



中華基督教青年會中學



故事啟迪心靈——

# 一人一故事

2014-2015

中文科及英文科

地址：新界元朗天水圍天富苑

網址：[www.cymcass.edu.hk](http://www.cymcass.edu.hk)

電話：2540 8650

# 前言

## 一人一故事

陳錦偉校長

每個人都是獨特的。不管我們的才資、樣貌是怎樣，就算我們是同名同姓，或是同年同月同日出生的兩個人，我們的人生都不一樣。因為我是我，我與你所擁有的成長經歷都不一樣，我有我的故事。

本學年，我們於中、英文科加入主題學習——「一人一故事」，就是希望大家回望自己十多年的生，或是聆聽別人的故事，反思自己的生命。每一個人都有其鮮為人知，但可與人傾訴的故事，且看網絡上「面書」平台，便可知人是有渴望與人分享的心情。正因如此，我們除了讓同學踏上舞台，分享個人故事外，亦希望藉著文字空間，讓同學寫出彼此的故事，結集成書，以文字媒介，與大家分享個人事跡。

同學，齊來細閱這本屬於我們青中人的《一人一故事》吧！

# 目錄

## 難忘往事

1CW 劉焯熙	P.4	2TY 馮梓杰	P.25
1CW 林頌賢	P.5	3CC 顏翠怡	P.26
1KT 譚家豪	P.6	3CL 黃浚彥	P.27
1KT 施若雪	P.7	3CY 蔡健維	P.28
1LL 張芷瑜	P.10	3LI 李沛衡	P.29
1LT 鄒浩天	P.11	3LT 李逸然	P.31
1TT 周瑩	P.12	4CS 劉雅雪	P.33
2CC 鍾卓希	P.13	4CT 許恩儒	P.35
2CC 林允充	P.15	4CT 黃曦	P.36
2LW 歐殷璋	P.17	4HW 賴浩婷	P.38
2LW 謝嘉敏	P.19	4HW 黃衛良	P.40
2TY 黃宇軒	P.21	4SC 巫騫泰	P.42
2TY 陳麗雯	P.23	4SY 何冠榮	P.42

## 生命中最重要的一...

1CW 黃紀瑤	P.46	2TY 盧思睿	P.62
1KT 周梓聰	P.47	2TY 馬尹兒	P.63
1KT 黃翠楹	P.48	3CC 黎詩韻	P.64
1LL 溫玉瑩	P.49	3CC 吳玉林	P.65
1LT 劉劍鋒	P.50	3CY 李駿昊	P.66
2BC 吳嘉琪	P.52	3LT 吳宇軒	P.67
2BC 楊芷欣	P.54	4CS 黎肇豐	P.69
2CC 張智灝	P.56	4HW 陳淑盈	P.71
2CC 吳仲朗	P.58	4HW 廖穎恩	P.73
2TW 彭竣暘	P.60	4SC 簡寶傑	P.75

## 我的故事

5CL 羅樂君	P.78	5LC 蔡浩沂	P.94
5CL 謝柱安	P.80	5LP 周鑫全	P.96
5CL 袁碧兒	P.82	5LP 張炳杰	P.99
5HC 錢敏怡	P.83	5LP 蔡可盈	P.101
5HC 黎德杰	P.86	5LW 陳美鴻	P.103
5LC 呂穎衡	P.88	5PL 趙尚賢	P.106
5LC 曾思敏	P.90	5PL 周靜怡	P.108
5LC 程凱琳	P.92	5PL 胡曉詩	P.110

# 難忘往事





**早**在三個月前，我經歷了一件开心的事。這就是我期待已久拍家庭相片的大事。那天的主角是我，一家人陪伴我拍畢業照片。

當我穿起畢業袍，我頓時感覺自己長大了。戴上了畢業帽，象徵我的人生快要走向另一個階段。我拿起畢業娃娃，它是我一年級班主任送給我的。一看見它，我就想起小學的回憶，所以在拍照的時候，我一直拿着它。

拍照期間，我的每一個笑容也很真誠。六年過去了，我已經不是小孩子了，可以更自主、更獨立，希望未來六年的中學生涯可以同樣多姿多彩呢！

## 老師回應：

希望你未來的中學生涯盡是真誠、快樂的笑容！

—— 劉紫燕老師

每一個人都有他的難忘往事，而使我  
最難忘的事，就是在我小學生涯中的  
最後一天——畢業典禮。

在那天，我和同學都穿着整齊的校服，懷着興奮又緊張的心情進入禮堂。禮堂的四周都是老師用心佈置的絲帶和過去六年的照片，而在台上的螢幕上，投射出我們在畢業營（教育營）中的快樂點滴。我們隨着老師的指示走到座位，在畢業典禮上，我還見到老師的特別造型，連平日穿褲子的女老師都穿上了短裙。在領畢業證書的時候，我們都顯得特別緊張，幸好的是我們並沒有發生任何倒霉的事情。



在畢業典禮的尾聲，我們和合唱團合作，一起唱出一首歌，是向一直以來照顧我們、教導我們的老師致敬。在這種氣氛下，不少老師、家長和學生都忍不住淚水，這些淚水是高興的淚水，是捨不得的淚水。

在回家之前，有些同學一起抱頭痛哭，有些同學向老師送上最真誠的感謝，也有些同學則和父母一起笑着回家。

這個畫面，我永遠不會忘記，因為人生只有一次小學生畢業典禮。

## 老師回應：

告別生活了六年的小學校園，難免不捨，內裏充滿了人和事的回憶，教人難忘。然而「天下無不散之筵席」，今天的離別是邁向成長的第一步，迎來未來六年豐盛多彩的中學校園生活。恭喜您成為中學生！

—— 麥燕眉老師



**兩**年前的暑假，我和家人到了內蒙古呼倫貝爾大草原。呼倫貝爾大草原是世界四大草原之一，被稱為世界最好的草原。

呼倫貝爾大草原一望無際，空氣十分清新，風吹來時十分清涼。我在車上一邊吃牛肉乾，一邊欣賞風景，車窗外不時有一群牛羊，我們停下來，和牠們一起拍照。

車往向前行了一會兒，我們來到一個馬場。馬場很簡陋，只有一個蒙古包和幾條木造成的木欄，圍欄上綁住二十幾匹馬供客人挑選。看見喜歡的馬匹，就可以給錢騎馬。不遠處有一個湖，湖邊有幾百匹馬在休息。

我們每人挑選了一匹馬。那是我第一次騎馬，當時我還長得不高，爸爸把我抱在馬背上，嘴裡不時還喊出幾聲：「騎！騎！」。

騎過馬後，我們來到湖邊跟馬匹拍照留念。天空又高又藍，我們一家人都洋溢着快樂的笑聲，這次行程真快樂！

### 老師回應：

能在藍天白雲下在大草原上策馬奔馳，真是令人羨慕的體驗！

--- 劉紫燕老師

去年暑假，我和好友一起報名參加一個由志願團體舉辦的義工活動——到老人院探訪老人。辦活動的目的，是希望在老人院的老人能夠感到快樂和積極迎接每一天。

那天早上，我和好友便急不及待地趕到集合地點，再與十位參加者和兩位導師一起乘坐旅遊車到目的地。在車上，我感到十分緊張和害怕，因為這次是我第一次參與義工服務。

到達目的地，我感到更加緊張，因為害怕自己不能夠把工作做好。例如：如何照顧老人、如何關心他們、怎樣才能讓他們感到快樂……點點滴滴的事情都一一浮現在我腦海裏。進門前，我的心跳也隨之而加快，更有退縮的念頭；但一進大門，看見他們熱情地歡迎我們，我嚇了一跳。看見他們的熱情，我彷彿把一切擔心和害怕的事情，忘記得一乾二淨。

到了午飯時間，我們把各自帶來的食物和他們分享，雖然大家帶來的食物並非山珍海味，但大家都吃得津津有味。看見他們吃東西的笑容，讓我感到無窮無盡的成功感和滿足。我發現原來照顧長者並非是一件困難的事，而是一件十分有意義的事情。

吃過午飯後，我和他們一起做運動和玩一些小遊戲。其中有幾位長者更熱心地教導我們如何使用運動器材，在他們悉心教導下，我獲益良多和十分感謝他們。接着，我和幾位朋友一起與長者玩一些小遊戲。看見他們十分投入，我也十分高興。





離開的時候，我把我們預先準備好的小禮物送給長者們，我看見他們從我手上接過小禮物時，臉上展露出一絲絲的微笑，我十分感動，因為我從來都沒有想過自己能夠帶給他們歡樂，我永遠都不會忘記他們的微笑。

回程的時候，我不斷地回想和長者相處的情景。我衷心地祝福他們能夠生活得開開心心、快快樂樂。參加這次活動讓我獲益良多，我學習到怎樣與人相處和互相合作。從這個寶貴的經驗當中，讓我明白許多做人的道理。如果可以的話，我真的希望可以再參加一次這個既有意義又難忘的活動。

### 老師回應：

若雪，除了度過一個充實而有意義的暑假，還為老人家帶來歡樂，學會了與老人家溝通及準備活動的細節，相當有意思！同學們，不妨學習若雪同學，多參與義工服務，幫助別人之餘，還可窺探社會上不同人物的故事。

---- 麥燕眉老師

說起難忘往事，當然少不得在青中的第一個旅行日！那是充滿笑聲的一天。

十二月七日是我在青中第一個旅行日。那天我比平日開懷一百倍有多，因為那天我們 1LL 班比往日更團結！

在旅行前的一個星期，我們班設計了一連串的活動，有近期很流行的韓國遊戲「Running man」、「數字球」……。在遊戲開始前，老師總是會跟我們講解遊戲規則，希望我們玩得公平、玩得開心。可惜事實並非如想像般理想。在遊戲開始的首一、兩分鐘，大家都玩得循規蹈矩，但兩分鐘過後，大家都變得不耐煩，已經將所有規則置諸腦後，大家都像「怪獸」般四處奔跑。還是算了吧，這就是 1LL 班！只要玩得安全、開心，留下難忘的回憶就行了！

令我難忘的事情當然還有李老師的「自家煲仔飯」和「燒菠蘿」！另外，我和幾位同學代表班參加中一級的烹飪比賽，起初



我們一片混亂，對於怎樣裝飾、怎樣調味、怎麼烹調才入味，毫無頭緒。突然，我想出一種方法，與大家的商議後，大家一致同意這種烹調方法。我們立即各自埋首工作，一小時後，作品終於「出爐」，但賣相比我們想像差多了。不過味道才是最重要！

評判品嚐了各班的佳餚後，時間已經不早了，我們回程。臨走前，大家都七手八腳地收拾東西和周圍的垃圾，大家臉上都像掛着「不捨」的牌子，沒精打彩。

回到學校，評判好像有話要說，大家馬上封口，靜聽老師的話。老師宣佈了「最健康獎」、「最有創意獎」，但均沒有我班的份兒。最後，評判宣佈：「『最美味獎』是 1LL 班！」我開心得尖叫起來，我真的很高興。我跟同學的努力沒有白費，還為班贏得獎項！這真是既驚喜又難忘的旅行！

### 老師回應：

文章用心完成，選取當天令你印象難忘的片段，情感真摯，流露出你對你 1LL 班的喜愛！

--- 劉紫燕老師

前年七月，我經歷了一件一生難忘的事——「遊船河」。

還記得那天早上，我們一家四口乘車到西貢。正當我們準備上船時，突然有一個巨浪擁至，令船身大幅搖擺，差點把我搖下船，幸好我馬步穩健，否則我就會變成一隻「落湯雞」了。

到了目的地之後，我們已經急不及待到海中暢泳。正準備下船的時候，爸爸叫我們做好熱身才下水玩。下水後，我看到水底一片漆黑，以為空無一物，突然一大群魚在我身旁游過；我才發現，原來水底真是很美，為什麼人類要破壞它？經過一天的游玩後，我們先乘船到西貢，然後再乘車回家，結束一天的旅程。

這一天是我第一次去「遊船河」，我玩得很盡興。同時，我們必須要保護大自然，否則我第二次去「遊船河」，海底會變得混濁。



### 老師回應：

大自然確是人類重要的資產，如大家看了你的分享，相信可學會與大自然和諧共處。

—— 劉紫燕老師



**還**記得大概七、八年前，我有一位好朋友叫慧慧，她住在我旁邊的大廈。我們天天一起玩樂，遇到不快樂時，她會逗我笑；遇到困難時，她會為我解決；遇到艱苦時會助我一臂之力……她一直以來像大姐姐一樣，貼心照顧我這個調皮的猴子。不過，有一天……



那天，我照常準時到達慧慧的家，找她玩耍。她帶了兒童玩的小滑板，而我就帶了自行車。我們一到樓下就一起「開車」到會所玩遊戲。例如：捉迷藏、紅綠燈、大白鯊、青蛙跳等等。過了一會兒，我們倆都玩得十分盡興。不久，我們想玩的遊戲不一樣，因為意見不合而吵架了。我們各自踏上自己的車打算回家時，突發事情發生了。



正當我踏上單車時，我的右腳不小心地插進了自行車輪胎去了。當時，因為太痛，我馬上大哭起來。我以為沒人會來幫助我時，突然有位女孩正向我直衝過來。我大吃一驚，原來是慧慧。她一邊為我解開腳上的結，一邊溫柔地問我：「痛不痛呀？」我就小聲地問她：「我們不是吵架了嗎？」然後，她答道：「我們是好朋友啊！不論你是否和我吵架或絕交，我也認為我們永遠是好朋友呢！」當時，我的眼淚就像瀑布一樣傾瀉下來。這個不是一個故事，而是真實的經歷！它是我畢生難忘的事。

### 老師回應：

慧慧可說是瑩瑩的童年玩伴、知己吧！友情就是經得起考驗，彼此可以和而不同，互相體諒、關照。風波過後，友情更深厚。瑩瑩，好好珍惜這位好朋友吧！

—— 麥燕眉老師

「明日復明日，明日何其多，我生待明日，萬事成蹉跎……」

你曾經聽過這首《明日歌》嗎？就算你沒有聽過，看了首四句，大約也了解到詩中的意思吧！這首詩是勉勵我們要珍惜時間，作者是錢鶴灘，我以下的經歷和珍惜時間有關。

小六是十分忙碌的一年，我相信每一位都經歷過。同學有的在努力地溫習，為了在考試中有更好的成績；有的選擇不同的中學，令自己將來有更好的學習環境。而所有人只為同一目標進發，就是入一間好的中學。有好的學生，那就當然有整天百無聊賴的學生——我。

我是一個成績不太差的學生，老師教我的我都懂，但我就是不懂珍惜時間。我每次交功課時，都跟老師說明天交，但這個明天是無了期的。直到老師要求我留堂，我才去做。所以，我經常留堂。每次老師想我改掉這習慣時，他們不斷說要珍惜時間和類似的東西，我卻聽不入耳。有一次，老師派了一份工作紙給我們做，他說是計平時分的，佔的比例很重，所以一定要交。當然我沒有自動自覺地去完成，但我心想：「原本我的平時分也不是很好，如果這份也不做，那我可能會不合格……」我想到這裏，心裏發毛，所以我決定要做。但是，或許我平日都懶懶散散和習慣了不做功課，這件事很快就給忘記了。

到了翌日早上，我才發現



沒有做那份功課。而那份功課的閱讀理解主題就是《明日歌》，詩歌內容每一句，都像在形容我的行為。我恍然大悟，醒覺要珍惜時間。其實留堂的時間可以用來做很多事，我不應該浪費時間和不能沒有誠信。從那次起，我決定要改掉欠功課的習慣。

經過這件事後，我明白到要珍惜時間。因為時間就是金錢，時間甚至比金錢重要。因為你沒有時間，也用不著那些金錢。我期望大家能珍惜時間，正所謂「一寸光陰一寸金，寸金難買寸光陰」。你浪費了的時間是追不回來的，但你需要面對已浪費了很多時間的現實，讓自己有一個新開始。不要因為已浪費了太多時間，就覺得自己沒法補救。我也希望大家能夠對自己有更高的要求，生活不再懶懶散散，無所事事。發生那件事後，我比以前更珍惜時間，也不遲交功課了。我能有條理地安排時間，例如寫時間表去編排活動，也不再不做功課，即日就完成家課。

### 老師回應：

卓希之故事，告訴我們要經常反思，醒察己過並及時改正。人有陋習在所難免，卓希一開始亦有懶惰、欠交功課的習慣，但聽過老師的勸導及《明日歌》，他反思讀書是要做好本份，把握時間。

面對自己的陋習，你存甚麼態度？積極改過？一笑置之？對別人的提醒充耳不聞，我行我素？深盼卓希之故事，能提醒我們每日要三省吾身，並及時改過。

---- 鄭麗琳老師

在小學三年級，有位小男孩，樣子平凡而且思想尚未成熟，每天都只會百無聊賴的小男孩，正是我本人。從前的我，在學校只懂玩、睡，而且做任何事都不會想後果的天真無邪，簡簡單單的一位孩子。

在那年，我認識了一班損友。那些損友教我做了很多錯事，而且那些錯是不能補救的，過去了就永沒有機會修補，像是被歷史燙傷而留下的一個烙印，使我深深記住。當時，我十分討厭中文，不是因為中文科太多功課，而是我覺得老師針對我；每次明明不是我錯，卻可以把一切都推到我身上，根本就是給了我一個「莫須有」的罪名。當時，我認為世界上根本沒有人嘗過這種被冤枉的滋味，於是我便夥同幾位「好朋友」蹺課；每次上中文課，都跑到醫療室聊天，差不多每一、兩個月就去一次，這種狀況差不多持續了一個學期。後來，再經朋友的介紹，慢慢接觸到電腦；結果每天放學後回家，我便馬上開動電腦，和朋友連線「打機」、「打機」、「打機」。功課？不就是小息和上學的時候做嗎？在家，任何功課都不做。

開始時，也許會很開心，但經過長期的遊樂，我漸漸感到疲倦，而測驗、考試的結果，也使我看清一切：我原來成績一向在中等，但經過電腦「洗禮」後，分數比我預期中更低。不過，因禍得福，平時一向在班上存在感甚低的我，反而被老師留意，有一天放學後老師跟我聊天。



記得當日留堂時，中文老師不斷問我問題，但我只敷衍了事，直至他說了一句話：「你別再跟你所謂的好朋友玩了，而且不要繼續沉迷電腦，偶爾玩一下就好了；再者他們都是惡魔，你應改變自己生活，尋找一些真正真正的好朋友。」說罷了，他便讓我回家。在回家的路途中，雖然只有七、八分鐘左右的路程，卻使我覺得格外長……我想了很多事情，最終雖然解開了一些心事，但中文科老師給我的壞感覺依然纏繞我心。不過，我也不管甚麼，只是默默地讀自己的書。

