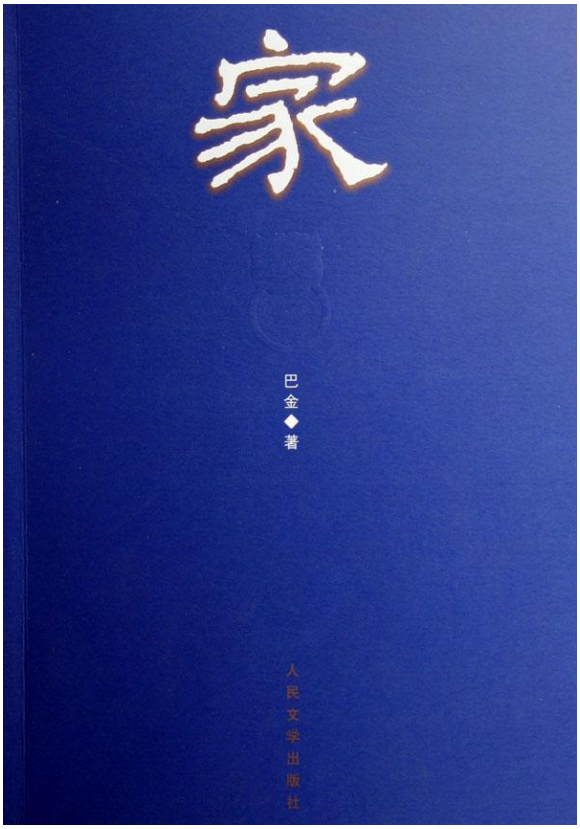
在《家》的序中，巴金先生說：「生活並不是悲劇，它是一場『搏鬥』。」這一句話引起了我極大的興趣。說真的，在過往閱讀的許多書中，我已形成了一種不可摧毀的觀念，那就是生活是一條崎嶇的道路，就算你有夢想，你也絕對實現不了，生活本身便是一個處處充滿悲傷的劇本，無論如何，你都無法從這悲劇中逃脫。然而，《家》這本書，卻給了我希望，告訴我，要勇敢地站起來，為自己而奮鬥。

書中的主人翁覺慧是一名出生於舊式封建家庭中的么子。雖然是老么，但他卻是唯一一名在家中，決不理會任何人反對仍要為自己奮鬥的人。雖然，在那追求夢想的路上佈滿荊棘，覺慧甚至失去了許多心愛的人，但他卻一次又一次地站起來，決不放棄自己的夢想，一次又一次的為自己奮鬥！這種自強不起的精神，讓我深深地瞭解「生活是一場搏鬥」的意思。

除了覺慧外，我還特別喜歡書中的另外一名角色。雖說，整本書的線索都以覺慧為重點，然而，在我眼中，她決不遜色於覺慧。雖然她是女流之輩，雖然她不可以上學堂，雖然她不可主動追求幸福。但她卻從來不向這些惡劣的條件低頭，一一克服，用一雙手為自己創建幸福。她便是覺慧的表姐，琴。琴雖然是一名女子，但她那種勇氣確實少見。她不但說服了家人讓她去學校上課，就算被其他人在後面說三道四，她仍然堅守自己的意念，決不說半句怨言，甚至遭到母親的反對，她仍然要為自己奮鬥，不但打破了舊社會對女孩的局限，更贏得了覺民對她的愛戀之情。但幸運之神仍沒有給她機會，她和覺民的愛戀遭到了家人的反對，覺民和琴眼看著指婚無望(指婚是指由家中長輩作主的婚姻)，便決定反抗，覺民搬到同學家住，琴因此沒辦法和心愛的人日日相見，但她卻仍然堅強的等待，即使那會痛苦萬分，即使不知結果會如何，她仍願意為幸福、為夢想反抗，努力地活下去。

相反的，覺新卻是一個懦弱的人，他不敢反抗，只懂得默默接受一切。從他身上，我看出了現代社會中一些青少年的影子，從不為自己定下目標，從不為自己的未來打拼，不會在意自己的夢想，更不會像覺慧和琴那樣，勇敢地去走自己的人生道路。甚至為了一點兒小小的擦傷便放棄了自己，自暴自棄。現今的社會已經不同了，我們已經沒有了舊社會中的局限，但那些青少年卻沒有好好珍惜機會，還在一旁怨聲載道，常常聚在一起說學業太難，老師根本就不會講課等等。但如果他們有意學習，這根本就不是藉口！有時真的覺得我們這一代的青少年甚至連覺新都不如！他身處在舊社會中，有時代的局限，但我們呢？我們身處在自由的社會中，卻不為自己開拓未來，這樣的我們是不是比覺新更為懦弱呢？

在看完《家》後，我對生活有了新的認識，我明白了為何巴金先生會說生活是一場搏鬥，是要我們去征服它。人生中的曲曲折折太多太多，如果每一次受傷我們就倒下，不去面對、克服，我們便是輸在自己的手上。怨不得別人。我們應該學琴和覺慧一樣，為自己的未來而奮鬥，就算受傷仍勇敢地走下去，為自己的生活而搏鬥！



讀《傲慢與偏見》有感

3P　鍾卓婷　(08-09)