好不容易，終於升上中學，一想到小學時自己的所作所為，



就感到自己當時很幼稚、愚昧和可笑。話雖如此，但對中文科依然感到討厭；每次考試，我都只希望合格就好了，敷衍了事。

在中學的中文課，除了聽書和抄筆記外，其他時間都是呆著。當老師跟大家互動的時候，每次我都只希望不要抽中自己，害怕被抽中後，不懂回答問題；而且老師每次提問時我都會覺得特別緊張，不知所措。

在中一接近上學期尾時，終於把我多年來的心結解開了。還記得有一次欠交功課下，被老師罰留堂，要把功課完成，並多抄兩次功課內容才可以回家。當時在教室中，我感到很無助，只可以怪責自己的錯失。自問中文科表現一向不好，留堂補做功課期間，遇上了一些不懂得做的題目，本想問一問同組上堂同學，但他離我很遠。我身邊沒有一個是我認識的朋友，我心想：怎麼都沒有理由亂做一通，更何況我有欠於老師。



在別無選擇的情況下，我只好踏出我的第一步，直接去找老師幫助——原來就算我做錯了些只有小學程度的問題，平時一向嚴厲的她——我的中文老師，不但不怪責我，反而更加用心把我錯的地方再說明一次；她更鼓勵我如有問題，可以在下課後向她詢問。她的性格不像其他老師，無架子，這是我第一位在中學遇到的好老師！多謝你！

我希望各位可以在日後，做任何事前，都必須先想清楚後果，不要做一些會使自己後悔的決定。另外，在認識朋友方面要小心，要帶眼識人，要分清對錯，不要盲目跟隨，失去了思考能力。

### 老師回應：

成長的路程中，難免會遇到種種不同的歧途誤路，一不覺意便會行差踏錯。允允幸得老師幫助，更可貴其能反省自身，從而改過。知錯能改，善莫大焉。望同學能以昔日之錯為戒，得明日之功成。

---- 曾子剛老師

每一個人都有他的自己的故事，而我在中秋節就經歷了一件令我一生難忘的事，這就是我的故事。

今年的中秋節是我過得最難忘的。那天晚上，我們如常和爺爺、奶奶一起吃晚飯。我們一邊吃，一邊嚷着吃完晚飯後，要去公園裏玩。長輩們一致贊成，我和妹妹便偷偷地拿了一個月餅罐、打火機、一盒蠟燭和一些熒光棒到公園去玩。

到了公園後，有些人在吃月餅；有些人在玩熒光棒；還有些人在賞月。由於月色太美麗了，所以我和妹妹抵不住引誘，也跟着其上山去。到了山坡，我們眺望月光，彷彿看見嫦娥在奔向滿月一樣，看見美麗的月色，我們便想起去年的中秋節。去年中秋節下雨，所以，前來賞月的人不多，但今年沒有下雨，賞月的人比去年多。欣賞完美麗的月色後，我們便去和朋友一起玩了。起初，妹妹只是和朋友一起玩熒光棒，而我就和一些朋友玩蠟燭，過了一會兒還「煲蠟」，他們越玩越過火。



「煲蠟」的時候，我提出了一個主意，就是把一些熒光棒液體放進火內，不消一分鐘，月餅罐內起了大火。由於我和我的朋友正正站在月餅罐的旁邊，我的衣服尾端燒著了，出現火光，身旁的人驚嚇得不知所措。有些人更先走為快，但只有妹妹奮不顧身地闖進火海，脫掉衣服，奮力地把我衣尾端的火撲熄，由於那時已是晚上十一時了，但我們還未回家，所以媽媽便來找我們。當媽媽到達公園的時候，看見煙霧瀰漫和看見妹妹沒穿衣服，再加上月餅罐已化成灰，媽媽便狠狠地責罵了我一頓。

媽媽還說來年的中秋不准我們到公園玩，因為她怕我們樂極生悲，我以後也不敢玩到那麼瘋狂，要玩得有節制。



### 老師回應：

文章內容描述清晰、感情真摯，帶出了同學對聚少離多的一家人相處時間的珍惜，並體會出中秋佳節的天倫共樂、一家團圓的深意。

---- 李光劍老師

殷瑋一次「煲蠟」的經歷，除驚險俱備外，亦體會手足情深。妹妹捨身營救，當可說是哥哥的救命恩人，要好好愛惜妹妹啊！

---- 麥燕眉老師

大家好！今天我想分享一個故事，這個故事是關於我小時候離家出走的一個故事。

在我小時候，我的爸爸媽媽都不太關心我，對一個小朋友來說，他們每天都只是在吵架，無論是在我溫習的時候、做功課的時候、早上醒過來的時候，我的父母也在吵架。

我的父母工作很忙，每天下班回來，也只是問我一些功課、成績，從來沒有關心過我的心情。當我找媽媽聊天，說一些我的事情，她每次都會拒絕我，我開始覺得我是這個家庭的負累，我的思想開始變得負面。

一天又一天，我的成績開始下降，我的想法變得越來越來負面，我有了一個想法，只要我離開這個家，我的家人就會很開心了。

那天放學，我就只帶著書包出走，我沒什麼方向感，就是一直走，走了大概一小時，我見到了一個小孩和她的媽媽牽著手走過來，我覺得很傷心。又走了一會，我的肚子開始餓了，我想起家裡媽媽的愛心飯菜，接著我也開始覺得很冷，便想起家裡的溫暖，在這樣的情況下，我開始哭了起來。我那時哭了很久，仿佛對這世界已經絕望了，我累了，身上並沒有錢，我只能找一張椅子坐下，然後我就這樣過了一晚。

翌日早上，其實只是離開了家一個晚上，但是我已經覺得時間過了很久很久，我在椅子上爬起來，覺得家人已經不會再找我了，那份空虛令我倍感傷感，我哭了又哭，眼淚把我的衣服沾濕了，可能是我太想念家人，我大叫了一聲「哥哥」。突然，我身後有人拍了我一下，我充滿了期待，轉身，果然是我的哥哥，我



想他一定會責怪我吧，但是他只說了一聲：「我們回家吧！」此刻，我無法用言語表達我內心的喜悅和內疚。

回到家，我發現媽媽不在，我問哥哥，得知媽媽為了找我，在樓梯上行走得太急，從樓梯摔了下來，去了醫院。我內心的愧疚化成了擔心，我馬上奔往媽媽所在的醫院，然後去問醫生，知道了媽媽沒有生命危險，我這才安心下來。我看到媽媽，立刻哭起來，媽媽看到我也哭了，我慢慢走去我媽媽的身旁，我一直在說對不起，媽媽並沒有怪責我，只說了一句：「沒關係，回來就好。」

在那以後，我學習了跟父母相處的方式，我和家人破鏡重圓，我有事會和媽媽分享，媽媽也不會像以前那樣對我，我和家人的關係好了很多。

經過了這件事，令我知道了家庭的溫暖，家人之間的愛，學會尊重。有些傳統的父母可能不會懂得表達自己，可是我們做子女的，也要懂得做主動去忍讓，去和父母表達，不要等失去的時候才珍惜。否則，趕不及了。希望大家也能和我一樣，改善自己和父母的關係，謝謝！



### 老師回應：

同學的內容描述真摯動人、情節吸引，能恰當運用個人真實經歷。文章亦帶出事件給予同學反省的良機，並學會珍惜家人、孝順父母的訊息。文章更敘述這事如何改變自己的性格。

---- 李光劍老師

首先，我想講的故事就是我之前學游泳的一些經歷。從前我非常怕水，因為我曾經遇溺；但是媽媽認為男孩子要學懂游泳，所以到了小學三年級，在媽媽的「威迫」下，我唯有硬着頭皮去學習游泳。

當我走到泳池邊，心裏已經感到非常害怕，但還勉強有膽量下水。剛開始要學習自由式，感覺還可以；但當要學習背泳的時候，我則非常害怕，害怕浮在水面，總覺得會沉到池底。不過，在教練再三要求下，我只有鼓起勇氣，嘗試浮在水面，竟然成功了！可是，第二個問題又出現了！那就是浮在水面的我，應該怎樣在水中站起來呢？我不知所措，差點哭出來，幸好教練及時指導我在水中站起來，才免於在同學面前丟臉。



經過個多月時間，我終於學會背泳。接着，我要學習蛙泳。一開始，我的姿勢不正確，但經教練指導後，我把握了蛙泳的技巧，我學懂了。現在，我在泳隊裏，以蛙泳最強！我的隊友甚至幫我起了一個「花名」----「牛蛙」！

終於到了我認為最難學習的蝶泳！學習這個泳式，花了我個半月，為什麼呢？因為蝶式需要用很大的氣力，特別是腰力，可惜我的力氣一般，所以練得非常辛苦。我記得當時，只能勉強游 25 米；但現在，我可以有 50 米。雖然對於很多泳手來說，游 50 米蝶泳只是很普通的事，但對我來說，這 25 米的進步是我努力的成果啊！我非常開心。

後來，我加入泳隊，努力游泳。記得有一次，泳會要選拔泳隊正選代表，我要不停來回游泳，但竟然在游第三個「塘」的時候，我身體不適，停下來。結果，我當然選不上。我很後悔！如

果我再堅持一下，那我就是正選代表了，但不要緊，今年夏天我會再次挑戰，誓要成為正選！

學習游泳的經歷，令我明白做人要永不言敗，努力克服困難；即使多次失敗，但還是努力堅持，最終都會成功！另外，我明白到「害怕」其實是自己給自己的，只要大膽面對，有勇氣，困難最終會被克服的！



### 老師回應：

宇軒，從害怕到克服，並立志當「正選」，過程殊不簡單。絕對相信宇軒下了不少苦功，才獲得如此活靈活現的綽號——「牛蛙」。當要感謝「威迫」的媽媽及用心的教練，成就今天的您。

—— 麥燕眉老師

在 我還是小學時，我曾參加過一個令我受益至今、印象極深的活動。

在一個陽光普照的日子裏，一車人熱熱鬧鬧地坐在開往英德的大巴上，準備與那些淳樸的山區孩子見面。這個名為「藍絲帶」的活動是由一群懷著熱忱之心，想要改善山區孩子生活的人們所舉辦的。我靠在窗邊想，為何不直接以物質幫助他們，非要耗費時間人力去佈置一個活動呢？帶著疑問，長途跋涉的我們到達了英德。英德是一個好地方，四面環山，長滿青苔的長石磚，鳥鳴蟲叫，當腳踏上這片土地，整個人都心曠神怡起來了。

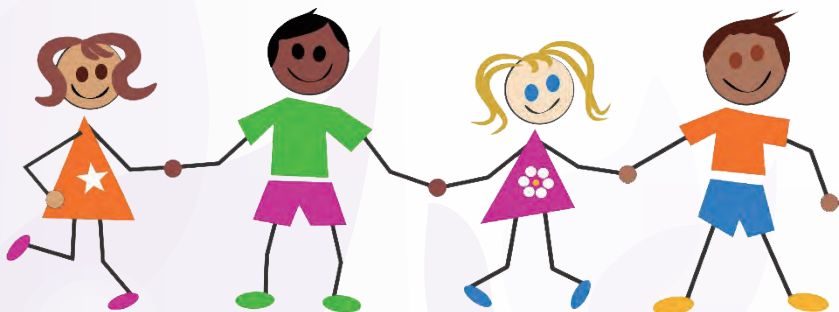
活動在下午舉行，無所事事的我們，先在活動的指定地點的那所學校轉悠，順便看看這裏的學生們的學校生活。在操場上，我看到一群正在打籃球的學生，他們的臉黑黝黝的，咧開的嘴裏一排整齊的白牙在陽光下閃著，神采飛揚。看著他們的笑容，我心中似乎有什麼東西被觸動了。

大約四五點時，場地已經佈置好了。活動的環節大部分都是遊戲，多是一些蘊含真善美，人與人之間需要互相關懷的互動遊戲。我在遊戲中結識了一位在校學生，是一位親切的大姐姐。她和我很投緣，我們一起談天說地，聊到天南地北，互相分享所見所聞。隨後她也道出了她那令我驚訝的家世：自幼失去父母，獨自一人摸爬滾打，偶爾有親戚的幫助，直到現在考上高中。我幾乎無法相信這些只能在電視中看到的情節居然發生在她身上。末了，她還補充一句，我一直過得很快樂！

看著她再次投入遊戲中的快活身影，我突然一下子恍然大悟。我明白了，我終於明白那個在心中的疑問，其實所謂的物質擁有再怎麼豐富，也不如精神上感到快樂來得豐富。物質與精神，

實則兩種迥異的東西，並且物質不能代替精神。或許，舉辦這個活動的人的目的，就是希望更多的人帶給那些山區孩子精神上的充足，讓更多人了解他們，與他們成為朋友。我們希望活在一個充滿溫情的世界。

幾天後，我回到家中，只可惜沒能記下那位大姐姐的聯繫方式，而且現在竟連她的姓名也絲毫回憶不起。但是，她那爽朗的笑聲，明媚的笑臉，以及她教會我的道理都一直深印我腦中，令我受益無窮，至今不能忘懷。



### 老師回應：

年紀小小的麗雯，已到山區探訪、做義工，善心善行，值得效法。當中受惠的又豈止是山區的孩子？原來還有自己呢！既有真實體會，擴闊視野，也能結識朋友，助人助己的道理，正是如此。

---- 麥燕眉老師

在人生之中會遇到很多事情，但有一件事令到我感到很難忘之餘，性格也有所改變。

有一次，我參加一個羽毛球比賽，在比賽前一晚，我感到非常緊張，因為我以往都沒有參加過比賽。終於到比賽當日，我比昨晚還要緊張。我心裡想今天我會不會在第一場已經輸掉，還有我會不會在比賽當中大出洋相。我在比賽中，每輸一分，我就會望向我的父母，因為我認為我打得很遜色。最終，我獲得九分，輸了這場比賽。我立刻飛奔去到洗手間大哭一場，我當時只得八歲，不懂得控制情緒。

當時，我的父親問我：「你比起對手欠缺了什麼，才令到這場比賽輸掉？」我回答：「我只是狀態不佳，我的技術比他好。」父親說：「你這些全都是藉口，你如果永遠都找藉口的話，你是不會進步的！」當我大哭一場之後，我就慢慢明白父親的話。

在這事件當中，我學會在遇到挫敗時不要找藉口逃避，勇敢面對。人之所以進步得很快，是因為他們在失敗之中反省自己的缺點，再進一步改善。當時我不明白這個道理，才會發生這件事件。總括而言，這件事令我的性格有所改善，令到我再不會找藉口。



### 老師回應：

梓杰在比賽中學到勇於面對失敗，從中吸收經驗成長，實在可貴。生命中常常遇到不同的競賽，得失勝負永無定數，望同學能學會淡然面對，不執於一時之成敗。

---- 曾子剛老師



2012 年的 7 月，距離完結中一叩門時間還剩下十五分鐘。

「你覺得青中有甚麼好？」一位姓蔡的面試官以奸猾的笑容看着我這個「小六雞」。如豆般大的汗水從小六雞的面旁滑過，我毫不猶疑地把小學六年來吸引的無厘頭答案吐出來。

「我.....覺得.....青中很大.....可以讓我專心.....學習.....」

中一的時候，我毫不「怕醜」地胡亂跟同班的人打招呼，沒想到他和她們都成為我要好的密友。

中二的時候，成績大不如前，性格扭轉，遇到困難便去逃避。

中三的時候，重拾認真讀書的態度，為夢想追趕。

三年，經歷過無數波折，雖然在身高上沒有明顯的進步，但在心智上總有幾分長進。

也許，青中好的地方真的是它細小，細小得把九百多人擠擁得溫暖。

還記得那時剛進青中，對我來說，所有東西都是全新的體驗。那時的面試官成為了我的班主任，他總是跟我打打鬧鬧的玩在一起，這點直到現在還沒有改變呢！

有不少人聽到「青中」這個名字，便以為是青山中學，認為青中入面的人都極其有趣。

三年後，同一個夏天，同一個地方，同一個我，問了自己同一個問題：究竟青中有甚麼好？

這次，「中三雞」沒有流汗，淡定地說：「青中好的地方莫過於每一個人都很有趣。」



## 老師回應：

自己親身的經歷最記憶猶新，尤其是那青蔥歲月，從懵懂懂到穩重成熟，每一個腳印都化作人生中最美麗的符號。

--- 劉悅老師

清晨下過一陣雨，現在雖放了晴，路上還滑得很，空氣裡也帶有一股清新濕潤的香味，我又再踏上平日回校的路。倏忽，一對父子背影映入眼簾，兒子為年邁的父親打傘，使我不禁回想那一天。

記得有一次，我數學考了100分，爸爸說要獎給一本我嚮往已久的故事書，他答應明天下班給我買。



第二天，在爸爸快下班的時候，突然烏雲密佈，一會兒，傾盆大雨「嘩嘩」地下了起來，電閃雷鳴，窗外一片漆黑。我看空無一人的街道，心存絕望，只盼望爸爸可以安全回來。正當我欲哭無淚的時候，突然從大門傳來「叮叮叮」的門鈴聲，我匆匆地打開大門，是爸爸！只見他手裡捏緊一本故事書，我立刻欣喜若狂。可是看看爸爸：衣服全都濕透了，頭髮上全都是豆大的水珠，往下看，褲腳上沾滿了黃黃的水，鞋子裡也滲著一些泥水。我感動極了，卻又有些心疼，趕忙拿來毛巾給爸爸擦，並對他說：「爸爸，讓你淋雨了，我……」爸爸沒有說甚麼，只用着他冷冰冰的手輕輕地撫摸我的頭髮。倏忽，「嘩嘩」的雨聲打斷了我的回憶，把我從回憶拉回到現實。

我，再次驅動我沉重的身軀回校去。

### 老師回應：

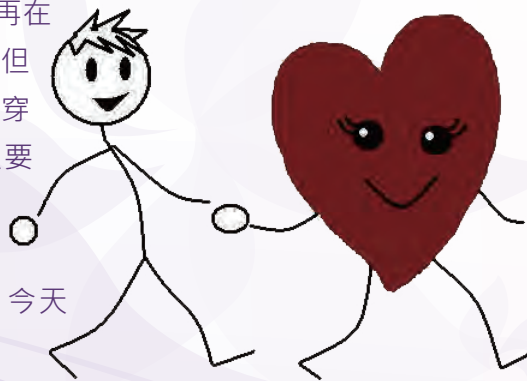
「可是看看爸爸：衣服全都濕透了，頭髮上全都是豆大的水珠，往下看，褲腳上沾滿了黃黃的水，鞋子裡也滲著一些泥水。」這句透過外貌描寫，見父親當時形象，亦可把人物塑造更鮮明，同時亦隱藏了浚彥對父親的抱歉之情，十分不錯。在這件小故事中，希望浚彥能學習爸爸堅守承諾的態度，在未來做得更好！