書名：《傲慢與偏見》
作者：珍・奧斯丁
出版社：文化島出版社

《傲慢與偏見》是珍・奧斯丁的作品。美麗的伊莉莎白・班納特在舞會上遇上了「身材魁偉，眉清目秀」的達西先生。可是伊莉莎白接受不了達西先生的驕傲，而且漸漸產生反感，對他更積存了不少的偏見，可是達西先生卻愛上了伊莉莎白。向來傲慢的達西先生卻不知如何化解伊莉莎白對他的種種偏見。

後來伊莉莎白遇上韋翰，而且更愛上了他。在一次聚會上，韋翰與伊莉莎白談及他與達西先生的關係及他的往事。可是，韋翰並沒有把全部的真相說出，只說達西先生如何的壞，自己如何的可憐。但伊莉莎白卻信以為真，而且更討厭達西先生。

後來達西先生向伊莉莎白求婚，卻被伊莉莎白狠狠地拒絕。於是達西先生便寫了一封信說出伊莉莎白對他的誤會。這時，伊莉莎白才發現原來她對達西先生和韋翰存有太多偏見。最後伊莉莎白便和達西先生結了婚，過著愉快的生活。

從《傲慢與偏見》這故事中，我看見其實我們總會對別人存有偏見，像故事中，伊莉莎白並沒有弄清達西先生和韋翰的人格，便輕信韋翰，討厭達西先生。我認為我們之所以對別人存有偏見，有兩種原因：一是別人的外貌，二是對別人的誤會。

現時，有些人總是以貌取人，碰見樣子令人討厭的人時，就處處針對他，更不願與他交朋友。舉個例說，在學校裏，樣子令人討厭的同學總是被其他同學針對，被其他同學開玩笑、說壞話，甚至沒有人理睬他，而且同學們更只看他的缺點，把他看得很壞。我認為這樣對那位同學很不公平，因為他並沒有做錯事，而且他的外貌也是沒法去改變的。我認為我們應放下偏見，因為並不是所有長得不好看的都是壞人，我們應去接納他們，而不是去數算他們的缺點。

此外，當我們對別人有誤會時，就難免會產生偏見，有同類的事情發生時，便會對人產生懷疑，甚至會去憎恨他。其實，我們看到或聽到的並不一定是真相的全部，所以我們應先了解事情的始末，才作判斷。

另一方面，達西先生自視過高，看不起人，難免讓人產生對他的一種看法——傲慢。達西先生的傲慢最終使伊莉莎白對他產生偏見。無論原因是傲慢還是偏見，我們看到的，是達西先生最終願意讓步，放下自己傲慢的性格寫信給伊莉莎白，告訴伊莉莎白對他的誤會，而伊莉莎白最後也願意撇除自己的偏見，去接納達西先生。

這個故事讓我學會，我們應倒空自己，只要肯放下個人的傲慢和偏見，用客觀的態度從多方面和不同的角度去看別人，所有誤會都會自然化解，人人快樂，世界更加美好。

讀《會考 0 分與神奇小子》有感

3P　陳培詩　(08-09)

書名：《會考 0 分與神奇小子》
作者：呂宇俊
出版社：突破

誰說失敗或軟弱的人就永遠不會成功？誰說自小沒有家庭溫暖的人就不會幸福快樂？其實每個人所走的路也不一樣，無論是順利或崎嶇的，只要毋懼挫敗，勇敢地面對種種困境，絕不言棄，我們總能找到出路，走出那困囿我們的難關。

作者呂宇俊自小雙親便離家，父母因一時的性好奇，沒想到後果，結果意外懷了作者。但當時的他們性格、心理並未成熟，也沒有經濟基礎，甚至連自己也養不活，又怎能照顧作者呢。就是他們這錯誤的一著，造就了作者悲苦的童年。

他爸爸在荷蘭作毒品買賣的生意，但只有半年便給當地政府勒令逮解出境，只有二十歲的他已染上一身毒癮。或許，作者自小缺乏了父母的愛，加上在父親不斷的「薰陶」下，漸漸地當上一個壞學生，無心向學，對自己的將來也沒有打算。後來更加入黑社會，中途輟學，但又不甘心，於是又重返校園，希望快些中五畢業便能找到合自己的工作。讀過不同的中學，日校、夜校也嘗試過，但他始終不珍惜讀書的机會，經常遲到、缺課，溫習欠奉，上課時倒頭大睡，加上本身的根底不好，所以在會考中科科零分，也是理所當然。

浪費了的光陰和金錢已無法挽回，埋怨也不能改變事實，幸好，上帝一直對他不離不棄，為他安排了不同的天使在他身旁，教他《聖經》的道理，接納和關心他，讓他感受到父母的愛，並像父母般用愛心包容、鼓勵，引導他思考人生，給他循循善誘，助他重返正道。在不同天使的幫助下，他立志重讀中四，再戰會考。但由於本身底子不好，很多課程也追不上。「一分耕耘，一分收穫」，他為了要把浪費了的光陰和學習機會補償過來，於是他的讀書態度完全改變過來，每天準時上學，加倍用功，成績漸漸地進步，信心也強了。

終於，他在會考中考得十九分的佳績，並完成中六、中七的預科課程，考上了浸會大學，修讀宗教及哲學系，最後以一級榮譽畢業，考獲神學碩士學位，於二零零六年獲選「十大傑出青年」。