—— 秦嘉琪老師

大家好！我今天希望與大家分享一個發生在我身上的經歷。

小時候，我和爺爺於上學途中都會經過街市，街市附近有一對母子令我印象最深刻，可能是由於該位小朋友與我年紀相若吧！那對母子坐在鬧市的街角，向路經的途人行乞，當然大部份的途人也看慣了，對他們視若無睹。但爺爺卻每天經過時，也會放下一些金錢，雖然數量不多，但也是絕無僅有的。我問爺爺：「為甚麼每天都放下金錢給他們，不怕他們騙人嗎？」爺爺回答我說，我們的施予很重要，一來付出這少量的金錢後，對我們影響不太大；二來我們難以去證明那對母子是否騙人，但若他們是真的有需要，我們便幫助了他們解決困難。存好心、做好事，在於我們本身的出發點，結果是如何並不重要。

三個月後的某一天，我們再在鬧市的街角上找不到他們了，但卻在某校門外遇見他們，兒子穿上校服走進校園，母親也看似要趕著上班。這一切也令我明白了，爺爺說得有理，當日若不是他堅持每天幫助對方解困，今天他們也不會見曙光呢！



### 老師回應：

爺爺不僅言之有理，還身體力行，實踐「愛人」精神，令人佩服！古語有云：「莫為善小而不為」，幫助別人，那管是微小的行動，健維的經歷，正好是真實的驗證。

—— 麥燕眉老師

歲月流逝，眨眼間我已升讀中三了，已經不再是那個「乳臭未乾」的小孩子了。

我拿着當時父母買給我的那雙小鞋，那是我從懂事後第一雙鞋，爸爸媽媽都幫我好好保管着的，現在望着那雙細小的鞋子，甚至連半隻手都放不下，看來我真的長大了不少呢！究竟為何當時的我能把一整隻腳完全放進這小如土豆般的鞋子裏？這時，我看見小鞋附近的一個暗格中，有着一疊印有影印的白紙。「那是……那是……哎呀！這不就是那個……」



我提着那張測驗卷，眼淚差點從眼裏走出來，看着自己那少得可憐的分數，心裏估量着今天都不知道自己會怎樣被媽媽懲罰，在家門前跑了許多個圈，竭力拖長回家的時間。不過，我知道，要面對的事最終仍是要面對。我惟有帶着可憐的眼神望着媽媽，希望運用真誠去打動可怕的她，而到了最後，我還是挨打了！

我能記得的就只到這了，不過我好像自從發現了抽屜的暗格後，就把不合格的測驗卷都放進去，一直到了現在，不過還得慶幸媽媽沒有發現我的測驗卷少了很多。

現在回想過去，才真的發現，原來他們真的好像年老了許多，

不但頭髮蒼白了，他們也再沒有更多氣力和精神去理會我。所以常常有人跟我說不能再是小孩子了，不過或許就是這樣，我才能漸漸學會自立，學會如何保護和保留身邊的人和事物，但不管我如何努力，也不得保留過去的時光。

長大是什麼？我並不知道，或許是不再貪玩，不再調皮或不再把書包塞滿零食。而我只知道的，是我已漸漸長大了，不再是那只會天真的小孩子了。

### 老師回應：

感情真，以小時候偷藏測驗卷的小事，寫自己小時候頑皮，感嘆現在的自己早已長大，不能回到孩提時光，從中有透露出個人憂慮，希望沛衡既已知父母年華漸長，長大了的你更能獨立，未來照顧家人。

---- 秦嘉琪老師

有那樣一段時光，你每天無憂無慮；有那樣一段時光，你可以肆無忌憚；有那樣一段時光，傷心煩惱與你無關。人生若真有這麼一段時光，那便是童年了。在那如詩如畫的夢般歲月，又有誰沒有留下過珍貴的回憶呢？

空氣中瀰漫著濃烈嗆人的漂白水味道，泳池中飄散著飛濺四起的水花，池邊教練震耳欲聾的怒吼呵斥聲此起彼伏，訓練強度更令人心驚膽戰……「哦，天啊！多麼可怕的世界！」這就是數年前年幼無知的我，對幾日後即將每天伴隨我訓練的游泳館最初的印象。看臺上，剛升入小學四年級的我正踮起腳尖，吃力地越過圍欄觀看著下方泳池中的一幕幕



畫面。當目光掃過池中飛躍的身影和教練們兇悍的面孔及龐大的身軀時，內心懷抱著「以無敵狗刨式蛙泳稱霸游泳館」的雄心壯志頓時灰飛煙滅。想像中教練慈祥和善的微笑和溫暖人心的親切話語都去哪了？同學們對我俯首稱臣的景象都去哪了？剎那間一切都和當初的想像全然不同。我只好告誡自己，「明天和教練見面時，一定要給他們留下個好印象。」誰會想，第二天當我站在教練面前，正想滿懷激情的開始背誦準備了一晚的「臺詞」時，教練只用冷冰冰的「下水」二字無情地撲滅了我火一般的熱情。我有些呆滯地站在原地，腦子裏一片空白，猶如五雷轟頂，整個人如被雷打得外焦裏嫩。默念一聲「理想很豐滿，現實很骨感」後，無奈地跳入冰冷刺骨的水中……

也不知是第一印象的不佳，還是之後上課時教練的聲聲「河



東獅吼」和前輩們不留情面的揶揄，我逐漸對游泳產生了畏懼心理，開始下意識地逃脫訓練。於是，「上廁所」、「有急事」、「身體不舒服」等各種各樣的翹課藉口紛紛出爐，我和家長、教練間「貓抓老鼠」的遊戲更是屢見不鮮，只可惜每次「謊言」都無一倖免被揭穿的結局。在這種苦不堪言的魔鬼式訓練下，我曾經累過、苦過、鬧過、哭過，但最後還是咬著牙根堅持了下來。正是因為這些苦中有樂的訓練和堅持不懈的努力，使我的游泳成績突飛猛進，也使我學會從容自信地面對生活中的一切困難，一天天強大起來。

事到如今，每當回想起六年前那一齣齣充滿酸甜苦辣的鬧劇，我依舊不禁莞爾。多麼幼稚可笑，多麼純真美好，又是多麼令人難忘的童年啊！



### 老師回應：

排比句式開首，加強語勢，令作者想要表達的意思更加強烈。文中用詞幽默，畫面歷歷在目，令人捧腹之時亦有一種曾經相識的感覺。

--- 劉悅老師

**我**有個難忘的童年。對大多數女生來說，童年的玩意不外乎是芭比公主，或按父母的指示去學習琴棋書畫，文靜得很；但我的玩意卻不是這些 ..... 因為我是個頑皮得一點都不像女生的女生！

我天生就像草原中的野馬，不但捉摸不定，還很喜歡任意亂跑；無韁的我，無拘無束，任意妄為，所以我從小就有一些小魔怪、黑野馬等的外號。

媽媽曾娓娓道出我的「英勇」事跡，但這些故事我只有依稀的記憶 ..... 媽媽說在我剛學懂在地上爬行的歲數；某個晚上，趁媽媽熟睡了，我偷偷爬到洗手間，扭開水龍頭，玩衛生紙和黃色膠鴨，最終我的小天堂被水淹沒了 .....

一不離二，甚麼都能在手上玩個飽的我，走路還未穩，便隨哥哥到屋外玩。某天，我和哥哥又趁媽媽走神之際，竄出屋外的花園找老鼠寶寶，然後一手抓起帶到洗手間，把牠們拋在廁塔裏，看着牠們在水裏游呀游呀 ..... 數分鐘後，我一聲不響，拉了廁塔的手把一下——「嗚！」牠們被我沖走了！

不過，要數最深刻的惡作劇，必然是三歲時和家人一同到主題公園遊玩的經歷。當時，我跑上一輛黃色校巴，看見一個小學男孩在扭動方向盤；我二話不說，立即跑到他身旁，佔了他的位置，搶去方向盤。男孩立時由高高興興變成惱羞成怒的樣子並罵我，不一會，他的母親走過來反責備他何不讓妹妹玩。看見這情景，我心裏有種說不出的涼快感，我非常完美的達到我的目的。

玩夠了，方向盤玩夠了，我面露奸計得逞的笑容離開黃巴士，誰料我突然感到背部被人猛力的推了一下！「哎呀！」

「咁！」我被推倒，伏在地上；回頭一看：原來是剛才被我狠整的男孩，這時我感到有些東西似要從鼻孔中流出來，我用手一抹，「啊！我流鼻血！」我立即大哭起來；事後怎樣，我已經不太記得，但我整人在先，被人推倒，亦只能接受。

有道是惡有惡報。那次的經歷真是刻骨銘心，但經過沉痛的教訓後，我有沒有痛改前非？哈哈，你懂的！



### 老師回應：

記得一首由許冠傑先生主唱的流行曲，有詞曰「人其實天生奔放貪玩」。這句似乎正與雅雪的兒時行徑，不謀而合；但若把自己的貪玩、快樂、幸福建築在別人身上，那真是萬萬要不得。可是，俗語又說「人生不如意事十常八九」，所以有時候，似乎以遊戲的態度去面對人生種種逆境，亦未嘗不可。不過，即使以遊戲的態度去面對人生，也要認真遊戲。

--- 陳翰文老師

在香港這個生活步伐急促的城市，有很多被埋葬的夢想。人們眼中只有金錢與利益，人與人之間的關係逐漸疏遠，遺忘了夢想，也拋棄了關懷與愛心，大家好像只為自己而活。我曾經也是這樣的人。

幾年前的香港沒有那麼多抗爭與示威，社會還算一片祥和，不是沒有不滿，只是和我一樣對人生抱愛理不理態度的人多不勝數。追求權利和利益的人卻越來越猖狂。其實，像我這樣的人也有夢想，只是被現實擊潰，夢想漸漸被埋沒了。

大概兩年前的某一天，當日發生的事情讓我改變了人生觀。那是晴朗的一天，我和朋友想趁着假日呼吸新鮮空氣，也順便體驗一下鄉村的生活，我們去了參觀一個位於元朗附近的農地。

到了那裏，農地主人熱情地招待我們。之後，我們開始幫忙幹活：耕田、澆水、收成、拔草等。勞動一場後，我不禁佩服管理農地的老伯伯。我們年輕人完成所有幹活時，已筋疲力盡，但老伯伯只是面色稍紅，且未見氣喘。

在老伯伯家中休息時，我看見牆上貼着一張陳年草紙，上面寫着「我的夢想」，下面畫着一個正在辛苦耕作的農夫。當晚入睡前腦海浮現這景象，我想：老伯伯拿着鋤頭不只是为了利益和生活，老伯伯正在兩者平衡之間一直追尋着夢想！老伯伯對生命的熱愛和對夢想的執着，真是令人佩服萬分！夢想不一定要很宏大，但追尋夢想一定要努力不懈，儘管事與願違，但也對得住自己。

### 老師回應：

面對這年社會的動盪，各黨各派各有爭取，恩儒反思自身的夢想。夢想離自己有多遠？似乎望不見終點。在農地一日的幹活，簡單的陳年草紙讓他重拾尋夢的力量。不只有與巴馬、劉翔提醒你追尋，樸實的農夫也身體力行告訴你追夢的堅持。

--- 劉紫燕老師

**對**於我而言，最難忘的往事不是塵封在記憶深處的舊事，而是上年度學校音樂劇的演出。在這個音樂劇中，我學習了很多東西和道理。那段排練日子既辛苦又開心，我想這一輩子我也不會忘記。

從小到大，我也熱愛唱歌和跳舞，但一直苦無演出機會。直至中三上學期，我無意中聽到兩位老師之間的對話，內容大概是學校將會籌辦一齣音樂劇。聽到這令人振奮的消息後，我的心情既驚且喜。過後我再向相關老師查詢，原來是真的！我急不及待向老師索取參演表格。遞交表格後，我的心情便開始緊張起來了，因為很快就到音樂劇的重要部份——角色選拔。我要發光發亮！選拔當日，候選室坐滿了來自不同年級的同學。雖然大家互不相識，但都懷着一份緊張的心情在等候，等候一個發光發熱的機會。當到我面試時，我的手心不斷冒出冷汗。進到房間內，我看到老師、導演和工作人員一臉認真地等着我。我深呼吸一下，便開始



我的面試。我面試完畢後，又回到外面坐一下，我的心既興奮又緊張，究竟我的成績如何？

過了一會兒，老師們走出房間，要宣讀入圍的同學的名字，我們由一班互不相識的同學到現在變成了無可取替的好朋友，一起訓練，一起玩耍，一起笑，一起哭.....最後經過六個月的排練，做出一個完美的演出。

當我以為這齣音樂劇是我初中生涯的一個完美句號時，原來這只是我演藝生活的一個起步點。

### 老師回應：

上年度的話劇演出，相信是你成長中的重要養分。真希望你能多分享在當中難忘的訓練片段！

--- 劉紫燕老師



人生本就是一個又一個不同的故事組成的。今天想和大家分享一個我自己的親身經歷，一個屬於我自己的故事。

大家有否試過在家人責罵你的時候，你感到家人十分麻煩，總在打擾自己的生活。他們不讓我們做這，做那，令人感到討厭。但我在經歷以下事情後，無論家人怎罵，我再也不會有這樣的看法。

這個故事發生在我小時候，大概是我小一、小二的時候。我生活在一個並不富有的家庭，我從小便因為家庭的緣故，我必須自立。所以年紀小小，我便要自己上學放學。每天放學，我都會給家人打一個電話，告知他們我現正在回家的路上。有一次，我照常在回家的路上給媽媽打電話。可是媽媽卻一直無理取鬧地不斷責罵我，不給我解釋的機會。我心有不甘，不甘媽媽為何不聽我解釋便不斷責罵我，可能因為當時年紀還小的關係，我便在由青小走回家的路上，不停地大哭起來。走到家門口，媽媽亦不給我開門，反而把我趕到我姨姨的家中，還說今天不想看見我。我聽到後，哭泣聲更大了。

我在姨姨家中待了一整晚，在姨姨家中吃了晚餐，還睡了一個晚上，第二天的早上才回家。我一回到家中，我便發了小小的脾氣。因為前一天媽媽的「無理取鬧」，我便不理睬媽媽。誰不知我一走進家門，媽媽便叫我坐到她身邊旁，她只是輕輕地說了一句：「我和妳爸爸的肚子很餓，你懂嗎？」

事實上，當時年紀小的我並不懂媽媽的意思，我當時想不通媽媽的意思便沒再理會了。但我這幾天回想起這一件事的時候，我終於明白的母親的意思。媽媽把我趕到姨姨家中，是因為那天家中沒有錢給我們吃晚飯，媽媽只好裝作和我有爭執，把我送到

姨姨家中吃晚飯。

我說這個故事並不是想大家同情我家境有多可憐，而是希望大家明白，世上沒有一對家長是不想他們的兒女好的，每一對家長都希望自己的子女有好的將來，有好的發展。他們罵我們，他們的出發點一定是好的，可能有時是有點偏激，但我們要明白，父母這樣激動都是因為著緊我們。有時候我們要代入一下父母的角色，他們有他們的難處，有他們的難言之隱，我們身為子女的，要多體諒父母，別總是埋怨他們的煩，他們這樣做，在我心中，都是愛的表現。



### 老師回應：

全文以「我」童年的經歷為材，從而引發思考，產生天下無不是之父母的體會。文章情境真實，用字簡潔，呈現年幼的「我」的內心感受，最後抒發體會與感受，組織清晰，層次分明。

---- 林曉華老師

**現**在的城市發展快得驚人，金錢和名利已變成每個人生活的目標，可是，人們有沒有發現「發展」的大前提是甚麼？人一出生最依賴的是甚麼？

小時候的我很愛周圍觸摸東西，無論是超級市場的貨物，甚至於家中的塵埃，一定有我的手汗。縱使爸爸媽媽都勸阻，叫我不可碰，但也無損我愛萬物的心。

我是一個圖書館領袖生，在中三的某一天，那天我留在圖書館收拾書本，而那些書本全都很舊，很多塵，大意的我執拾書本後，完全沒有清潔雙手就回家。回家後，我的腳出現一點很癢的小紅點，當時我沒為意，一直用手去抓；過了一會，小紅點開始散開去，變成一大塊紅斑。那塊紅斑就像三條紅毛蟲，在我腳上蠕動。但「天真」的我仍無警覺性，認為只是皮膚敏感。

到了第二天，那些紅塊已擴散到我的四肢和胸腔，極度噁心，那時我很害怕，我怕朋友會厭惡，我怕會影響學習，但我此時才發現我一開始想的竟然不是父母。其後，我的爸爸帶我看醫生，他說這些是過濾性病毒引起的皮膚炎，要大約一兩個星期才會退。

那時我極度愕然，我很自卑，我覺得自己的皮膚不屬於自己，我亦怕會被父母、姐姐嫌棄，因此，在吃藥、塗藥膏的時候也是自己吃、自己塗，不許他們接觸我。可是，他們不肯聽我說，就像當初我不聽他們說一樣；他們依舊抱我、扶我，令我開心；他們依舊問候我、哄我，令我有動力；他們依舊疼我、愛我，令我溫暖。他們做了一切朋友、老師做不到的一份親切.....最後，雖然時間不長，但我在這樣的氛圍下康復。

在最後總結前，容我問一條問題：不知道你們記不記得你們最近一次拖你父母的手是何時？從那天開始，我明白我一生中最珍惜的東西。「落紅不是無情物 化作春泥更護花。」父母是昔日紅花，他們平日的責備，是養育下一代的春泥。所以記住在你未曾成熟時，把握機會拖你父母的手、親你父母的臉，否則，到將來就沒機會。



一人一故事，父母正是我的故事見證。

### 老師回應：

藉一次患皮膚炎的經歷，表現出親情的可貴。及思自己一直只顧着學業、朋友，而忽略了親人，明白到親人的愛是最無私的。文章用字精確，表達手法多變，而且運用恰當，例如細膩地描寫患皮膚炎的感受，突顯出患病的痛苦，予人感同身受之感。

---- 林曉華老師

**剛**過去的那個暑假，於我來說是一個特別的暑假，因為我在暑假期間到英國倫敦遊玩了兩個星期。同時，學校也為我們安排了家訪。這是我人生中第一次被老師家訪。

八月二十三日是老師們到訪我家的日子，約定的會面時間是早上九時正。當時的我剛從倫敦回來不久，既筋疲力盡，又未適應時差，從二十二日中午直到二十三日早上都呈現半睡半醒狀態。因此，我是十分疲倦地與老師們會面的。