現在，他的前路一片光明。或許現在已沒有人相信他有過這樣的過去，但他的確從那黑暗的地獄走上光明的天堂，與那些一直陪伴他的天使走過人生的每一段路。

每個人都擁有他自己的過去。人生猶如一齣話劇，我們就是故事中的主人翁，甚至是當中的導演，為自己的人生編寫。我們走的每一步，都影響着日後的路，在自編、自導、自演中，我們每天不斷的成長，途中有不少的配角加入，為故事增添色彩。好的故事當然少不了奸角，為故事加添緊張的氣氛，我們應做好自己的本份，不會因他們的影響，而破壞故事應有的發展，讓他們奸計得逞，並令自己誤入歧途，一去不返。

作者走過了沒有家庭温暖、缺乏安全感的童年，在上帝的帶領下，走出那困圍他的種種難關，最後在人前發光發亮，造福人羣，不再是以前那個為人添麻煩的壞學生。既然他也能改寫自己的人生，為何我們不能呢？

讀《定格十六歲》有感

4P　郭嘉豐　(09-10)

書名：《定格十六歲》
作者：林曉鳳
出版社：灼華文字工藝

愛，每個人都渴望擁有，但不是每個人都有。人喜歡愛及被愛，就好像書中的兩位主角——梓伶與梓俐。

梓伶與梓俐從小就生長在破碎的家庭中，甚少得到愛。梓伶因她不負責任的父母而從沒有被愛過，她的爸爸甚至對梓伶做出過過分的行為。至於梓俐，由於她是私生女所以被忽視及遺棄。現實生活中有許多情況其實與書中很相近。人只會為自己，所謂：「人不為己，天誅地滅。」人們凡事只會從自己的角度去看，只會做利己的事，卻不顧他人，傷害他人，就是這樣，她們對凡事失去信心，生命也變得暗淡無光。

梓伶與梓俐漸漸長大，因為以往的影響，她們時常尋找愛及被愛的方法。可是往往都不順利，更在此過程中受傷。

方梓伶結識了阿豪。起初，梓伶認定她就是命中註定的真愛，但是，阿豪卻把梓伶的一切都粉碎。他多次欺騙梓伶的感情，一心想尋歡，沒有想過要付出及真心地愛。梓伶對世上的事及人都感到絕望。

不過，希望始終出現在失望之後。梓伶終於找到真愛，一個真正愛她的男人。如果一個人是真心愛對方的話是不會介意對方的過去，只會期待著雙方的未來。謝家偉全情投入地愛梓伶。他不介意她污穢的過去，只在乎她現在及將來的幸福。梓伶終於被這真愛所打動。家偉那無微不至的愛融化了她那像冰一樣的心。另一方面，梓俐也感受到被關心和重視。她在成長過程中更吸取經驗和教訓，從而明白何謂真愛及珍惜。她從小愛哭，但遇上“無淚先生”梁鎮鋒，令她的生活態度和價值觀都起了變化。其後，梁鎮鋒的離開令梓俐變得獨立，也懂得自愛及照顧自己。另外，加上好朋友凌慧的墜落及放縱行為令她知道要珍惜眼前一切，因為一旦失去，就不能重來、也難再擁有。

十六歲的那一年，許多人在梓俐的生命中進進出出，帶著不同的故事和夢，在她生命的書冊中留下深深的痕跡，本子一夜夜地翻過，她發現，印著他們路過的足跡，她長大了。

梁鎮鋒曾不懂珍惜，不懂表達“愛”，以致機會一一錯過。就是因為曾經錯失了，所以決定要傾盡餘生的能力去愛身邊的人，好好把握現在的愛。即使梁鎮鋒離開了他的真愛——方梓俐，但是他們的心還是緊扣著。

書中多位主角都帶著同一信念成長：錯過的不能重來。過去的，放下；將來的，抱緊。當然，他們經歷了很多可歌可泣的事才能成長。現實生活中，我們每天都會遇到不同的挑戰，我們也必須學懂去面對，從逆境中堅強地成長。我們更要珍惜現在擁有的東西，如：家人、朋友。如果等到所有的東西都失去才懂得重視，就後悔莫及了。面對著殘酷的事實。我們必須要變得堅強。每個人都受過挫折，但懂得重新振作的人就寥寥可數。

在定格十六歲中，作者透過四人的故事，令我們看到如何在生命的雨季中目睹彩虹，也清楚如何用冰冷的記憶換來自強自立，更明白如何在青春的繭裡掙扎蛻變，這藉著愛領略生命的真諦。此書不但照亮我們現實的生活，也照亮我們心中的夢。

世界龍岡學校黃耀南小學——徐俊祥校長

小記者：3F 關恩諾、3P 張顥文、3P 陳培詩、3P 陳芷瑩、3P 蕭哲晞（08-09）

世界龍岡學校黃耀南小學位於沙田廣源邨，群山環繞，環境優雅，在熱鬧的沙田中偏處一隅，是學習的好地方。這次人物專訪的對象正是該校校長徐俊祥先生。這篇訪問記錄了徐俊祥校長的教育理念和種種感受，和大家分享。

校長的任務

同學們多認為「校長」的職責是管理一間學校，但徐校長表示，他作為校長，所強調的是所有工作都是為了同學的學習。校長雖然不用教學，但也要為同學的學習做準備，做支援，找資源，與老師溝通等。面對每日忙碌的工作，其目的也是在學生的學習上。校長要處理很多文件，但這些文件工作最終是使老師如何在課堂上幫助學生學習。他認為這是「校長」最重要的任務。