八月二十三日早上八時半，剛從房間出來的爸爸和經過一夜通宵的我為突然變得十分寬敞的客廳作最後的整理。當我正緊張地掃視客廳時，門鈴忽然響起，這時我才猛然發覺已經九時正了。「時間怎麼過得這樣快啊！」我心想。我走向那道發黃的家門，伸手將門拉開。門外的三人隔著鐵閘向我打招呼，我強迫自己睜開半閉的雙眼點頭回應——我根本累得連回答的力氣都沒有。我的爸爸禮貌地向他們打招呼，我則把閘和門關好，然後步入廚房準備挑戰自己的體力極限——為客人預備清水！



爸爸和我都在迎接客人，那我媽媽在忙甚麼呢？她正忙著和周公切磋棋藝啊！

我把清水分別交到來訪的張老師、黃老師和一位名叫阿如的天霖堂會友手裡。那時，我神智不清地用雙手拿起三杯水——盤子也不拿——一口氣將它們遞到阿如面前，她立即顯得不知所措。

請原諒我吧！當時我的魂魄正在床上等著我啊！

我們談了有關選科的事，也談過暑假期間發生的事。正當我以為家訪要圓滿結束時，張老師問了「不該問」的問題。

「那麼，騫泰你是不是有功課.....」

「不啊！我不要啊！」我的心跌到地底去了。

「.....要交給我啊？」

「我.....沒做.....」

「喔，那麼就上學再交給我吧！」

「謝天謝地！」我的心回到原位去。

一次以意義不明的合照作結束的家訪完結。我躺到沙發上睡著了，那時，座位還是暖著的。

這就是我第一次家訪的經歷。

### 老師回應：

寫作用心，敘事和動作描寫都很完整。

---- 蘇軍堡老師



八月二十一日，既是輕鬆又是緊張，感覺十分矛盾。在一個多月之前，悠長的假期還未開始。當時中三級的班主任分發了一張令人無奈及不滿的通告給全班同學，內容說是要在暑假八月中旬，往各位同學的居所進行家訪，瞭解學生之生活狀況，並讓我們對即將來臨的新學年作好準備。全班同學當時都不約而同地嘆了口氣，語帶不滿地問班主任為甚麼要家訪。班主任說這個是校方的特意安排，不能推卻，同學們若在家訪當天沒有空的話，需另外再約時間進行，我們知道這個活動不能推卻後，都靜了下來，一句話也沒有說。



「唉……明明是假期，為甚麼校方要這麼麻煩，特意要在這美好的假期來我家進行家訪？為甚麼？還有我的班主任是誰？」我接聽完校方的來電後這麼說。此時，家人為了不失禮老師們，慌忙把家中收拾好。過了不久，謎題終於要被解開了。

新班主任葉老師、同行的曾老師和一位教會人員慢慢的步入我家，而我亦準備好早前已完成的暑期課業交予他們。不知道為甚麼，他們連連讚賞我的字體和視覺藝術勞作，可是我卻覺得自己做得不怎麼樣，因此我只能點點頭示意。其後，老師和教會人員都分別為我們解說了新高中與初中的分別，亦問我在以後有甚麼目標，我如實作答後，教會人員跟我們拍照和禱告，態度親切。

本來我在老師到訪前懷著緊張的心情去面對眾多位老師，但因為他們親切的問候，我緊張的情緒得以紓解，這維持數十分鐘的家訪活動亦為之完結，而我亦可以繼續享受這美好的假期去。

### 老師回應：

完整呈現家訪前後的心理變化，敘述甚佳。肖像與對話描寫若能增加，將使文章更精彩。

—— 蘇軍堡老師

生命中最重要的...

# 我生命中最重要……

1CW 黃紀瑤

**看**！媽媽和她的「朋友」——李麗珊。不過，這個朋友只是一個蠟像造的朋友。這是我第一次到蠟像館。

還記得小時候的我非常膽小，只是一個蠟像也沒有膽子去摸。相片裏的我非常害羞，每一張照片都要媽媽和爸爸抱着我。

李麗珊是奪得奧運滑浪風帆的金牌得主，也是香港第一位奪得奧運金牌的運動員，因此她的努力是值得名留青史的。那天，我在蠟像館內還看到了很多名人呢！有以前最著名的一個樂隊披頭四，已故著名台灣歌手鄧麗君等……。而我也登上皇座做「英女皇」，更在講台上唱歌。

為甚麼我寫蠟像館是我生命中難忘的地方呢？因為以上的事就是我的答案。當我一看見這幅佈滿開心回憶的照片，再加上我小時候的靦腆、害羞的樣子，我就會情不自禁的發笑。



## 老師回應：

看來紀瑤不但克服膽小問題，還踏出更大的一步——在講台上唱歌，好！隨著閱歷的增加，從前害羞的小女孩，也會蛻變成自信的鳳凰。

—— 麥燕眉老師

# 我生命中最重要……

1KT 周梓聰

我經歷的事像地上的沙一樣數不清。大多數已忘記得一干二淨，但是有一件事直到現在，我仍深深記得。

那件事發生在一節英文課上。我覺得老師的講課，我完全不明白，我就等老師不為意的時候，從抽屜拿出文具，玩了起來。



正當我玩得得意忘形的時候，突然有一把聲音，在我的耳邊叫，「周梓聰，請你回答這個問題。」這時候，我驚惶失措，緩緩地抬起頭，只見老師瞪著我。「周梓聰，請你過一過來！」陳老師微笑地說。我真的不明白老師的意思，還以為她向我要甚麼。

我來到陳老師面前，陳老師溫柔地說：「你上課玩甚麼東西？拿給我看看。行嗎？」我提心吊膽，慢慢地走去我的座位。這時候，我回到座位拿起文具，趕快回到陳老師面前。

陳老師接過文具後，又抬頭望著我，臉上的笑容一下子全部消失了準備，等待著一場暴風雨的來臨。沒想到陳老師沒批評我，反而語重心長地說：「上課不可以做小動作，要做學習的主人。時間就像河水，只能流去不能回，我相信你會改正的。對嗎？」我抬頭望著老師充滿的目光，點了點頭。

這件事雖然過去很久了，但是我卻記憶如昨日。

## 老師回應：

梓聰，「經一事，長一智」，您生命中的陳老師為您上了一節課，不要辜負老師的心意——時光一去不返，「要做好學習的主人」。

此外，學習時遇有困難或不明之處，切勿猶豫，於課上或課後主動找老師或同學求教，好讓自己跟上進度之餘，也明白課堂所學。

——麥燕眉老師

# 我生命中最重要……

1KT 黃翠楹

- 零零八年六月十二日，那天是我期待已久的弟弟出生了。
- 我在家裏等着他回來，我的心情很緊張。

他剛回來，我便吵着要抱他拍照，但媽媽說：「待弟弟大一點才讓你抱吧！」我說：「可以看一眼嗎？」我細看弟弟的小臉，他的眼睛、耳朵和嘴巴都很細小，十分可愛！

過了四個多月，媽媽說：「讓你抱一下弟弟。」聽到後，我十分高興，嚷着要爸爸替我拍照。弟弟八個月大時，第一句會喊的話竟是「姐姐」。那時，我開心得跳了起來。

有一次，媽媽著我照顧弟弟，不要讓他四處爬，我輕言答應媽媽。怎料，我只管專心看電視，弟弟竟不見了！我害怕得很，害怕媽媽會罵我！我一直哭，一直哭着找弟弟，原來弟弟爬在我的書桌下！



## 老師回應：

不見了弟弟那刻，感覺一定是萬分恐懼，未來的人生路上要好好看守弟弟！

—— 劉紫燕老師

# 我生命中最重要……

1LL 溫玉瑩

在我小學五年級的時候，我的班上多了一位新同學，她的手掌十分難看，最可怕的是，她竟然坐在我旁邊。老師的安排是希望我可以照顧她，但每次寫作業的時候，我都會看到她那恐怖的手，所以使我不能和她和諧相處。



直到某一天，我的班主任把我叫去教員室。

他拿出一份報紙，我頓時呆住了，因為報紙的頭條是一則車禍，而報上的小女孩正是坐在我旁邊的女同學。原來她是因為要救回自己心愛的寵物而那雙手被弄成這模樣。我也不禁流下慚愧的眼淚，明白老師想向我表達什麼。

回到班上，我不單只向新同學道了歉，還和她做了好朋友。因為我很佩服她那捨身救「物」的精神，而且還明白，我們結交朋友的時候不可以以貌取人。



## 老師回應：

「先入為主」是人的通病，我們常會因外觀會斷定一個人的優劣，而事實上一個人的外貌與他的性情未必有很大關係。當我們用什麼眼光看待別人時，其他人也會報以相同的目光看你。因此，生活上要待人以善，寬容豁達，才得人尊敬。

—— 郭偉歷老師



# 我生命中最重要……

1LT 劉劍鋒

## 去年新年

看到這張大合照時，當時的影像至今仍歷歷在目。

每年新年，我們一家人都會到奶奶家吃開年飯。每次伯父都會弄他的拿手小菜——梅菜扣肉，我們吃得津津有味！

我們家還有一個傳統——開年飯後拍一張大合照做紀念，我們都會站在一個自己認為最好的位置。印象深刻的一次，表哥把相機放在桌子上，但大家急忙地站回位子，但他不小心碰到相機的按鈕，令相機關掉！

在我奶奶家中，我會表演魔術。這年我表演一個撲克牌的魔術給我的姑母看，她覺得毫無破綻，令我充滿成功感。

新年讓我擁有難忘的回憶，我感到十分開心！



## 今年除夕

我家每年吃年夜飯都有一種愉快的氣氛，但是今年這種氣氛好像消失了。

我家每年的年夜飯都是由我的姑丈負責的，有鹽焗雞、清蒸大海斑和鯪魚粉絲，每一道菜都色、香、味俱全。我最愛吃大海斑，因為這道菜肉質鮮甜。今年可沒有機會再品嚐這道菜了，因為我的姑丈因癌症離世了。

今年弄年夜飯的人是我的爸爸。他做的飯菜不是不好吃，其實誰弄年夜飯都不重要，只是今年好像沒有了對年夜飯的熱情。

每年吃過年夜飯，我們都會拍一幀照片作為留念，這個傳統是姑丈建議；但是今年我們沒有在年夜飯後拍任何照片，我猜可能是大家沒有心情拍照。那晚，大家臉上都沒有半點開心的表情，可能和我有同樣的想法啊！

今天桌上雖然有很多食物，但是我並不開心，我想大家都在想念姑丈！

### 老師回應：

看見這大合照也能感受到你家洋溢着的溫暖。文章情感真摯動人！

---- 劉紫燕老師

味道勾起思念，牽引著我們對親人的懷念。姑丈已長存在各人心中，他的臉永遠烙印在大家的記憶裏。

---- 麥燕眉老師

# 我生命中最重要……

23C 吳嘉琪

**我**的家人教導了我很多知識、道理，例如他們教我要尊師重道等。我的媽媽是越南人，她有五個兄弟姊妹，全部都居住於越南。我們每過兩年，都會去探訪她們，而且她們每年都會寄一些包裹給我們。

媽媽十分有自信，即使她遇到不熟悉的人，她也會與人們暢所欲言，就像相識了很久的樣子。媽媽也十分勤力，她由早上一直做家務，到中午時煮飯、直至晚飯後，才能稍作休息；而我，永遠是坐在一旁玩手機。後來，媽媽患了病，姐姐和爸爸代替媽媽做家務，而我只是一個「阻礙物」，於是，我下定決心要做一個像媽媽的人，可惜姐姐說：「你放棄吧！你是沒有可能的。」話雖如此，但我沒有因為這句話而放棄，反而更要在姐姐面前證明『我行的！』」

「你要不要一起讀社評呀？」「好啊！」



「一起去做司儀嗎？」「好啊！」

以前的我，永遠都只會說「不」，凡事都不嘗試。但是現在的我，已經完全改變了，常常挑戰自我，突破自己。其實我有今天的「成就」，不只是爸爸和媽媽，更是我姐姐的「功勞」！

爸爸工作朝八晚五，十分辛苦，但每當我在功課上有問題、困難，爸爸都會在繁忙中抽空來教導我，令我增加了很多知識。爸爸已經十分年老了，我應該努力讀書、上課專心、考好成績、孝順父母來報答他們。

我有兩位姐姐：一位唸中六，一位讀中五。她們每天都有很多功課要完成，但她們都經常指導我，我真的十分感謝我的家人。

還有，我的表姐也是讓我獲益良多的人，例如她吩咐我要幫媽媽做家務，令媽媽多休息；她還教導我長大後，要努力工作賺錢養家，回報親恩。她們由小就陪伴我長大，我十分感激她們。

每一位母親十月懷胎誕下子女，而我們長大後，也會成為了母親、父親，屆時便會領會到自己的爸爸媽媽是十分辛苦去養育自己。看着自己長大成人，固然感到高興，但大家又有沒有好好孝順父母？「樹欲靜而風不息，子欲養兒親不在」。即使年小，我們也要好好孝順爸爸和媽媽，不要叫將來後悔。「怎樣才算孝順父母？」有些人問。其實此刻，你只要用功讀書、幫忙做家務，已經十分孝順了。

### 老師回應：

百行孝為先。誠如你所言，此刻的你「只要用功讀書、幫忙做家務，已經十分孝順了。」但當你長大後，除了為自己的人生努力外，也記緊要抽時間陪伴父母，和他們飲茶、去旅行。人們總覺得來日方長，但我們其實最能把握的只有當下，行孝都要及時！

---- 陳翰文老師

# 我生命中最重要……

2B3C 楊芷欣

**當**我聽見任何人提起「醫院」，就會感到害怕，這是因為我小時候的一段經歷。

在我四歲的時候，我發高燒。這次發燒不但令我患上腦炎，還確診腦科病。

我就是這樣在醫院留醫了數個月，每天都要做不同的檢查，受盡病魔折磨。直到有一天，我失去了吞食能力和說話能力，需要插胃喉輸送飲料，我的父母頓時受了極大的打擊，但他們沒有灰心，依然在等候奇蹟出現在我身上。

這個病令我受到很多限制：不能上體育課和做劇烈運動，因為如果身體過熱，會引致發作；不能一個人待在家裏，因為父母怕我發作沒有人知道；而數學方面，成績也不理想。但是因為這個病，我也得到父母更多的保護，像一個在「溫室」成長的孩子。這個經歷給我的成長留下一道疤痕，但隨著我漸漸長大，這道疤痕也漸漸消失，而這個經歷也變成我心中的回憶。



就是因為這個病，令我不可以像同年紀的青少年一樣，做一些自己喜歡的事，例如自己上學、自己回家、自己乘車……不過，竟然有一些人羨慕我的生活，為什麼他們會這樣想呢？難道是因為我的生活很健康的緣故？的確，我每天早睡早起、定時吃飯及定時覆診吃藥，但一切都在父母的看管中，儘管我明白父母都是擔心我。可是，與我同年紀的青少年相比，他們擁有的自由比我



多，難道他們想失去自由，變成一個病人？應該不會吧！

現在，我已經十三歲了，有一些我該懂的卻不知，但我身邊同年紀的朋友卻知。我想我也是時候離開「溫室」，去到一個充滿挑戰和問題的世界，嘗試靠著自己的力量生存。這樣，人才會成長；我的父母也會有放手的一天，希望這一天如我所願，快點來到。

當這天來到時，我可以到外國交流。因為在旅途中，我不但可以認識更多朋友，還可以在過程中學習照顧自己及變得獨立。我想自己下廚，我會花很多心思去做，因為自己煮出來的食物特別好吃。我想學煮意大利粉和做壽司，因為這些都是我喜歡吃的食物 .....

我熱切盼望自己有一天可以不靠父母生活，而是由我照顧他們，可以令他們不再為我早晚提心吊膽和坐立不安地過日子。雖然我不能預知未來，但是我有信心我一定可以做到！

### 老師回應：

老師亦曾罹患大病，死過翻生，深知生命可貴！人經過試煉才會成長，儘管閻練的過程痛苦萬分，但越係困難，越要向前踏多一步！共勉之。

--- 陳翰文老師



我喜歡打乒乓球這件事，要由我小五的時候開始講。

在我小五的時候，我在某電視的運動節目中，看見一些中國乒乓球代表隊的成員在講解如何打乒乓球時，我就不期然愛上乒乓球。之後，在我小五的班中，我認識了一位知音同學——郭煥光。他比我更早喜歡打乒乓球。因此，我們在假日的時候，會相約一起去打乒乓球。起初，我們想一起參加小學的乒乓球隊，但到後來才發現原來小學是沒有乒乓球隊的！我們感到十分失望！

小學的黃老師知道我們十分喜歡打乒乓球後，向學校申請購買三張乒乓球桌給我們打球。升上小六，我收到了一個令我開心至極的消息：就是我能和我的好兄弟——郭煥光升上同一班。我的心情就像中了頭獎一樣開心！然後，每當我們有空，便會不約而同地到乒乓球桌，一起打球。放學後，我們亦會相約在晚上打乒乓球，互相交流。

升上中學，雖然我們不是同一班，但仍是同一間中學，所以我依然很高興。我們在選擇課外活動時，一起到乒乓球隊報名。不久，我們收到乒乓球校隊選拔的通知，十分開心，因為我們有機會當選青中乒乓球隊代表。

記得當日下午四時正，我們去選拔。我們十分緊張，連站立的力氣都沒有，但既然有機會，我們還是要努力！首先是郭煥光和謝日夫隊長打一場；接著，就是我跟隊長打一場乒乓球賽。我當時緊張得連笑也笑不出。最後，我以 11 分比 9 分勝出。



在選拔後的那個星期四，「你們當選了！」我們開心到跳了起來，然後每次練習時，都像一支箭衝去有蓋操場練習。起初，我們都不懂甚麼上旋、下旋。可是，經過隊長及教乒乓球的鍾老師教導，才懂得這些基本功。直至現在，我仍是乒乓球隊的成員。在這四年間，我學懂了很多關於乒乓球的知識及認識了更多同路人。

### 老師回應：

智灝，此刻的你仍然一如既往，熱愛乒乓球嗎？希望你熱情不減，技術甚至更上層樓！古人說玩物喪志，但如果人能夠找到一些有益身心的活動，參與一生；從技至道，進而觀照人生，那實在太幸福了！你已經找到嗎？

--- 陳翰文老師

# 我生命中最重要……

2CC 吳仲朗

大家有沒有想像在水平最低的中文組讀書呢？而我就經歷過，這段學習過程讓我明白到讀書是要勤奮和認真的。

由小六升上中一時，我們一定要經歷分班考試。因為我沒有用心去考中國語文科的分班考試，所以成績不佳，最後被安排到中文增潤班學習。中文增潤課程的設計，是讓一些中文能力較遜色和非華語的學生去提升中文水平，而我就是其中一員了。我在中文增潤班裏悶悶不樂，於是我就下定決心，發奮圖強，向普通班進發。我每天都會帶中文書回家溫習，溫習到十至十二點才睡覺。於是，我在中一上學期考試，取得了非常好的成績。有一天，我的班主任告訴我，我成功轉回普通班了！那時候，我興奮不已。