校長 ——「老師之首」

問及「為甚麼當初會選擇做校長」，徐校長表示「校長」其實是「老師之首」(Head Teacher)，其實也是一位老師，所以做校長之前，先要當一位好老師，再在職業生涯中不斷轉化，去到某階段獲邀擔任校長，才在那刻考慮是否擔當「校長」一職，並不是一開始便決定當校長的。徐校長覺得「校長」在學校有很大的影響力，工作十分有意義，所以十多年前，接受邀請，成為校長。

教育理念

徐校長透露 2000 年該校與香港中文大學合作，推行「高動機學習計劃」，本著「一個也不能少」的信念，強調由「心」出發，先挑動同學學習興趣和動機，又靈活運用教學策略，照顧同學的學習差異，因此無論學得快還是學得慢的同學，也可以成功。徐校長認為理想的教育不只著重成績，品格的培養和各方面的成長也是該校重要的栽培目標。面對教育制度的改變，徐校長強調在知識爆炸的年代，「學會學習」，掌握學習的方法是很重要的。今天的教育強調九種共通能力的培養，學懂思考，而不是知識的灌輸。徐校長還分享了一個「三頭牛的故事」：第一頭牛告訴我們「牛唔飲水唔撳得牛頭低」，讓我們明白學生自主學習的重要；第二頭牛告訴我們「不可拉牛上樹」，強行灌輸知識並不能得到效果；第三頭牛卻是吃完草便立即要擠奶，比喻學生未消化知識便要應付考試了。徐校長認為這個故事值得深思，在新世紀，應該著眼於自小培育同學的好學精神。

十優狀元畢業生

因為黃耀南小學曾經栽培出十優狀元畢業生，所以我們便藉機問了一下有關這位畢業生的情況。徐校長告訴我們，這位同學自小便很特別，常考第一，當然她的考試成績和技巧比人優勝。但最特別的是她並非只顧讀書，反而參加多種活動，懂得多元化發展，在各方面都表現出色，印象中只是體育較遜色而已。而且她很懂得分配時間，很重視參與義工服務，整個中學階段也做義工。徐校長認為小學著重培養同學主動學習精神，對同學爭取佳績有一定的幫助。

關愛與責罰

徐校長說他印象中未遇過很壞很頑劣的學生，但面對有行為問題的學生，他會先瞭解他們背後的原因，再進行輔導，而不是責罰，所以黃耀南小學很著重從小輔導。老師的關懷令學生珍惜學習環境，珍惜與老師同學的關係，即使孩子在家庭中得不到支援，但在學校中也可感受到關懷與愛，這樣他們便不會變得很頑劣了。及早的關愛比犯事後的責罰和追究來得更有效！

好老師應具備的條件

徐校長表示一個好老師首先應該是一個有「心」的老師，以教育下一代為使命；其次是教學能力，所以該校很著重老師的培訓，提升教學技巧，讓學生更有效學習。

對年青人的期望

徐校長分享他年輕時遇到很好的老師，對學生常存期望，這些期望對學生有很大的影響。他現在亦如是，對年青人有很大的期望，他勉勵年青人努力讀書，建立自己的志向，不斷反思，對自己的將來要有期望。

結語

在訪問期間，徐校長親切的態度，對小記者多番讚賞勉勵，令我們如沐春風；訪問後，徐校長還帶領我們到禮堂參觀拉丁舞組的訓練。由好老師到好校長，「一切從心出發」，徐校長給我們來了一次親身示範，一席話令我們獲益良多。

帝堡城業主委員會主席——徐曼玲女士

小記者：3F 關恩諾、3P 張顥文、3P 陳培詩、3P 蕭哲晞（08-09）

作為廣源這個社區的一分子，左鄰右里的事不可不知。這次，我們有幸訪問帝堡城業主委員會主席徐曼玲女士，了解她對廣源這個社區的一些看法及發展建議，在此和大家分享。

參加業主委員會的原因

帝堡城業主委員會成立至今八年多，徐主席擔任了四屆主席及兩屆委員，對帝堡城以至廣源這個社區十分熟悉。我們問她為何會參加業主委員會，她告訴我們，她的公民意識自九七回歸後日漸增強，作為帝堡城的一名業主，她希望可以有能力為帝堡城的管理發表意見，參與決策。她說：「與其請別人把自己的意見提出，倒不如自己親自表達。」她希望能達成業主們的訴求，因為她自己也是業主，深知業主的需要。

業主委員會主席的職責

徐主席形容業主委員會的角色就像街坊保長，是一個由大廈公契賦予權力的居民組織，主要的職責就是對外溝通。在邨務上，無論是邨內還是邨外，都是一座溝通的橋樑。業主委員會需要與各方面的人士如保安公司、清潔公司等代表接洽，而身為主席的她就必須與眾委員不停開會，討論各項與帝堡城相關事項，以至往後的管理方針。她認為一個成功的業主委員會主席必需有「心」，有理念，切忌把自己放在大前提，不可忘記自己是為一班業主服務。