經過這件事，我明白到我一定要認真去考試。我期望大家也要對自己持更高的要求，為甚麼？如果在學習上不認真，那將來就不可能升上大學，而且找不到好的工作呢！所以，大家一定要認真學習，認真做功課和認真考試！



做任何事，認真也是不二法門。我是學校游泳隊成員之一，拿獎牌是我的夢想。為了達成夢想，我星期一至六每天都去游泳，每次訓練一至兩小時。堅持不懈、認真地練習，使我在學界比賽取得許多獎牌！從這兩件事，我知道只要認真學習，付出努力，就一定能達成自己的目標。



### 老師回應：

仲朗之故事，告訴我們學習要認真及勤奮。學習若得過且過，不進則退；學習能力稍遜，若知己之不足，及時勤力補救，為時未晚。

「悟以往之不諫，知來者之可追」，為師深盼仲朗能銘記這段在中文增潤班的經歷，引以為鑒，日後在學習之途，能認真、勤奮及持之以恆。

---- 鄭麗琳老師

# 我生命中最重要……

2TW 彭竣暘

**回**想起去年中一，我於聯課活動第二階段，參加了青中欖球隊。起初，只有我一個中一學生來參與，這個階段雖然很快過去了，但在這段期間我學習了不少欖球的基礎知識。到了第三階段，我邀請了一名同學參與，這時候，我們都學會了「不撞式欖球。」

當中一升中二的暑假時，某天，我於欖球場外看見了一張海報，那是香港欖球總會招生參加即將舉辦的暑期興趣及訓練班。我得媽媽批准後，立即報名參加。訓練班裏，我認識了四位新朋友，他們都是中四級學生：其中一位從美國回來，他的身材健碩！有六塊腹肌、手瓜起腱……第二位則是玩了欖球三年多，身形比我還肥胖一些，但絕不可以少覷他在球場上的作戰能力。最後兩位是一對好友，他們跑得飛快！我和他們都是好朋友、好隊友。

訓練班去到尾聲，我們還要參加一個比賽，才算完成整個項目；可是由於我們區的隊員不足，需要與鄰區不足人數的隊伍混合一起。我們混的區就是大埔區，他們的隊員較擅長奔跑，所以我很自然負責碰撞攻擊。經過了二十回的比賽，最終我們獲得了全場總冠軍。

升上中二，我在本年第一階段的聯課活動，也邀請了三位我的知己好友參與青中欖球隊，他們是我的同班同學鄭忠浩、廖文希、鄧浩添，希望他們會努力。我的欖球經



歷雖然暫時只有短短的一年左右，但我於訓練中已經嘗到不少苦與樂，教練的訓斥、訓練時的疲累、受傷等固然令人感到辛苦，但期間認識了很多師兄，建立了珍貴的友誼，一起享受欖球的快樂……

最後，我很希望有更多的同學會參與青中欖球隊；我更希望我的球技能夠突飛猛進，如虎添翼！

### 老師回應：

先生雖然未曾參加欖球訓練，但從電視中看見的比賽片段：球員虎背熊腰，搶球後奮力衝向底線，途中又要擺脫對手；可以想見平日的訓練一定是非常艱辛！不過，你能參加，其志可嘉！希望你要堅持，因為只有堅持最後才是勝利！更希望你能從欖球習得的精神，用在日常生活：在學業中，即使遇到困難，都要勇敢克服！

--- 陳翰文老師



# 我生命中最重要……

2TY 盧思睿

大家好，我是來自 2TY 班的盧思睿，今天我想同大家分享一個故事。

我家養了六隻貓，其實一共養過七隻，這件事發生在六年前。當時我還沒有搬到香港來住，記得那時住在青島，家裡的貓也沒有那麼多，只有三隻左右，最小的那隻是一隻金黃色的加菲貓，這隻加菲貓很乖，很友善，深受我們一家人喜愛。



後來有一天，悲劇發生了。記得那天早上，我和哥哥像往常一樣去上學，但早上都沒有見到加菲貓，感到有些奇怪，媽媽也覺得不對勁，就到處在家裡找，可是並沒有找到，最後只有想到一個結果——貓從六樓的窗戶掉下去了。我們急匆匆地趕到一樓，真的發現加菲貓躺在草叢中，口吐白沫。那天放學回家後，我問媽媽有關貓的情況，媽媽說貓的脊椎斷了，醫生給他做了手術，需要度過七天的危險期，才可以知道答案。七天過後正好是我的生日，媽媽把加菲貓接回來，陪我一起過生日，加菲貓的情況好轉了許多。記得那天晚上，切蛋糕的時候，看到加菲貓用自己前面兩隻爪子拖著沉重的身體，一步一步地往我們這邊爬過來——他也想吃蛋糕。生日過完之後沒幾天，媽媽又把貓送到醫院去了。我問媽媽為什麼這麼做？媽媽告訴我說待在醫院有保障。

不知道過了多久，在一家餐廳裡，我偶然聽見媽媽和她的朋友說：「那隻貓死了。」回家後，我一個人呆在房間裡，嘴裡一直說：「為什麼？不是已經度過危險期了嗎？」

現在這件事已經過了多年，我也已經不再流淚了。因為我明白了人的一生中難免會有失去，只要你平時珍惜他們，失去的時候又哪會感到遺憾呢？

## 老師回應：

事情雖已過去，重要的不是再留住傷感，思睿正正能看通此道理，懂得化悲傷為力量，轉念間體會珍惜的價值。相信在天上的加菲貓，也能體會小主人的心意。「萬物有情」，願大家也能感應，珍惜所有。

—— 麥燕眉老師

# 我生命中最重要……

2TY 馬尹兒

大家有沒有聽過「父母恩情比海深」這句話？這句話的意思是指父母對我們的恩情比海還要深得多。我再問大家一條問題，你認為父母對我們最大的貢獻是甚麼？

記得小時候，我常常無禮貌地吩咐媽媽做事。跟媽媽一起時，我會想：「媽媽為甚麼會跟我住在一起，煩死了！甚麼都要管！」小時候我被媽媽責罵時，我也會想這個問題。直到我十一歲那年，媽媽患了大病，瀕臨於死亡邊緣。



她在手術室兩個多小時，時間越久，我就越擔心。那時候我心裡祈禱：「神！我求祢！不要讓死神帶走媽媽。」我一邊想就一邊哭，晚上十時，醫生說：「恭喜你們！手術成功，但病人身體有點虛弱，還要休息。」

自從那次之後，我就把我最好的全給媽媽，我也明白到「珍惜眼前人」的重要性。平時你認為父母很嘮叨，常常在管你做甚麼，但他們是為你好，不要嫌自己父母囉嗦。當有一天，父母不再罵你和不管你的時候，你會渴望他們關心你嗎？不要失去後，才懂得珍惜。父母對我們最大的貢獻，就是把我們帶到這個世界，並默默地看着我們成長。

## 老師回應：

最容易得到的東西，我們卻往往不懂珍惜。面對父母的關心，你會視為嘮叨；面對父母的付出，你會視為理所當然嗎？

尹兒的故事，可能是我們很多人的寫照。她在媽媽大病時，始醒覺一切再不是理所當然。生命是何等脆弱，可以一瞬即逝。

活著，抓緊與父母、家人及朋友相處的時間，機會一去不復來。

——鄭麗琳老師

**走**在一條熟悉的街上，打扮得時尚的男男女女眼中流露出一絲絲的疲累，連同繁忙的車輛，共同穿梭著繁華的都市中。



我卻帶著輕鬆的心情走在這都市，聆聽著都市的嘈吵，觀看着都市的繁忙。突然，有一種與眾不同的聲音震懾了我的心靈。我隨著聲音傳來的方向張望，就在一個黑暗的角落，有一團黑乎乎的東西在顫抖，不停發出一種哀哀欲絕的哀怨聲。那是什麼？我心中不禁響起了一個疑問。於是，我慢慢走近這個東西——「啊！」這竟是活生生的人！他並沒有一般人的正常生活條件：只能發出人聽不懂的聲音，手和腳根本不像是人類的，完全失去了正常人的工作能力，他的前方放了一個破爛的兜子。

我看到這景象，於心不忍的想移開視線，卻無奈地與一雙充滿渴望的眼睛相連。在黑暗中，這雙眼睛格外令人注視。他雖然不能說話，但他心所想的卻顯露了在他的眼裏。在這雙眼睛裏，我感受到他的淒慘的生活，感受到他期盼的心聲，卻又絕望的心情。這雙眼睛載了無數的心酸和悲痛，一個平凡人又怎樣理解？他的眼睛能替代他的嘴，他還流露着想像正常人一樣生活的夢想。這雙眼睛又彷彿在怨恨過路人的冷漠，但他的眼睛足以喚起我的同情心。

我站在這兒沉默了許久，我的心中明白我不能幫助他多少，最後我只能買食物、水和給他一百元，然後便無奈地離開了。至今，我腦海裏還有這雙無助的眼睛在徘徊不息。

### 老師回應：

首段以街上男女疲累眼神正視乞丐的眼睛，嘗試以眼睛交代其生活境況，進而表達個人感情震撼，鋪排可見心思。

——姚凱琳老師

# 我生命中最重要……

3CC 吳玉林

在這世界上缺少不同事物，但一定不缺少美的事物，只是有時我們缺少發掘美的眼睛。

走在路上，忽然聽到一陣聲音，抬頭一看，看到有許多人圍攏在那。走近一看，原來有一位老奶奶摔倒了，但周圍卻沒有人扶她起來。

我正想去扶她起來的時候，突然有一位小弟弟擠進人群中，將老奶奶扶了起來，還關心地問老奶奶有沒有事。老奶奶和藹地撫摸著小弟弟的頭說沒事，兩人便笑了。



我連忙拿出手機，將這一刻拍了下來。照片裡，老奶奶和小弟弟的臉上洋溢著歡樂的笑容。這一刻，難道不美嗎？

這一瞬間的美，讓我懂得：人與人之間還是有愛存在的。

有時，一個簡單的行動，一個簡單的動作是多麼的重要，它無處不在，提醒我們要樂於助人。快樂，其實很簡單，一切源自樂於助人。

讓我們將這種品質傳到世界的每一個角落裡，讓我們的世界充滿愛，讓我們每一個人都知道，美無處不在。

只要你留心，你會發現，美麗就在你的身邊。朋友們，用你的眼睛去感受這色彩繽紛的世界，去感受這世界的美。

## 老師回應：

首段提綱挈領，後段取材恰當，全文重心明確。能從日常生活簡單小事觸發對生命的反思，思想積極。惟人物描寫可更細緻，有助營造溫馨氣氛，突出主題。

—— 姚凱琳老師

# 我生命中最重要……

3CY 李駿昊

**現** 今世代的年青人，物質等一切的東西從來都不缺，但早前有一件事令我深深體會到一個道理。

一個月前，我出席了一個喪禮，這是一個特別的喪禮，因為是我朋友為家中的一隻狗舉行的喪禮。朋友家中各人都視這隻狗為家人，他們為牠舉行喪禮一點也不令人意外。在喪禮上，朋友哭得斷腸，我上前安慰他，勸他節哀。他的回應卻令我意想不到。朋友說他的傷心不是由於這隻狗的離世，相反是因為這隻狗在世時，沒有好好的照顧牠，一切對牠的承諾也一概沒有兌現。現在小狗離開了，卻沒有機會再履行自己的承諾，覺得自己愧對小狗，也對自己無法再補救這一切而感到內疚。

這時，我也反省一下自己，究竟有沒有忽略了身邊的人呢？外婆自小照顧我，我只懂埋怨她，卻沒有好好與她相處，我也記不起上一次在甚麼時候與她到酒樓喝茶，更別說一起逛街，共敘天倫。外婆年時已高，可以相處的時間不知有多久，我應該珍惜與外婆相處的時間，不應只懂躲於床上玩電玩，因為我知道有些事情，過去了就沒有補救的方法了。

我亦希望透過這件事，勸勉大家，要珍惜身邊的一切，有些東西過去了就不可挽回的。多謝各位！

## 老師回應：

確是一個特別的喪禮，朋友定必十分疼愛小狗。駿昊從物及人，再念及對親人的關心，珍惜彼此共聚的時光。

—— 麥燕眉老師



# 我生命中最重要……

3LT 吳宇軒

**聽**到奶奶要換眼角膜，全家人也十分擔心；而我更為奶奶感到可惜，因為奶奶她雖然已經經歷過人生大小不同的風浪，但是還未能欣賞世界不同的美好，便可能再也看不見光與影了。

奶奶的眼角膜因被細菌感染，需要進行手術來換取新的眼角膜。由於找一對合適的眼角膜十分困難，加上手術有一定的難度，所以奶奶有機會餘生再也看不見光明。從未擁有，可能不會覺得是一回事，但當得到了，並習慣了它的存在，人們會捨得它就這樣消失嗎？得知自己可能要失明的奶奶顯然有點失落，她回到家中便拿出相簿慢慢細看：由她的花樣年華開始，到她與爺爺結婚，然後生兒育女，並見證他們由小孩蛻變成能獨當一面的大人，再看着他們像自己一樣有自己的家庭、事業。接下來的數張相片，我便是主角，由我出生的第一天，到學會走路，到上幼稚園……直到現在。我坐在奶奶的身邊，看着她因經歷過無數風浪而早已變得滄桑的面孔和發紅的眼眶，心由不得陣陣刺痛。





她突然握住我雙手，並對我說：「我可能再也看不見你的樣貌了，乖孫！」我呆了一呆，便說：「妳以後不但能看見我的面孔，妳還可以看見孫媳婦的樣貌，到時候，我們再為你生幾個曾孫，你使用相片把他們生活的點滴記錄下來吧！」她微笑着回答：「一言為定！」

時間總是過得很快，一年就這樣過去了，奶奶的視力也衰退了很多，真的連我的樣子也看不清了。但幸運地，有一位有心人在他離開人世後留下一對健康的眼角膜，令奶奶得到一次重見光明的機會。醫生通知奶奶要入院做手術，我本想和奶奶一起去的，但可惜要上學的關係，只好用電話確定手術的情況。當奶奶去手術室的前一刻，她在電話通話中問我有沒有話想對她說，我對她說了一句：「請您別忘記我們之間的約定！」她回了一聲：「好！」便進入了手術室。

幾天後的黃昏，我拿着奶奶的晚餐來到醫院。當我走進病房時，她使用往常凌厲而帶一絲溫柔的雙眼望着我，問：「我何時才能見我的孫媳婦一面呢？」

### 老師回應：

感人的文章往往從真實生活經驗中取材，本篇情真意切，文雖淺白，但每句對話處處流露關懷愛念，文末更以語句前後呼應，奶奶與孫兒關係之深溢於言表。

--- 姚凱琳老師

在這美麗的早上，我想和同學分享小小東西。我相信大家也有一些失敗的經歷。例如：籃球比賽落敗、考試成績未如理想等等。這都是一些常見的失敗經歷，其實失敗並不可怕的，可怕的是你害怕失敗。

就這樣，想和同學們分享一個故事。這個故事是說孫文的革命事業，孫文推翻了專制帝王統治的大清王朝，建立民國。而辛亥革命就正正證明了孫文的成功，這點我想大家都是認同的。我想大家對以上的內容都耳熟能詳。但有部分同學可能忽略了他革命事業過程中的失敗，孫文並非一朝得志。孫文在革命之前，曾上書李鴻章，希望國家能夠通過改革而變為強大，但孫中山的建議沒有被接納。在革命事業的路上，孫文曾經歷過十次的武裝起義失敗。雖然經歷一次又一次的失敗，但是他也沒有被打沉意志，孫中山積極面對失敗，是他能夠成功的原因。許多許多的失敗，其實是通往成功的道路。

### 失敗是成功的動力，失敗乃是成功之母

經歷失敗是無可避免的，每個人都會經歷過失敗，但我們可變的是自己，尤其自己的心態。我們面對失敗時以什麼的心態去面對？消極態度還是積極態度？現時男子乙組籃球是否正在比賽？如果能夠取勝，當然是最好不過的。但是如果輸了，其實也並不可怕，要是你能夠從失敗當中吸收教訓，你定必也能成功。

舉個例子好了——臥薪嘗膽，這個成語大家都耳熟能詳。當中是說楚王勾踐勵精圖治以報國之事跡。楚王勾踐從吳回楚國後，放了一個苦膽提醒自己不能忘記當時被吳王滅國之事。結果吳王被楚王勾踐所滅。這正正說明了「失敗乃是成功之母」之道理。

## 相信自己，才能成功

學業成績未如理想，英文科、數學科，每次收到測驗成績時，都覺得自己不能改變現況，就任由問題惡化。有些同學成績未如理想，其實他們也不想的，誰會想自己的成績不好？但是他們不信自己能夠改變，不相信自己有能力去做好。要是你自己也不能相信自己，如何能夠成功？

最後，《孫文學說序》的其中一段：「吾心信其可行，則移山填海之難，終有成功之日。吾心信其不可行，則反掌折枝之易，亦無收效之期也。」同學們，請相信自己。



### 老師回應：

肇豐同學從孫中山的事跡開展，再道出個人對成敗、信念的看法，勉勵同學勿怕失敗，具啟發性。如能加入個人的親身經歷作佐證，吸引力可更上一層樓。綜觀而言，文章充滿正能量。

---- 麥燕眉老師

# 我生命中最重要……

4H 陳淑盈

今天，我想大家分享我一個親身經歷。

我身為女子籃球隊隊員，這個故事當然是圍繞籃球。這個經歷發生在今年的7月初，我們報了一個全港學界的比賽，名叫「學界馬拉松」。為什麼它會叫「學界馬拉松」呢？因為它比我們平常打的比賽少2節，即是我們要更快進入狀態。而我們今年抽得好籤，很大機會可以進入四強。

就在當天的十六強比賽中，我們的對手是天水圍循道衛理中學，可說是我們的舊對手。而在之前的學界四強戰時，我們曾經落後，但最後都能夠咬緊牙關，贏了那場比賽。可能你都會認為我們在這場「學界馬拉松」的十六強戰都能夠贏他們。但可惜的是……

「嗶……」，球證的哨子吹起，代表著比賽的開始。我們第一節以5比5打和。第二節過了三、四分鐘左右，對手射入了一球3分球，擴大比數到10比5。當入了這球3分，我們的心都沉了。隨即，我們便送了幾個犯規給他，送對方上罰球線。漸漸地比數也拉開得越來越大。從賽果來看，幸運女神好像沒有降臨在我隊，但其實她仍有降臨在我們身上。由於我們隊在身高方面有優勢，變相引到別人的犯規；我們被送上罰球線的機會都多達十多次，而這十多次也能夠讓我們反敗為勝，但我們並沒有把握這十多次的機會，白白地看著它流走。每分每秒都流逝，而比賽的輸贏也不能再扭轉。