印象深刻的經歷

問及「任內一件深刻的事情」，徐主席告訴我們帝堡城的設施尚算完善，並無遇到甚麼大問題，而其中一件較為深刻的事，是她擔任其中一屆業委會主席時，與其他委員的理念不同，被要求放棄主席一職。當時她很掙扎，考慮留下繼續做業主委會員會委員，還是辭職不幹。她認為當中的衝擊，就如做班長時，突然被全班同學要求撤去班長職位一樣。她最後選擇了留下來繼續服務大家。這件事是她人生經驗中印象最深刻的事情，叫她體會到「放下身段」這四字的重要性。她勉勵年青人在難關面前不要輕言放棄，要多作反思，要有勇氣闖過去。

帝堡城的未來

關於帝堡城未來的發展，徐主席跟我們說，金融海嘯席捲全球，帝堡城的業主中，有不少專業人士、商人，或多或少也會受到影響；加上帝堡城建成至今已近十年，將會面對不少大型維修及保養，因此，現在最為要緊的，就是小心理財，為屋苑省錢，為屋苑增值，讓居民在辛苦工作之餘，毋須為居所煩惱，住得舒服、開心又安心。

對廣源社區設施的看法

徐主席認為廣源社區交通網絡和社區設施十分完善，美中不足的是沒有圖書館，銀行亦只有一間，提款機不足夠。她指出，在廣源邨中只有兩部提款機，不便居民提款，因此她希望未來可增加銀行，或增設更多提款機供居民使用；而區議會亦正為大家爭取興建圖書館。

廣林浸信會呂郭碧鳳幼稚園——歐金麗校長

小記者：3F 關恩諾、3P 張顥文、3P 陳培詩、3P 陳芷瑩（08-09）

廣林浸信會呂郭碧鳳幼稚園自 1990 年創校，在廣源區肩負起培育幼兒，發揚基督博愛精神的使命，今次我們有幸訪問該校歐金麗校長，暢談她的教育理念，也讓我們更了解「校長」這個工作。

「校長」的工作

歐校長告訴我們，其實在幼稚園，「校長」跟老師和同學很接近，不是大家想像中那麼遠，「校長」與其他老師只是工作性質不同，有不同的角色扮演而已。作為校長，她在學校行政方面的工作比較多，例如處理一些行政事務，目的是要令學校有安全的學習環境。

校長的日常工作又是怎樣的呢？原來校長的工作並不是我們想像中輕鬆。學生每天九時上學，但歐校長和老師八時四十五分便在門前迎接學生，為他們量度體溫以了解他們的健康情況，又跟家長溝通，討論學生的學習和情緒問題。學生九時開始上課，歐校長便會巡視每班上課情況，又要處理一些行政事務，例如為即將舉行的活動進行籌備工作，編配人手等。

另外在文件工作上，歐校長要檢查教案、工作紙、評估和教具，以跟進課程進度和人手安排。又要處理政府文件，關注教育制度的轉變，檢視學校工作是否符合政府要求，而維修方面，例如學校的消防、空調、水電的維修亦要兼顧。此外，面見老師、家長也是日常的工作，並要當上總編輯出版刊物等等。

原來「校長」的工作如此繁重，少一點魄力也不行呢！

從老師到校長

歐校長本來在大埔區幼稚園任教，工作了十年。後來幼稚園發展，在廣源邨開辦新幼稚園，她被調到這間幼稚園任副校長，翌年升任為校長。她認為這是出於神的安排。比較校長和教師的工作，歐校長認為教師較著重教學及培育小孩的成長，而校長則較著重行政層面，在行政上把教育推廣，發展較大，故認為「校長」一職頗適合她。她認為「好校長」要具備專業知識以配合教育的發展；有領導技巧和能力，帶領團隊；亦要跟同事和家長建立良好的關係。她謙虛的表示自己正在學習中。

教育理念

歐校長表示廣林浸信會呂郭碧鳳幼稚園是一所基督教學校，她希望學生可以培養出良好的品格，有基督愛人的精神，在聖經真理教導下，走正確的道路，正如校訓所言：「教養孩童，使他走當行的道，就是到老他也不偏離。」（箴言 22：6）

困難與挑戰

歐校長透露，其實當校長是不容易的。例如政府建議孩子應該按年齡學習相關知識，內容不宜過深，但家長卻希望孩子們可以多學多寫一點艱深字詞，面對政府和家長的要求不同，她便要處理其中的衝突，使雙方得到平衡。另外在做決策或推行活動時，既要考慮學校的需要，亦要顧及老師原本繁重的工作量，如何可以減輕老師的壓力，以達致兩全其美的效果，這是困難，也是挑戰。

學生眼中的校長

歐校長表示幼稚園的學生年齡為三至六歲，仍然幼小，很需要別人的關心和照顧。她跟老師們都很喜歡小孩子，以愛心和耐心培育她們，所以在學生眼中，她們同樣是和藹可親的。

轉變與展望

歐校長擔任這所幼稚園校長已有十七、八年，見證著廣源社區的轉變。從前，交通很不方便，但現在已有很大的改善了；建築物方面也改變了不少，增添了不少新成員，例如帝堡城、培基書院；還增加了很多人口，轉變極大。

展望未來，歐校長希望幼稚園繼續為廣源社區的家長和小朋友服務，並發展更多其他服務，例如增設「兩歲班」，以切合家長的需要。

此外，歐校長表示「廣源文化週」由幼稚園、小學、中學、青年中心等不同單位合辦，她參與「廣源文化週」的活動超過十年，期間雖有人事上的變動，有不同的合作單位，但新人事帶來新思維，彼此衷誠合作，推動文化週的活動。她希望各單位委員繼續努力，共同合作，讓本區居民透過活動認識主，希望主的福音在廣源邨傳揚。

沙田區議員 —— 羅光強先生

小記者：2F 周展鴻、2G 雷鈞耀（08-09）

這次的訪談對象是沙田區區議員羅光強區議員，我們有幸與他作訪問，並能參觀沙田區議會，當然讓我們感到特別興奮。羅議員也讓我們留在會議室內與他進行訪問。第一次進入區議會的會議室，面對寬敞的會議室我們一度以為能聽到自己的回音呢！羅議員在訪問前向我們介紹區議會開會的情況，沙田區議會原來是全港最多區議員的議會呢！他又向我們仔細解釋會議室後的一幅沙田鳥瞰圖，從照片中我們看到了沙田近年的變化真的很大。

什麼是區議員？

我們的第一個問題就是想知到區議員到底負責些什麼工作。羅議員認為區議員是負責區內事務，是作為政府和市民之間的溝通渠道，把市民的需要反映給政府；當政府有政策、資訊也要通過區議員告知市民；其次也是把政府給予的地區資源更合理地運用：提供資助給各類團體，讓他們舉辦不同的活動予市民參加，改善區內的設施，令市民更安全方便；更重要的是接受市民求助，了解他們對地區、政府的意見。

當區議員的日子

然後，羅議員分享了他當區議員的經驗。他覺得當區議員的煩惱是有些市民並不了解區議員的工作範疇，因此往往要求他們協助解決一些不屬於他們工作範圍內的困難，在那些情況下，他們其實只能作協助、提供資源的角色。因此他說區議員也要多做宣傳，派發小冊子、張貼海報，讓市民了解其工作範疇，減少誤會。

在當區議員的生涯裏，也有很多難忘的事情。羅議員跟我們分享了兩次的難忘經歷。第一次是在出席一次業主大會遇上精神病患者，還被她打了一巴掌；另外一件是在出席某一個屋苑的業主大會時被告知集會的地方被放置炸彈，為了大家的安全，他們移師到另一個安全的地方繼續會議。在會議期間，他們還聽到引爆炸彈的聲音呢！

羅議員認為，這兩次的事件讓他更關心弱勢社群的需要，也了解社會的許多問題都需要市民的相互協調、合作。區議員的責任也很重要，作為區議員，要以服務市民為己任，不怕困難，不畏惡勢力。

沙田的發展

羅議員很希望在沙田發展一些環保的設施，在不同的地方設立回收筒及舊衣回收箱；在大廈的天台增建太陽能電池板，採用太陽能發電以供大廈的需要；在馬鞍山海濱長廊加設風力發電的設備；多向市民作環保的宣傳。他也會身體力行，他會在家裏和子女一起收集舊報紙、塑料袋，以便進行回收。

他也特別提到廣源邨的發展。他認為廣源邨可以建有機農莊，促進環保活動發展；也可以加建緩跑設施，以推廣長跑活動。

對新一代的期望

談到對沙田的新一代的期望，羅議員認為新生代除了要學習更多課本知識以外，也要透過留意時事、參與社區活動以了解社會，擴闊眼界。同時，也要好好鍛鍊身體，要擁有強健的體魄才能更好的服務他人。他自己也非常熱愛體育運動，他還告訴我們今年的六月，他與朋友從香港跑步到北京，堅持每天跑一個馬拉松的距離，跑了五十五天，以北京的鳥巢為終點，為四川的災民籌得一百零五萬的善款。

他也很希望將多作運動的信息傳出去，讓更多的人參與運動，多做運動。他曾經舉辦多項活動，比如沙田到馬鞍山的長跑、馬鞍山到馬場的長跑活動、騎自行車到深圳的活動。也希望政府在沙田增加更多的文娛康樂設施，如暖水泳池等。

這一次的訪問，我們能夠走訪沙田區議會，得到與區議員對話的機會，實在是一次難忘又難得的機會！

香港神託會培基書院 —— 袁彼得校長

小記者：2P 陳家立、2F 朱庭希（08-09）

記者：今年是你第一年在本校擔任校長，請問你眼中的培基書院的學生是怎樣的？

袁校長：我眼中的培基書院學生是有禮貌的、友善的。當我和他們談話時，他們都樂於回應；看見我時都會主動向我點頭、打招呼。

記者：請問你眼中校長這職位對於一間學校來說除了是最重要的決策人和管理人之外，還有什麼責任？

校長：這讓我想起聖經中負責管理小羊的牧羊人。他除了要引導小羊到正確的地方吃草外，也要保護牠們免受危險。而我作為校長，責任當然要保護學生們，而且要多些和他們傾談，了解他們，知道他們的需要。

記者：一位學生要具備什條件，才稱得上師長、同學心目中的好學生？

校長：我認為一位好學生首先先要具備好的品格，與人關係良好，包括不同年級的同學和老師。能與不同人都能融洽相處，才算是與人關係良好。
第二，在學業方面，不單單是學習成績好，同學對學業更要有不斷追求進步和不恥下問的心，無論你的起點在哪裏，都要期望自己不斷進步，不斷超越自己。這樣比單單成績好更為重要。