沒錯，球證吹完場哨子的時候，我們都難以相信，因為我們竟然輸了，以 12 比 16 敗於天水圍循道衛理中學。

不知道你聽完我這段經歷有甚麼領悟，有些人會認為這沒有甚麼大不了，但我從這次的輸球中明白到，勝負掌握在自己的手上。如果你對勝負不太執著，你認為勝利只是僥倖，不能夠真正感受到什麼是成功。而我們為了得到成功又花了多少時間去準備呢？就以文憑試考生作為一個例子，一個目標清晰的學生會付出自己大量的時間溫書；相反，一個學生連自己的目標都不清楚，又怎會花自己的時間來準備將來的文憑試呢？如果你想取得成功，必定要準備，成功不是僥倖的。而且心態也是很重要的，不可以想著輸，如果想著輸的話，你就不會心存希望，凡事也不會做得好。

### 老師回應：

藉「學界馬拉松」的經歷，產生對邁向成功的看法。取材恰當，對經歷所引發的思考亦發人深省——成功不是僥倖。

---- 林曉華老師

我今天分享一個故事。

首先我想問一個問題，大家對上一次跟母親「十指緊扣」是甚麼時候呢？

我今天要說的故事叫做「母親的一雙手」。故事內容是講述一位大學畢業生 ---- 頌喬要去應徵一間國際大公司行政管理人員的職位。當經理看到他的成績優異，經理就問頌喬的學費是否爸爸幫他交的？他說不是，因爸爸已經去世了，學費是媽媽幫他交的。經理問他媽媽是做甚麼工作呢？頌喬當時很尷尬，他答：「我媽媽是做『洗碗』的。」經理想一想便說：「我有一個要求，你今晚回家幫你媽媽洗滌雙手，然後明天再來找我。」頌喬心想洗手這個任務簡單得很，完全沒有難度。

當頌喬跟媽媽吃完晚飯後，他就幫媽媽洗手，媽媽受寵若驚似的伸雙手給他，頌喬一看，十分心酸，他第一次發現媽媽雙手生滿繭，而且還有傷口，一碰水就會很痛，然後他幫媽媽洗碗，邊洗邊哭。第二天頌喬再去見經理，經理看到他雙眼通紅便問他，幫媽媽洗完手後有甚麼感受。頌喬說他很感謝媽媽，全靠受傷的雙手每天洗碗幫他交學費，他才可以畢業。經理就點頭說，他就是





要請一個懂得感恩，懂得體會別人辛苦的人。

我認為爸媽對你無微不至的照顧不是必然的，有時候爸媽早上會出去工作，晚上才會回家。雖然他工作一整天很辛苦，但他仍不忘為我們付出，可是我們有時候卻對他們的照顧而感煩厭，用敷衍的態度去回應他。

希望你們聽完這個故事後，可以對你爸媽好些，抽時間陪他們談天，關心一下他們，不要讓他們擔心，長大後找一份穩定收入的工作，報答他們的養育之恩。

### 老師回應：

父母愛子女是天經地義的，子女長大後應該盡孝，報答父母養育之恩。中國傳統思想是「百行孝為先」，親情是十分可貴的。慈烏尚且懂反哺，希望作子女的反思自己是否有否忽略了父母親的愛，明白到要感恩。

---- 張惠玲老師

# 我生命中最重要……

4SC 簡寶傑

**相**，是可以保留每個人回憶的地方，每張相片都藏着不同的過去。當歲月經過洗禮後，變的是自己，相片卻可為你保留着你曾擁有回憶，給你再回味的舊有記憶及跟你分享這份獨特、難忘的時光。

不知不覺自己已經升上了中四，並得知將會進行家訪，當需要談及自己的往事，藉着這次家訪令我再次打開相簿，尋找着當中一張難忘的相片跟老師分享。

有一張相片其實很簡單，只是一張生日的全家福，何解我會選擇此相片？並不是它很特別，只是想透過這張相片說明到雖然只有媽媽獨力照顧我兩兄弟，但我還能得到快樂的感覺，相片只是一個媒介，引領我進入回憶的國度。



從相片得知當時的我已經五歲了，但早已學會了「獨立」一詞，因為從小就在單親家庭中長大，但我從沒感到傷心，只因還有一位堅強的母親照顧着我及哥哥。「獨立」一直都伴着我成長。或許我並不了解獨立的真義，但至少我學會不倚賴母親。為媽媽減輕家中的負擔，最能說的心底話的就是「辛苦了」。我覺得這句話比起「我愛你」還要難說出口。只因自己沒法知道母親的擔子有多重呢！「辛苦了」包含多少辛酸，我——都沒法得知。媽

媽能在百忙中抽空來和我們慶祝生日，已經是難能可貴。現在能令母親得快樂，已經很滿足了。

何謂「難忘」？對我來說，每一個生日就已經足以令我難忘，母親從不缺席過我和哥哥的生日。這已經很難得了。或許這樣好像很膚淺，但對我來說就已經心滿意足。由一歲到十五歲的生日相片，每張相片都印證着我們的成長歷程，以及母親開始漸漸老去的外貌。但我的笑容時時刻刻都保持着燦爛。相片中的我，就是被母親的愛一直伴着成長。

### 老師回應：

文章中充份流露出兒子對母親的愛，最難說出口的，不是「我愛你」，而是「媽媽，辛苦了」，此話絕對是寶傑深深體會到媽媽為家奉獻一切，而自己能力有限，口中欲謝，心中卻不知如何說起的心理狀態。好好孝順媽媽，那管只是替媽媽做家務、用功讀書、照顧好自己及哥哥等，已是最貼心的行動。

---- 麥燕眉老師

# 我的故事

我，是一個不懂表達自己，性格內向，怕與別人相處的一個  
人。還記得小時候，因為遺留水瓶，需要回到教室，但我  
卻哭了，原因只在於課室有老師，感到害怕，所以哭了。

我也很害怕被人注目，每當老師叫我出來分享，那一道道像  
激光的眼神，刺穿我的心臟，不安情感湧上心頭，又哭了。

我是個膽小鬼，也是個大哭包。

不過，這樣的我有一個夢想。從小至大，唯有一樣東西沒有  
放棄，就是唱歌。唱歌是我最喜歡做的東西，也是我用來抒發情  
緒的渠道。每次一唱，都能唱上兩小時不停。我的夢想就是希望  
可以一直唱下去，分享我的音樂給別人。



在人面前，總是表現很害害羞羞，  
不敢說話，亦因此被親戚認為我什麼  
都不懂，俗語所說的「鶴鶉」。其實  
每次聽到這些說話，心裏是非常難受。

直到升中一的時候，我鼓起勇氣，  
與朋友一起，參加歌唱比賽，無論人  
們如何注視，也不理會，我就是喜歡  
唱歌。雖然是無緣決賽，但就造就我  
第二年獨自參加，最後取得季軍。這  
個季軍十分難忘，有不甘心的心情，  
亦有開心的心情，因為我知道有人是  
喜歡我的歌聲及支持我。

中三，中四的時候，也有以不同的方式奪得獎項，甚至更參  
與校外比賽及表演，在人前表演已屬家常便飯。可是，這些卻令  
我忘記初心。

隨著上台經驗增多，再沒有原初的激情，只在乎勝利，於是遇到一些挫折時，帶來很大打擊，令我有一段「空窗期」。自己最引以為傲的歌唱不被人喜歡，好勝心強的我當時十分煎熬，整個月都沒有唱歌。

「夢想就好像是一朵哭泣過後所展露出來的笑靨。」

我知道我要振作起來，回到初心，分享我的音樂給別人，支持別人。經過自己一番的思考，終於開解自己，對於勝利已毫無執著，在台上唱出自己喜歡的歌，讓別人喜悅。

唱歌是我的生命，它為我提供勇氣，雖然會有不被支持的時候，可是，只要能享受舞台，在台上唱出自己喜歡的歌，讓別人喜悅，那就會帶來很大的滿足感。

毋忘初心。

### 老師回應：

《尚書·舜典》說：「詩言志，歌永言，聲依永，律和聲。八音克諧，無相奪倫，神人以和。」紀伯倫曾說：「我寧可做人類中有夢想、有願望的最渺小的人，而不願意做一個無夢想、無願望的最偉大的人。」唱歌可以深沉，可以抒情，可以喧鬧。毋忘初心，青春的夢想，是未來的真實的投影。

---- 何一藝老師





眾皆安，予姓謝名柱安，香港人，欲以文  
以言說眾故事。

吾於呱呱小兒處<sup>1</sup>，但<sup>2</sup>說中文，不知其義。舞勺之年<sup>3</sup>，習中文之時，甚覺其艱，別字之多，量過千千，然予不識一二。初中之試，中文科更弱，余常有思，古文體甚多，詩經楚辭數百篇，後有散文與漢賦，唐詩宋詞不啻止，元劇明清又小品，焉可讀完？讀之可謂與古人談笑風生乎？乃對彼生恨。故常以此自懶，不誦一詩，不學一文。

始於中四，幸遇一師，其所授之中文，以已為說，動之以情，說之以理，使吾驚覺而醒，得知中文之趣，苒苒<sup>4</sup>愛之。惟<sup>5</sup>經年之懶而學遲，更覺仄<sup>6</sup>之，悔恨不已，遂苦練甚多，日作閱讀夜賦文。冉冉<sup>7</sup>而過，文才日益有增。

中五之年，更福遇一良師。噫！京師易得，人師難求。彼之所授，異乎中四之所學詩詞歌賦，為中原千年文化，使吾深明何謂小知不及大知，小年不及大年。吾乃只一小小朝菌<sup>8</sup>。豈能盡知中文之義乎？然得知中文深百倍，吾對其愛亦百倍。仁義之理，逍遙之意，剛健有為，貴和尚中，山水之間，無一不習。林語堂、錢鍾書、梁實秋、梁漱溟、查良鏞、李天命之所著，無一不閱。雖未能博覽群書，然於書山自樂，每每有悟，樂此不彼也。

嗚呼！近來一試，乃失利之，深覺憂愁，更欲披衾<sup>9</sup>徹夜哭。吾明白中文達一定之境仍是渺邈<sup>10</sup>，非一年半載之事，但總覺悔之，而賦一詞，憑情寄意。

1 處：之時

2 但：只會

3 舞勺之年：十三至十五歲

4 苒苒：漸漸

5 惟：但是

6 仄：有愧

7 冉冉：緩慢地（這裏指日子慢慢過去）

8 朝菌：某些朝生暮死的菌類植物

9 衾：被子

10 渺邈：遙遠

## 青玉案 無題

付諸之勤東流去，問蒼天，可怨誰？巷陌<sup>11</sup>熙來攘往處<sup>12</sup>，眾常歷歷<sup>13</sup>，只我岑寂<sup>14</sup>，閑愁有誰訴？

重靄<sup>15</sup>輕雨仍瀟瀟<sup>16</sup>，練得彩筆卻迢迢<sup>17</sup>。算<sup>18</sup>唯有再臨遠<sup>19</sup>去，有為之日，願化大鵬扶搖九萬裏。

吾以為中國文化有三層：語文、文學、文化。語文為千千字，習其而著書立說，是謂語文；文學以語文構成，千變萬化，豐姿不斷，是謂文學；文化以語文文學歷史思想習俗眾眾成，其義最廣，是謂文化。習其而傳之後輩，是吾等人生之重任，猶渾<sup>20</sup>於呱呱小兒之重。

弱冠<sup>21</sup>將至，始討厭泊<sup>22</sup>愛上中文，得來不易，吾必旦旦而學之，授之子女。此乃吾之故事，如有雷同，實屬巧合，用字之差，因江郎才盡，望勿見笑。感謝各位。祝安。

11 巷陌：街道

12 處：之時

13 歷：經過

14 岑寂：寂寞冷清

15 靄：雲霧

16 瀟瀟：下雨聲

17 迢迢：遙遠

18 算：看來

19 臨遠：望遠（這裏指向前看）

20 渾：乳汁，奶

21 弱冠：二十歲

22 泊：自、到

### 老師回應：

謝君柱安，隨余習文年餘。少好舊學，性喜讀書。初，蒙昧無知，但憑一時之興，雜閱群籍，後得識學問之正道。先以近代大家之篇為開蒙，後以儒家諸要籍識舊學之大體，復讀《左傳》、《史記》、《國語》及諸子之篇，亦稍涉漢魏以下，尤好窮其間之思想。常著文以自娛，揮筆潑墨，暢敘幽情，樂於文筆之間。彼雖無仲尼墨翟之賢，無管仲伯夷之能，然有堅毅之心，青雲之志，醇厚之情，亦有敢於創新之意識，吾信終可成鴻儒碩學之才也。

——何一藝老師

每個人的故事都該由大大小小的事件組成，而我的故事包括了一件影影綽綽的片段，或者微小得很，卻教我反思了許多。

還記得打從童稚開始已經嘗試畫畫，初初熱忱依然，花費不少金錢購入教學書，想要好好練習，每天畫上好幾幅，可恨「三分鐘熱度」，不夠三個月那份熱衷已蹤影無存，一遇到不懂的技巧便想到放棄，地上留下滿滿亂揉的紙團，覺得自己天分不足，覺得自己不可能，覺得畫畫談不上甚麼，當初的驕恣跋扈，以致今天的我沒有甚麼振振有辭說得出口的強項，大抵都是年少時的輕談放棄，以為放棄就是唯一的選擇，所以逃避，所以捨棄，所以言敗，殊不知挫折是如此真實，但堅持亦如是，若然時日倒退，叫那個不諳何謂「不懈」的小女孩堅持下去，結果或許有所不同，至少自己有努力過，才不致後悔，但是現在，不後悔才是繼續前進過活的方式，或許現今的我該汲取從前的教訓，不再任性，隨意放棄，相信自己能做得到。

我的故事中，後悔莫及的事有許多，譬如與人相處的衝動、來不及的道別，或者是學業的未盡全力，是無可挽回的事了。若再沉耽於當中，追悔捶心，不過是對將來無所裨益。所以從以上簡單的小故事中，我學會不單單對過去感到無奈，而是要盡力現在，「如果錯過了太陽時你流了淚，那麼你也要錯過群星了」，無需贅言，「活在當下」才是最終對得住自己的方法。

### 老師回應：

有人曾說：「我們往往更多地為自己所放棄的事而感到後悔，而不是為自己所選擇的事而感到慶幸。」回想當初的選擇、放棄、失敗，對比現在推動個人前進的不後悔，「經一事，長一智」，思考「為何」以及「如何」活在當下，必有收穫。

---- 何一藝老師

由你出生至今的人生中，你曾嘗試或挑戰過自己從未接觸或突破的底線嗎？雖然居住在香港已有十七年，但經過這次活動後發覺自己對香港感到十分陌生。

這個暑假，我參加了一個名為「進擊 60」的活動，活動的其中一環要體驗露宿者和貧窮人士的生活。出發前夕我們只知道自己將會很辛苦，同時我們心裏都存在一個疑問，我們如何利用——低於世界銀行統計所得的，人均每日生活所需金額——1.25 美元度過這兩日一夜呢？

活動開始時，我們被送到一個陌生的地方——上水附近，我們要從這個地方走到粉嶺火車站。前往火車站的途中，我們需要完成一個任務（要賣 20 斤紙皮、20 個鋁罐、20 個膠樽）。收到任務後，我們便出發到商場內的藥房和街市——這些擁有大量紙皮的店鋪，以及尋找三色回收箱以方便取得鋁罐及膠樽，雖然我們不斷努力尋找，但紙皮只有幾塊，鋁罐、膠樽共計三個，尋尋覓覓，到頭來仍是冷冷清清……

就在此時，我們留意到兩個地方。第一，街邊的藥房有大量空的紙皮，但紙皮箱的四周已有婆婆等候。第二，垃圾桶內有不少空膠樽及鋁罐。拾紙皮對我們來說只是活動，但對婆婆來說卻是她們維持生計所需的工作，因此我們當然不能和婆婆搶紙皮，於是我們的目標轉向垃圾筒裏的膠樽及鋁罐。不過，垃圾桶的四周散發著濃濃的臭味，更可怕的是，垃圾桶內有不少不知名的液體在膠樽及鋁罐上面。

看到此情此境，我當然想立刻離開，但一想到任務可能無法完成後，我還是下定了決心，要克服心理障礙。我就地取材，把膠袋當手套用，反轉膠袋蓋著手，然後慢慢伸手到垃圾筒裏，把膠樽及鋁罐拿出。雖然隔著膠袋把東西順利取出，但是總覺得手上隱隱有一股臭味，而且剛剛脫下膠袋時，還不小心觸碰到幾滴不知名液體，真是噁心。

最後，經過了三小時的努力，我們已承滿了半個人高三張桌子長的紙皮，以及各十五個的膠樽及鋁罐。我們歡天喜地的把收集的東西拿去回收站，心想着這裏的紙皮應該超過 20 斤，一定值有很多錢的了！誰知道，當紙皮放在磅上只有 14 斤，而這些紙皮、膠樽、鋁罐合共價值不多於 23.8 元。三小時合多人之力，卻只有 23.8 元，真是每一分一毫也是有血有汗.....

忽然體會到父母賺錢是多麼的不容易，我們只是工作了短短三小時，已經累得很，更何況平常要工作整天的父母呢！想必他們比我現在要疲累得多。另外，透過這項活動，明白到平日拾紙皮的公公婆婆是十分辛苦，亦對他們一天只靠不多於 25 元去過一天，感到十分不可思議，因為自己平日的一個中午飯都要 30 元，早已超過他們辛苦所購取的金錢。在香港這物價高企的社會，只有 25 元，而要解決三餐，真的是相當困難，即使早午晚都吃麵包，相信亦只是僅僅夠用，更遑論有多餘錢了。我霎時明白到自己一直被照顧得很好，從來不憂柴米，真是可說過著「衣來張手，飯來張口」的生活，而且一直有零用錢，可惜我卻不懂珍惜，





有時更會和父母抱怨金錢不夠，未能買到精品，只放眼於自己沒有的，而未有著眼於擁有，自己還真的是一個只懂「洗錢」，不懂賺錢的人，現在想起來，還真為自己的行為而感到可恥。

不知不覺間，我們終於走到第一個 checkpoint 粉嶺火車站，然後接受第二項任務，這次我們便要從通州街公園步行到文化中心——亦為今夜睡覺的地方。在前往的過程中，有不少人的神色異樣地望向我們，他們或是皺眉、或是側目，更有甚者掩鼻而逃——這是因為我們滿是汗水，而且更有垃圾筒的「酸宿」味纏身，汗水及餿臭渾和的氣味，確是令人不適。話雖如此，即使深知他們這種行為是人之常情，但是我的心裡並不好受。懷著滿腹思考，走到了文化中心，並有機會親身接觸露宿者。

請問你對露宿者有甚麼印象？大眾及傳媒對露宿者的印象大多都是髒、社會上的米蟲、沒有用的人等負面詞語，但事實並非如此。同組的組員曾訪問其中一位露宿者為何露宿，他的回答就是租金太貴。這次的活動令我體驗及發現到露宿者或貧窮人士的生活非常辛苦，四周走動時被他人用有色眼光看着自己，他們並非社會上所謂「一無事處」的人，而且背後有不為人知的辛酸。其實，他們都是因社會上的限制而造成一無事處的假象——例如：露宿者並非不想工作，而是在工作前必須要交地址給僱主，但他們的居所經常不同，使他們難以找尋工作，令社會大眾認為他們好吃懶做，更甚的是社會人士的不善對待，令他們更難融入社會。現時社會上有不少弱勢社群需要我們的幫助。但露宿者及貧窮人士只有小部份人關注。這次的活動令我明白到，我們有義務令更多人知道這些社會問題，從而改善他們的生活。願有一天，在街頭上不再看見拾荒者及露宿者.....