記者：你認為教學理念是什麼？

校長：我認為每一個人都可以成功，也有成功的潛能。若學校能有一個和諧的氣氛，給予每一個同學鼓勵，就能讓同學們能有信心、安全感去追求他們的成功。

記者：請問您對培基書院有什麼期望？

校長：我期望能落實培基書院的使命，令每一位培基的學生都能成為有品格、有知識的領袖。

記者：聽說學校已向政府成功申請了學校對面的土地運用權，請問您希望怎樣運用那片土地？

校長：其實學校已計劃那片土地分為四個用途：有機耕作、高空繩網的歷奇訓練場、再生能源發電及男同學最喜歡的小型運動場。我希望不久之後不但我們的學生能夠使用我們的設施，其他的公眾人士也可以使用設施。我相信在不久的將來，當大部分的設施完成，也有專業的教練，我們的同學就可以運用那裏的設施了。

沙田靈光教會——郭志文牧師

小記者：2F 何天諾、2G 鄭文謙（08-09）

今次「人物專訪」的主角是沙田靈光教會郭志文牧師。這篇訪問記錄當天的談話內容，和大家分享。

沙田靈光教會的特色

郭牧師說沙田靈光教會是一間社區教會，與社區緊密合作，主要從事幼兒學校的工作，服務兩至六歲的小朋友和家長。雖然沙田靈光教會不算大，但和其他社區教會互相合作，可以更有效地運用資源。沙田靈光教會除了是社區性的教會之外，還著重海外的傳福音工作，教會定時派人去國內、東南亞等地區傳福音。

把廣源邨福音化的方法和遇到的困難

郭牧師認為把廣源邨福音化是教會的長遠目標，為了令更多人相信耶穌，教會已擴大服侍的地區，包括廣康區、帝堡城、村屋等，讓更多人認識耶穌。另外，教會之間互相合作，舉辦多些活動給居民，如文化週和廣源之夜，與他們保持良好的關係。教會在不同的節日會舉辦不同的活動：如在聖誕節派禮物，探訪居民；在元宵節，製作燈籠，猜燈謎，派禮物，玩遊戲，接觸居民；在端午節派糭子給街坊。再者，來自不同教會的足球隊、籃球隊等也和居民打成一片。除了和其他社區眾教會合作之外，沙田靈光教會也和區內眾多機構如培基書院、世界龍岡黃耀南小學等舉辦很多活動，進一步接觸和認識居民，幫助他們相信耶穌。

至於把廣源邨福音化時遇到的困難，郭牧師指出因為每間教會已有自己的份內工作，要再分配時間和資源一起合作，是很不容易的事。不過，因為大家都認同這個方向，所以雖然有困難，但大家都齊心協力去做。

牧師應具備的條件

郭牧師強調做牧師不是個人的選擇，而是需要有神的呼召和感動。一個牧師其實是傳道人，傳耶穌的福音，讓人認識福音，認識神的愛，改變人的生命。另外，牧師要勤讀聖經，以一個深入淺出的方法和人溝通。一個好的牧師更應該清楚了解時代的問題，將聖經的訊息結合現代的需要，應用於問題上。擅於溝通，喜歡與人接觸，有愛心，是做牧師必備的條件。

難忘的經歷

郭牧師說出任牧師以來，最難忘的是在 2003 年沙士期間，教會舉行的「清潔行動」。這個行動目的是關心長者，為他們打掃家居。當年，教會、區議員和立案法團一起合作聯絡社會福利署提供可以探訪的長者名單。意想不到的是，這個行動得到很大的回響，有十三個團體一起合作，參與的人士更包括恒生商學院的同學，還有大學生等共一百多名義工。因為這個活動，教會可以接觸到很多的家庭，亦讓更多人認識耶穌，將愛心有效地實踐出來。特別在家訪中，可以知道街坊的需要，從而安排小朋友的補習、旅遊等，很多街坊到現在還記得這個愛心行動，這也是郭牧師覺得有意義的原因。

勉勵青少年的話

郭牧師勉勵我們青少年要開開心心，好好學習，經歷生命和神為我們預備的一切。青少年應做好自己的本份，持續學習，不可半途而廢，多參加遊學團，去不同的地方增廣見聞。牧師也鼓勵我們多服務社區，如探訪老人家。最後郭牧師更加語重心長地提醒青少年小心選擇朋友，如誤交黑社會份子，影響將會十分大。

結語

在訪問期間，郭牧師親切的態度，友善的言談，使採訪的同學如沐春風。這些想必也是牧師必備的條件之一。

廣源邨區議員——鄭楚光先生

小記者：2G 符穎襄、2J 曾苑婷、2F 謝卓妍（08-09）

今次「人物專訪」的主角是廣康區區議員鄭楚光先生。有機會訪問他，讓我們得到了一次難忘、寶貴的經驗。

區議員應具備的條件

問到區議員應具備的條件，鄭議員表示首要條件是要有一顆無私奉獻的心為地區服務，凡事要盡自己的能力去做。雖然有很多事情不能在人為的控制下，或者在區議員的能力範圍內可以做到，但無論如何區議員是居民選出來的，所以當選民需要幫忙的時候，區議員亦應該盡自己的能力去幫助他們。