### 老師回應：

一次露宿體驗活動，讓敏怡體會社會上貧苦大眾的辛酸，並反思社會人士對露宿者的看法，活動意義深遠。敏怡具悲天憫人之懷，願他日學有所成，能為社會改進出一分力。

---- 麥燕眉老師



在一片無際的星空裏，繁星眾多，但我卻留意一顆十分細微及較其他繁星暗淡的星星。我突然心裏覺得這一顆毫不起眼的星星就像是我。

我十分平庸，沒有過人或特別之處，甚麼事情都屬中下的水平，我曾把自己與別人比較，但我卻悔作此舉，因每一項的比較中，如學業、運動或甚至在遊戲方面也較差。

我曾經嘗試努力去找出自屬於自己的個性和優秀的地方，而且家人給予了相關的壓力，但之後仍然沒有一絲毫的改變，反而更令自己即使站在原地也都覺得喘氣，不明白這最終為了甚麼。

在一次偶然的機會，我以義工的身份去探訪一些精神復康的人士。在社區中心，我遇見了很多普普通通的公公婆婆，而且還和一位公公閑談起來，在他的口中，我發現他曾經歷中風，那刻我卻完全看不出他有這麼的經歷，這突然令我想到馮夢龍所說「人生一世，草木一秋」這句話，與其把自己與其他人相比，努力要越過別人，倒不如做一些自己所渴求的事，而且「不可以一時之失意，而自墜其志」，就猶如眼前那一位的精神復康者，即使他經歷那麼多不如意的事情，也能笑容滿面，我亦能感受他是打從心底裏發出來。那一刻，我心裏亦無故地多了一種安全感，給了自己動力，走將來的道路。



雖然到了現在，我也找不到自己的獨特處，亦沒能越過別人，但並不是甚麼也沒有改變，有一處改變了，就是我的心境，「一個人的價值，就取決於自己」。如此，這一顆不顯眼的星星也在內心發起了光芒。

### 老師回應：

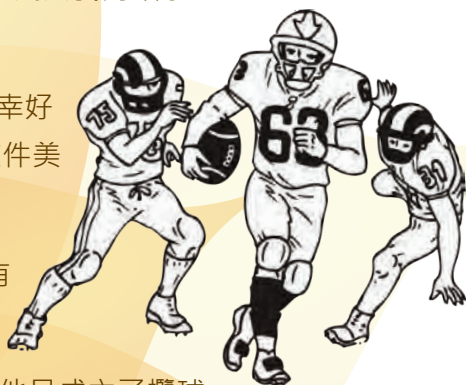
改變心境，改變思想，改變人生。每個人都有自己特有的天賦，人的天賦就像火花，它既可以熄滅，也可以燃燒起來。點燃它吧，讓它燃燒成熊熊的大火。只有默默的耕耘者，在生命的春天播下創造的種子，必將迎來金色的生命的秋天！

---- 何一藝老師

這個故事是一件真人真事，亦是屬於我的故事。

去年開始，欖球隊正式成立，幸好有一班熱愛欖球的同學才能促成這件美事。

在成立之前，有朋友問我：「有沒有興趣打欖球？」



那時，我意興索然地說：「你他日成立了欖球隊，我便來吧！」即使我這樣消極回應，他卻仍是十分興奮。最後，當他真的是找到一隊成員時，我也信守承諾，正式參加欖球隊。然而，當時我只是抱著得過且過的態度，打算玩玩而已，直到教練說快有比賽，我才投入地訓練。

我們成員當中，大多都是新人，剛開始時連球例、開球也不懂，那理所當然，應該不及同區的「老手」，畢竟他們有豐富的比賽經驗。但我們卻因為「新手」，所以更加用心練習，希望盡快適應攻守節奏，而且透過大量的訓練培養默契。從我們的雙眼中，你可以看到一團燃燒的火焰，盼望能一盡所能。勝利對我們來說是很遠，但我們都拼盡所有去比賽，沒有後悔，卻仍有遺憾.....

因為我們練習時間不多，對手實力不太強，輸的只是經驗。

時光飛逝，轉眼間欖球隊正式成立差不多一年了，我們進行了很多次練習賽及比賽，當中鬆弛有道。遇上練習賽時，我們多是適應比賽節奏，逐漸調整自己的步伐；每當比賽時，我們便會進入作戰狀態，施展渾身解數，用盡每一分肌肉的力量。直到今

年學界，我們總算由全無戰績，變成一匹黑馬，贏了幾場比賽，足以證明我們一步一步成長——雖然緩慢，但的而且確地在進步。所謂的「成長」，不只是在球技方面，教練除了教我們如何打欖球外，更教了我們不少人生道理。

我們這隊欖球隊，有不少能力優秀的人，有跑得快，有身材魁梧，有技術出眾等等。各式各樣的人聚集，意見本會繁多，是教練讓我們學懂我們是「一隊人」，應該互相配合，而非一較高下，各有各的長處，更應該彼此團結，互補不足。

而更重要的是欖球讓我學會一個道理：欖球是不能後退的，無論前面遇上甚麼樣的對手——那管他是如何壯實勇猛、富有威勢——都不能後退。人生亦如是，在人生中我們會遇到挑戰，但我們不能後退、迴避，反而更要迎難而上，勇於面對，即使戰勝不了挑戰，但至少戰勝了自己，克服了自己的恐懼感，這正如老子所言「勝人者有力，自勝者強」，惟有勝過自己的人，才算是真正的強者。

### 老師回應：

穎衡能做到起承轉合，先道出自己對欖球缺乏興趣，後漸漸努力，並且投入比賽變成黑馬，最後以加入啟發——欖球與人生都不能後退。喜見同學能以格言總結，深化文章，做到小故事大道理。

從文章感受到穎衡熱愛欖球，並有著一股拼勁，願同學能每事都抱如此積極態度，克服種種難關。戰勝自己，不留遺憾。

--- 李靖鈞老師

### 坐

在你身邊的好朋友，你會否珍惜他呢？

我從小就不是在父母身邊長大，而是由婆婆一手一腳照顧我。我出生沒多久，就不在父母身邊，這是因為我有個比我年長兩歲的姐姐，父母難以一下子湊兩個小孩，所以就把我送到鄉下的婆婆那裡。因此，即使現在與父母同住，感覺仍是有些疏離，那缺失了的數年，成為我與父母無法拉近的「數米」距離。彼此不甚親密，甚至時有爭執，雙方的距離未能拉近。

其實，每次回重慶探望婆婆和公公時，我都很開心，因為可以再與他們盡訴心中情，又可以向他們撒嬌，仿若回歸海裡的魚兒，如魚得水，非常暢快。不過，快樂的時光總是過得特別快，又是時候說再見，每當離開之際，我總是不捨兩老，希望可以長留在他們的身邊，不再分離。

不知道是否因為出生沒多久就不在父母身邊長大的關係，婆婆和公公都特別疼愛我，較之表哥、表姐，更呵護我、愛錫我。

還記得升小學三年級那年的暑假，婆婆申請了來港遊玩，我總是黏著婆婆，好像連體嬰般，她去那，我就去那。每天早上，我會跟著婆婆一起出門，她與公園其他的公公婆婆跳扇舞時，我則坐在旁邊的椅子細賞，當我看到婆婆高興不已的神情，我多想時間可以停留在這刻，願我能一直看著婆婆。

今年新年假時，我回到重慶過年，這次旅程可說是又喜又悲，喜的是因為可以探望婆婆和公公，一家人齊齊整整過年；然而，悲的是發現婆婆有白內障，視力開始衰退，我知道只有看醫生動手術才能治療好婆婆，而我卻只能看著她受苦而無能為力幫她。

直到現在，婆婆的病仍在排期，等待做手術，可惜我在香港，甚麼也做不到，只能偶爾通電話了解狀況，那種焦慮卻又未能幫上甚麼忙的心情，使我飽受煎熬。

人的力量真的是很渺小，希望大家可以用你最大的能力去珍惜你所愛、所思念的人。



### 老師回應：

思敏文章雖未見瑰麗詞藻，平平實實，但感情真摯動人，及更顯那份濃厚的祖孫情，讀起來更打動人心。瑣碎的生活小事，如一起吃飯、晨操，正因為相伴的是至親才更顯彌足珍貴，撫心自問，有多少人願意把時間留給家人，而非獨自享受呢？「珍惜眼前人」，不是一句口號，需要我們行動，時光匆匆，勿待「子欲養而親不在」方悟此理，願用心對待親人，憐惜所愛。

---- 李靖鈞老師



歲月蔥蔥，我的人生至今已走過了第十七個年頭了。小時候，**歲**總是期盼快點長大，覺得作為大人就能享有很多的權力，可以要自己所要的。但是我慢慢長大，卻驚覺時間的流逝得太過飛快，發現時間原來寶貴得很，特別是現在仍有幸待在避風塘般的學校裏生活和學習。

這些年的「故事」說多不算多，說少也不算少。相對起一些已經七十古來稀，人生閱歷極為豐富的長輩而言，我那淺薄的資歷固然不夠看，但是這些一個個累積下來的人生經驗和變故也成為了屬於「我的故事」，猶其對我影響得最為深厚，大抵有兩件事。



第一件事是兩個與我年齡相距很大的妹妹的出生。我出生開始的前十年都是家中的獨生子女，而父母親正值工作打拚搏的年紀，十分忙碌。因此，我常常寄宿於不同人的「家」，被各種不同的親戚朋友照顧，不知是為了補償我，還是怎的，小時候的我擁有過很多種類或是當時價格尚算昂貴的玩具，比如：可以坐小孩的電動玩具車、會發光和發聲的天線寶寶，當然還少不了數百副不見後又重新購買的玩家家套裝。雖然我擁有這麼多玩具，但我卻不願意與他人分享，甚至聽家人憶述，我曾因不願意分享玩具而和別的小朋友打架。其實我不願與其他小朋友分享的原因，只是想他們能夠和我一起玩，而非拿走玩具後他們就自己玩了，不再理我。因此，每每到他們拿出我的玩具時，我便會鬧情緒，說到底，不過是感到寂寞罷了。

後來，我的妹妹出生了，我當她如珠如寶，完全不似有些小朋友會害怕弟妹的出生成為自己爭寵的對象，而是想着我也能有

一個陪我玩的伴了！她開心的笑，我也會隨之感到開心；她不開心的哭，我也會隨之感到擔心；甚至，她要別人抱而不願意讓我抱，我也會躲進房間哭半天，怕她是不是不喜歡我了。從她誕生的那天起，我學會了照顧小孩，換尿布、沖奶粉、推嬰兒車等，我慢慢地成為當中的能手，也令我從一個孤僻自私的人變成毫不吝嗇、懂得大方分享的人。即使，現在我那兩個妹妹整天吵吵鬧鬧的，但對我而言，這些都是溫馨的快樂，我很感謝我母親為了我把這兩個「小不點」帶到這個世界上，並與我相遇。

而另一件事，則是我外婆的去世，從小因父母工作比較繁忙的關係，把我交由過很多不同的人照顧，但當中有最深厚感情的卻是我的外婆，她不懂得說廣東話，總是駝着背，最愛就是開我的玩笑和說我的壞話，總是將我小時候的醜事不斷重提。曾幾何時，我也總是因為這樣而感到生氣，但通常過一會兒，她就會拿着一盤美味的雞翼來到我面前，笑笑的說：「不要生氣了，下次不說了，快吃吧！」然後我們就如常地有說有笑的了。但外婆說話總不算數，過幾天後她又會重複說同一樣的說話，我們婆孫兩人又會再重複同樣的情境，對於「調戲」我一事，她永遠都樂此不疲。

後來，她回鄉，我們就很少見面了，面對繁忙的生活，我漸漸淡忘了與外婆相處的回憶。直到後來，一次我回去探望她的時候，剛到埗一天，和她聊了幾句，但一早醒來，她便因為心臟的問題進了醫院。那時，我只有少許的惶恐和擔心，並沒太大的實感，直至她真正過世的那一天。

我看着她仍舊保持著那張笑笑的、溫柔的臉，只是她卻再也睜不開眼了。這一刻，我突然發現，其實我比想像中的，與她有更深的羈絆，我要好好珍惜與每個人之間的緣分。

### 老師回應：

人與人之間的相遇是絕美的風景。無論是朝夕共對，或是瞬間相處，也值得我們牢牢記住，偶爾翻出來咀嚼回味。

---- 楊綺琪老師

小時候，我總是以為未來的日子會與其他孩子一樣，在學業上平步青雲，幸福、無憂無慮地渡過小學和中學階段，扶搖直上，但事實卻不然。

在小學的時候，我的短期目標跟大部分同學一樣，都是想入讀一間心宜的中學。於是期間我發奮圖強，從中等的成績攀爬上較高的名次。最終，在老師的幫助下，入讀了第一志願的中學。雖然每天都要花好一段時間才能到達學校，但能夠派到一間好學校就讀，縱使多遠也值得，卻沒想到這間學校是否適合自己。

還記得上中學的第一天，我自豪地穿上「百周」的校服上學，我由一名小學生轉變為中學生，而且還在一所較有名望的中學就讀。當時我真的有夢想過自己努力過後，能獲取好成績，夢想過自己跟小學一樣、在班上名列前茅，夢想過有一天能踏上禮堂的台上拿取畢業證書……不過，那只是夢而已。經過第一次考試後，我發現比我厲害的人比比皆是，我只是井底之蛙，而且還是浮游在尾三十的名次。隨後幾年，我亦很認真溫書，以應付大大小小的測驗和考試，但成績仍未如理想。每天面對着同學和老師的壓力，加上家中亦出現一些情況，使我的自信心隨着成績一直下滑。自此，我就困在這陰霾中，亦不願與人傾訴心底話。這些生活維持至中四的下學期，母親決定



為我轉學，希望在新環境中有新的轉變。

後來，在青中重讀中四的一年間，為了讓自己有所改變、讓自己更有自信和開朗，我參加了不同的團體活動及比賽，做一些以前不會主動做的事，例如對誦、音樂劇、學生領袖，希望從中能有所得着，徹底改變那個自卑、沒自信心、不願挑戰，只原地踏步的我。現在的我，即使面對困難和逆境都不會就此消極下去或逃避，反而會正視問題並嘗試解決。雖然我的自信心仍然不足，我未能像他人一樣，即使面對匯報、錄影也不能做到臨危不亂，我仍會慌忙失措，成績亦不是特別彪炳，但其實不必與人比較，因為這就是我吧！

儘管我的中學生涯比別人的多一年，但這一年卻改變了我的未來，使我更有自信來面對和迎接未來，使我認識很多朋友，擴闊了我的生活圈子，不然我還沉溺在自己設下的盒子中，恐怕到現在都未能逃出。

其實生活，並沒有幼兒時想像的容易，在不同的階段中總會碰上不同的困難，事事都不一定會稱心如意的。不過，關關難過關關過，只要自己能夠踏出第一步嘗試，有一顆願意改變的心，機會定會接踵而來。文憑試離現在只餘下不到一年的時間，我亦要努力趕上過去四年失去了的時間，向我的護士夢進發。

### 老師回應：

人生少不了浮沉變幻，看似是洶湧的海潮，淹沒人的意志與希望，但其實也給予人絕處逢生的機會。故此，面對任何事也應把握機遇，迎難而上。

---- 楊綺琪老師

今次我要分享一次做義工的經歷，我參與過多不勝數的義工活動，而這次義工活動令我印象深刻難忘。

那天，我和其他義工由天晴邨出發去樂勤學校。踏入樂勤校園的第一步，我擔憂和害怕起來，因為我這次來的目的是服務智障學童，大家一起畫畫和玩樂。我從來沒有接觸過他們，只知道智障學童的特徵。我和其他義工都在學校的校務處集合，聽姑娘講解，在過程中要小心和耐心地照顧學童。聽完姑娘的講解之後，我們走向學童的課室。我非常擔憂，但又很期待。

到了課室，只見很多頑皮的小朋友七嘴八舌地吵鬧着。有小朋友一直在叫，有的在吮手指，有的在流口水.....我初時覺得很噁心和恐怖，大部份坐着輪椅的學童都會流口水。此時，姑娘問我們：「你們今天要與小朋友進行甚麼活動呢？」「我們要教小朋友們畫畫！」由於學童的數量比義工團多一些，因此每一個義工需要教一至兩個學童畫畫。分組之後，我就與一個坐輪椅的小女孩畫畫。她一直在流口水，我也不知道怎麼辦。不過，她身上有口水巾。





此時，我就開始將畫紙和顏料筆給她，她卻不懂得提起畫筆，也不能表達自己的需要。我將畫筆放在她手掌心，然後我再輔助她，跟她一起畫。此時，我心裏卻和自己說：「不要怕，你一定做得到。」我捉緊她的手畫，一個紅色的太陽、一間小木屋，畫些花草樹林等，最後我與她畫了一個小女孩在花草中玩耍。我向她說：「小妹妹，這個小女孩是你，我希望你能夠早日到外面的公園玩耍。此時，我看一看周圍，卻見其他義工都很忙碌，有些學童很頑皮，還有些會食手中的畫紙呢！一幕幕的情景真令人驚訝！我再回望身邊的小女孩，是個很平靜的女孩，我心想：「她能夠聽懂我的說話嗎？」