難忘的經歷

鄭議員說出任區議員以來，最難忘的經歷是有人來求他幫忙，他幫了忙後，卻反而被人罵。這次經歷是在鄭議員幫街坊爭取修建廣源邨巴士總站對面的樓梯級時發生的。鄭議員告訴我們以前那條樓梯的位置只是一大堆亂石，很是危險，加上晚上沒有燈光，村民，特別是老人家覺得十分不方便。鄭議員於是聯絡路政署商討這個問題，但遇到很大的困難，因為那個斜坡是路政署的，而居民卻在那裡非法搭建，所以路政署拒絕受理。但鄭議員不放棄，並當面向路政署副署長反映這個問題，路政署終於派人來修路，所以才有現在的這條石路和樓梯讓街坊使用。但結果鄭議員卻因此被一個老伯伯罵，罵他是千古罪人，罵他為何要修建那條路，弄得老伯伯出入也很辛苦。因這件事，鄭議員兩晚都睡不著，因為他的原意是想幫助居民，但反而變成了千古罪人。

需要增加的設施

鄭議員認為今天廣源邨各方面的設施和配套都不錯，但在交通方面，居民的要求較為殷切，所以他希望可以為居民爭取更完善的交通配套。如爭取 A41 機場巴士，85A 巴士去九龍城碼頭等，令居民出入更加方便。

減壓良方

問到有何減壓良方，鄭議員表示他喜歡唱歌，特別是唱卡拉 OK 是一種減壓的良方。當不開心時，他會唱些傷感的歌，心情會變得較舒服；開心時他會唱些激昂的歌，那會令人更開心，因為唱歌可以鬆弛一個人的神經。另外，鄭議員說行山也是減壓的良方，因為在行山的路途中遇到街坊，街坊和他打招呼及對他努力工作的肯定，令他有很大的成功感，一切的煩惱都會因此而慢慢減少。

勉勵青少年的話

最後，鄭議員提醒我們要特別注意青少年濫藥問題，特別是K仔，青少年應該堅定遠離毒品。鄭議員還勉勵青少年要珍惜現在的一切，遠離有害的K仔，積極面對困難，創造美好的明天。

廣源邨設計師——陸光偉先生

小記者：2J 高梓奇、2J 勞嘉熙（08-09）

為著廣源邨文化節的人物專訪，我們特邀沙田房屋署高級建築師陸光偉先生作了一個專訪。陸先生是當年廣源邨屋邨設計者，這個設計非常特別，也曾得過獎。這一次我們能訪問陸先生，實在是非常榮幸。

我們最感興趣的當然是問問陸先生為什麼會當建築師，是他小時候的夢想嗎？陸先生卻給了一個讓我們意外的答案，原來是因為他有朋友到外國升學，那位朋友讀建築系，因此當他中五到外國升學時就對建築發生興趣，其後越來越喜歡建築，因此也以此為職業了。

接著我們希望陸先生與我們分享一下他在房屋署工作期間感到特別難忘的經歷。陸先生考慮了一下就說，每一個工程也頗讓他難忘。若是說到廣源邨的設計，無論在設計上或者建築期間都有讓人很難忘的地方。從工程期間如何克服困難，到安排開幕典禮，看到人們如何運用規劃好的地方，看到自己的規劃能夠合符人的需要，真的好高興，很難忘。

當然我們也好奇需要什麼條件才能勝任當建築師呢？陸先生認為，其一是一定要專注工作，他補充不論從事什麼行業工作，首要條件就是專注，專注於你的工作是很重要的。其次是對你的工作有興趣，他以建築師為例子，認為建築師需要花大量時間做設計，因此一定是對這個工作有很大的興趣，才不會半途而廢，要有不放棄的精神。

其後我們就問一些有關廣源邨的設計的問題，陸先生也一一解答我們的疑難。首先是廣源邨的設計問題。陸先生解釋廣源邨依山而建，倘若採用一般的屋邨設計方法就需要浩大的平整土地工程，因此他們就另闢蹊徑，採用一個開放式的設計，將店舖分散座落在不同的地方，一個花園的模樣，讓人不覺得走了很長的路，但是其實廣源　的噴水池到鐘樓位置，大家其實已經走了差不多五層樓了。真是讓我們感到非常的驚訝。

陸先生說現在回想起來，若能對廣源邨再作一些改變，或許會增加更多的環保元素，例如增加太陽能的設施，可節省電力；又或許重新改建廣源邨附近的居住樓宇，讓整個的設計更配合，風格更統一。而說到陸先生最喜歡的一座建築物時，陸先生就毫不猶豫地回答是鐘樓。因為他覺得鐘樓是一個很有象徵性的建築，它外型特別，是廣源　的標誌，甚至遠至沙田畫舫也能看到。鐘樓也有實用功能，它十分準時，設計得十分巧妙，因為要考慮到風力的影響。因此，鐘樓是他最喜愛的建築物。

最後，我們問到陸先生廣源邨的設計的優勝之處在哪？陸先生會覺得設計者的心思能夠被大家所能體會，加以運用，是廣源邨的設計比其他建築設計更好的地方。我們的訪談就在愉快的氣氛下結束了，我們真的很感謝陸先生這一次接受我們的採訪，實在是讓我們獲益良多。