畫畫過後，我幫忙清洗所有畫筆和顏料盒，之後姑娘就帶小朋友到門外的公園玩耍。由於我照顧的小女孩行動不方便，因此我就要與她分開，我要去照顧另一個很頑皮的小男孩。他會不經意地走來走去，也會去推撞其他學童。不過，他是個可愛的小男孩，樣子與正常人無異。我要小心看管他，以免他受傷。但是，他是個極度活潑的男孩，他跑得非常快，我要捉着他，我害怕他會撞倒別人和自己。這個小男孩令我過度辛勞，我喝止他不要再走那麼快，他總是不聽。

這時，他帶我去到玩具車站，然後他自己坐下一部車，我心想：「太好了，你坐在車就不會走來走去。」忽然，他指着另一部車，意思是叫我坐下那輛車。我問姑娘：「這樣行嗎？」她說可以。這時我坐上車，舒了一口氣。不知道何來的技術，他駕車技術十分強，一瞬





間，他就駛得很快、很遠。他又會用車胡亂撞人和撞牆，我又要加倍小心去看管他，我笑着對他說：「不要再撞啦！」他總是不聽，在公園裏，只有我與他興奮地追逐，此時我才感覺到與他相處的快樂。

到了中午，我們要走了，但我依依不捨。就這麼短時間，已與他們產生了友情。他們天生不幸有殘缺，但卻依然需要別人的關心和耐心的照顧。這次體驗是我人生中的第一次，我明白到他們的困境和需要。我很希望社會各界能夠幫助他們，接納他們。離別時，淚水在我眼中迴盪。突然，我想起最重要的一件事，回頭問姑娘，我剛剛照顧的那個小女孩和男孩叫什麼名字，姑娘回答我，女孩叫做麗欣，男孩叫做培偉。知道後，我深深記在腦海裏，這也是我唯一能帶走的最好禮物。

### 老師回應：

鑫全之故事，感情流露真率坦誠。與智障學童相處之初，難免恐懼緊張，然而他能鼓起勇氣，摒棄對智障人士的偏見，真誠地打開心窗，終與小男孩、小女孩建立情誼。

從故事中，看到鑫全一顆單純、助人為樂的赤子之心。甫入社會，爾虞我詐之事屢見不鮮。為師深盼其踏入社會後，亦能保持赤子之心，並繼續幫助有需要之人。

---- 鄭麗琳老師

不知道大家與親戚的關係如何呢？以前，我一直覺得親戚之間的聚會非常無聊，無論是中秋節或團年飯等，聚首一堂，但話卻不多。大家又不是一起生活，只不過是大家姓氏相同，實在沒什麼感情可言，直到大伯發生那件事，我才恍然大悟，但時間已飛逝，一去不復來。

年幼時，我是一個壞孩子，經常犯錯，惹得母親怒氣沖天。當時她會用衣架和「不求人」來教訓我，我全身便會紅腫起來，數日都不消腫，碰一碰都痛得我要哭死，那滋味可不好受。

每次去大伯家吃團年飯，大伯總能發現我並不開心。他會獨自和我聊天，開解我，還經常給我零用錢，逗得我開心極了。如是者，見到大伯時，我一個眼神，他就知道我又闖禍了。這種默契，可能就是男人之間的浪漫吧！我亦漸漸喜歡和大伯談心事，覺得他是一個很正面和可靠的長輩。



但隨著我長大，愈對這些聚會不感興趣，便很少出席，我對大伯的感情亦轉淡。直到有一天，我放學回家，母親語帶沉重告訴我：「大伯自殺過身了.....」當時我聽到這消息，實在是晴天霹靂，深深刺痛我的心。一幕幕過去和大伯相處的時光，在腦海不自主地浮現。我完全想像不到，這麼正面、一直安慰我的人，怎麼會以消極的方式結束生命呢？其後，我去送別他的遺體，我更後悔自己未能好好報答他，一眨眼就已經沒機會了。

生命無常，每一次再見可能是永遠的訣別，不要等失去後才後悔。珍惜，不難做到，但不易做好，竭盡全力去愛你身邊的人吧！珍惜他們，亦珍惜你所擁有的一切。

### 老師回應：

炳杰之故事，對我們有很深刻的提醒。要珍惜父母、家人，知易卻行難。年青時，可以或要追求的事有很多，我們可能會把家人放在最後一位，甚少關心他們。然而，時間匆匆，當你醒覺要回報他們時，可能已苦無機會。

為師深盼炳杰能把握現在，珍惜在世的父母與親人，勤勉向學，回報親恩。

---- 鄭麗琳老師

**我**並沒有什麼驚天動地泣鬼神、也沒有什麼半天沒人的故事，但是卻擁有一個唯我獨有的故事想在此與各位分享，接下來將會帶領各位進入我過往的小世界，了解一下關於我的小故事。

從我誕生多的那天開始，我就獲得父母以及其他親朋戚友的青睞，每當我學懂一件是就已經可以得到長輩們的「暴風」讚賞，無論是一件雞毛蒜皮的事，還是一件無關痛癢的事，都會惹起他們的關注，我就是在這樣的環境下成長的。隨著時間的流逝，我已經不經不覺地將他們給我的愛護以及青睞是理所當然的。

直到我六歲的那一年，家中突然來了一位不速之客，除了是不請而來，還是一個要長期在這裡定居的「客人」。雖然這位「客人」看起來沒有很大的攻擊力，但難免仍然會有些防備的心態產生。

可惜，我越是放任她，她的攻勢就越來越強勁。那個「客人」成功地用她可愛的笑容和天使的面孔，吸引著父母的注意，而我也開始漸漸地被忽略，我的存在感也是因此而變得越來越少。這位「客人」，就是我的妹妹。

從她誕生的那天開始，



就像個小偷般將屬於我的東西分一半，我的玩具少了一半，我的書桌剩下一邊可以使用，衣櫥中的衣服有一半已經不再屬於我的.....。也許，連父母對我的愛也減少了一半吧！不經不覺，我已不知有多久沒有得到他們的讚賞，而她就成為一顆糖豆緊緊地依附在父母身邊。

時間飛逝，她眨眼間已經長大了不少，更「進化」成我的糖豆。起初，我對她感到有點厭惡，直至這件事發生後，才使我將這個想法徹底改變。

「姐姐，能幫我畫個聖誕老公公嗎？」她拿著功課冊放在我的面前，為了趕走她，我接過來隨手畫了幾筆，打發她走開，但她卻跟我說：「你真厲害，有什麼不懂的？」這是在她出生以後第一次聽到的讚賞。她就是這樣成為了一個繼父母以後稱讚我的人。那刻，我終於明白到其實她是一個比我更需要鼓勵的人，但自己偏偏不長智地作無謂的「爭風吃醋」，多麼的幼稚啊！

就這樣，我們比起姊妹，更像朋友的關係就建立了。即使在吵架以後，都可以當作什麼事沒有發生過一樣。

這，就是我的故事，那你的又會如何呢？

### 老師回應：

星雲大師說：「世事都是一半一半的：白天一半，黑夜一半；陸地一半，河海一半；好人一半，壞人一半；貧窮一半，富有的一半……隨著時移世遷，一半一半雖然互有消長，卻無法使這一半全然統治那一半，然而就因為如此，人生才有無限的希望。」

「她」的出現，分享你一半的東西，或許改變你的生活模式，但是換個角度來看，其實你亦有不少的收穫啊！有一次，我看見你教導妹妹，姐姐本色發揮得淋漓盡致！

---- 何一藝老師

天，被灰色的帷幔蓋著；風，肆無忌憚地吹著；雨，傾盆地下著。這樣的天氣跟那天幾乎一樣，不同的是那時的，是春風化雨，滋潤著我的心，而這時的雨天卻是冷酷無情，冰藏著人們的心。從窗邊望下，路人都拉起風衣領，吃力地撐起被吹得東倒西歪的雨傘急步走，但那灰色似乎無邊無際，人即使走得再快再急也走不出那片灰……每每遇上這樣的天氣，我都會想起妳。

為了尋覓在燈火闌珊的妳，我會窩在家中，蜷縮在沙發上，翻閱那本帶有妳味道的《夏至未至》，那濕潤清淡的味道在字裡行間滲出，縈繞我心。思念咬噬我的胸口，更是五味雜陳。淅瀝的雨聲更使我心煩意亂、憂傷溢出。我不禁帶上耳機，聽著耳熟能詳的《稻香》，讓周杰倫那句：「回家吧！回到最初的美好。」帶我的思念飛越千里，時至那個與妳相遇的美好時光……

我們初見的那個小島，沒太多華麗的高樓大廈，但許多艷麗的綠野景緻。那裏沒有氣勢磅礴的黃河流經，也不是孕育文化的長江流域，但它有一條萬泉河，河水碧波蕩漾、椰姿帆影，有著長江的母親特質，歷年來滋養著那裏的民族。那兒逐漸開放，發展成城市的雛型，出現了一棟又一棟用混凝土堆砌的碉堡，但不像香港那般櫛次鱗比。那個地方不像原始森林般不食人間煙火，但那裡蕨萐蔥鬱，「是造物者之無盡藏也。」

海南島，你就是如此的美麗，能遇上妳是我的幸福，我能在這裡出生是我的榮幸。我一切美好的時間就在妳這兒流逝。那裡的一花一草、一顆石頭、一滴水、每一個人，都紛紛拼湊出我思念的妳。那裡的人更是我故鄉密不可分的一個重要部分。

還記得你們說家是唯一的城堡，孩提時的我就是在這座美麗的堡壘裏成長的。那時的我經常與表弟、表妹在故鄉家外面的巷弄穿來躲去，玩捉迷藏。那時候時光悠悠，夕陽重重，玩著玩著就長大了。後來我移居到香港，但每年暑假定回去一趟。可是幾年後因各種原因就再也沒有回去了。事隔四年，終於能再回城堡當「妳」的小公主了。去年回去的時候也是下著大雨，跟今天的天氣一樣，但那時的天，好像是在用盡所有的雨水熱烈地歡迎我歸來。

回到家鄉，發現人面還依舊，桃花已全非。四年間，家鄉越趨城市化，發展日趨蓬勃。我們家兩旁的鄰居也相繼把平房修建



加高，把剩餘的房間租給住客了。家外面的巷子沒有了，我再也尋不回那幾個淘氣小英雄的影子了，也聽不到收破爛那中氣十足的吆喝聲了。四年人事幾番新，許多都改變了，只可在回憶中追尋，心中滿是無奈。看不慣濃妝抹艷的她，我還是比較想念她清純自然的原貌。

不論妳變得怎麼樣，我對妳的喜歡是永不泯滅的……

去年回去特別痛快、樂不可言，因為那次只有我一人回去，沒父母的束縛，玩得別外開懷。往昔的淘氣鬼如今都出落成亭亭玉立、出類拔萃的中學生了。雖然沒有了巷弄，但我們還有很多消遣的方法，只要在一起，多無趣的把戲都被我們變得樂趣無窮。也許大家都意識到快樂的時光特別短，彼此都十分珍惜相處的時間，大人們尤其地寵我。我走的那天，也是下著滂沱大雨，透明的薄紗為故鄉塗上一抹朦朧美，一層濕潤的霧氣也在我雙眼冒起。我閉上眼睛，回憶故鄉的模樣，要趁記憶還未被洗刷淨時，把她深邃的容貌烙印在心中，深怕下次再踏進此處，一切都改變得陌生，失了我原本熟悉的她……

眼淚無聲無息地落在書頁中，這本《夏至未至》是我和表妹挑選的，剛好用作紀念我這短暫，但溫暖繽紛的旅途。雖然這個仲夏的旅程結束了，但我們的夏天並沒結束。妳淡雅的樣子印在我的腦海中，明媚陽光下，妳的身影仿若永恆，連同夏天的氣息藏在我的心底……

「小時候的夢我知道——」隨身聽突然沒電了。既然如此，我乾脆放下那本帶有鹹鹹海水味道的《夏至未至》，拿起報紙。經過一翻折騰，終於摺好了一艘艘小巧的紙船。那時我們每逢下大雨，都會摺紙船，把它們拿到家門外浸滿雨水的街道上去放，希望總有一隻能載著我們的夢想，航行到未來我們的手裡。看著自己的完成品，嘴角牽起一絲滿足的笑意。我隨即拿起紙船，踱步到門口，剛拉開鐵閘，但映入眼前的不再是一條雨河，而是一條無盡冷清の走廊。根本沒處可放船，我嘴上的笑容頓時變得像一條反肚的魚。我看著手中的紙船，雖然現在捧著的不是兒時那滿是理想的船

兒，但我會盡力，讓它們傳遞到未來的我手上，那會是站在人生舞台上沐浴著成功的我！

溫馨的城堡、載滿希望的紙船、蕭索但充滿愛的雨天，我不會忘記妳給過我的幸福。

當我想起妳，我會希望再次風蕭雨晦，讓我的思念跟著雨水氾濫出來，然後隨風兒吹到妳那兒。當我想起妳，我會再次掏出那本《夏至未至》，找回熟悉的味道，緩解我的思鄉之苦。當我想起妳，我會再次戴上耳機，聽著周杰倫的《稻香》，帶我回到最初的美好.....



### 老師回應：

美 於文首只道想起妳，令人不禁好奇「妳」是何人，想不到原來是一處地方——海南島，引起懸念。行文方面，雅俗共賞，既有華麗詞藻，亦見流行歌詞，富於變化。而且能做到前後呼應，結構嚴謹。

於字裡行間透露思鄉情懷，感情真摯，卻發現故鄉已變，只能於記憶中緬懷，令人惋惜，但這份「情」相信是永恆不變，並會隨著美的成長，變得越來越濃。

---- 李靖鈞老師

我是一個平凡的人，但卻渴望成為不平凡的人。我是趙尚賢。

我在這世上生存了十六年零一百七十六天，看似日子十分短暫，沒有太多經歷，包括情感上、歷練上。所受的苦，也比較淺。因此，我渴求取得更多的理解。我曾經遇見一個人，他這樣說：「一個人要離開，無論怎樣挽回，始終都要離開。」這一句教會我，對於人的別離不必太過認真，悲歡離合，也不過是曇花泡影，介懷只是自己的執着引致。就是這樣，人生中的每一個過客，對你的一字一句，看似平凡人也會說，卻為我生命留下深刻的烙印。我的生命就會隨着不同人的不同話，高山低谷而改變。因此，我不會為我人生設限，可能下一秒，隨時改變，而造就不平凡的我。

我的夢想是成為一名歌手，因為我認為唱出歌詞比起我說話還要流暢，我嘴巴較笨，不太懂得以口將心中深層所想的表達出來，因此歌唱是我抒發的其中一個途徑。而我也是受我崇拜的人所啟發，她一字一句的歌詞觸動我心靈，更使我內心找到寄托。但我知道現實的種種限制，可能會讓我的夢想終歸為夢。但我也會積極追尋，不讓我生命留下遺憾。

在我的生命中，不能缺少的，除了是情外，就是家人。我家中有五位成員和一隻花貓。

我的貓和一般的貓有別，看著牠每天都慵慵懶懶地睡在地上，偶爾想給牠一個溫暖的擁抱，牠卻隨之而離去。我心中便開始想：牠每天懷著敵心而活，只是在有食物時才親近我們，然後繼續「你有你生活，我有我忙碌」，然後一天又過去，這樣不累嗎？人生中，隔膜可能就是因為無知而產生誤解，貓也就是因此而對我們張牙利爪。但我相信日子愈久，時間會將這一切沖走，人與人之間也一樣。

至於我的家人，他們一直在我的左右，他們在我人生成為最

重要的人物，一直教導我，不論在人生中的高低起伏，他們的支持和鼓勵，支撐着我，使我更為安心。他們也不論在我人生中一些重要的抉擇時，給我意見；跌倒時，扶我一把；喜悅時，與我分享。作為我人生導師的他們，一直引領我向前，令我成為不平凡之人。

就是這樣，人生漫漫長路，沿途一定會遇見更多的人，更多的事，因此我一直期待下去，期待着我人生的劇本如何演下去。



### 老師回應：

「不平凡人的平凡事，平凡人的不平凡事」，從平淡找到精采，從璀璨走到平衡。這是人生的態度。只有於平凡中見到不平凡，刻苦努力、奮發圖強，努力會換來了豐收的喜悅，成功的花朵在汗水的澆灌中，會更加鮮豔。

---- 何一藝老師



**還**記得今年生日是特別又傷感的。我將踏入十八歲，人生的必經之路，有喜有憂。喜是成人了，能擁有作為大人的權利，心裡美滋滋的。而愁為不再是小孩子，不能再有幼稚的行為和父母時時刻刻的呵護，要勇敢面對人生。



生日十八歲成人之禮，母親卻不在家，讓我感到鬱悶，如此重大日子，竟然不能回來幫我慶祝，還是忘記了？但由於邀請了很多朋友，在急急忙忙接待下，很快把此事放在身後了。

朋友一一拿起禮物，並帶上祝福對著我，讓我心裡十分激動，如同浪花翻騰一般波濤汹涌。窗外突然傳來一陣風聲，為生日派對的開始帶來伴奏。隨著朋友歡呼

聲，蛋糕上插滿了蠟燭。那燭光映照著朋友真誠的臉，讓我回想母親每年生日對自己的祝福，為何今年卻一聲不響，還在我十八歲生日的時候，一定有原因！看著眼前的燭光，並一鼓氣的把心裡的鬱悶連同燭光吹滅了。

一番忙碌下，生日派對結束了。朋友一一回家。只剩下自己一人留在家中。我深吸一口氣，拿起手機，盼望着能得到最想要的祝福。但時間一點一滴過去，手機還是毫無聲息，眼眶漸漸模糊了，好像有東西一不小心就會落下。等待的心已按捺不住，帶

著委屈打了過去。「叮鈴鈴、叮鈴鈴」呀！通了！準備已久的對話在憤怒的情緒中想一口衝出時，被截停了。隨即而來的是母親的道歉和原因，婆婆病了！母親馬上趕去醫院等忘記交代。一下子鬱悶的心消退了，伴隨著是擔心。幸好的是婆婆的病已穩定下來，母親現在才有時間接我的電話，事情太突然了。

雖然母親不能來生日派對，但在手機中已給予祝福，也希望婆婆的病早日康復，母親不告訴我也希望我生日時不要太難過。而我也要反省自己，不應從表面看事，忽略當中的心意，幸好沒有說出難堪的話，言語可是無形的刀，一旦說出就難以收回，後悔莫及。

### 老師回應：

在經歷中感悟人生，在人生中體味各種酸甜苦辣，友情如是，親情如是。

---- 劉悅老師



**作**為一名學生，我沒有什麼重大事情要分享，但在此，我希望與各位分享一個只屬於我個人的小故事。

我的成績在班中不算突出，甚至平平無奇，一直徘徊在合格多一點的邊緣。成績平庸，又沒有什麼特別的技能，但自從他的出現，就像一個指路明燈，指導我走上一條正確之路，從此改變了我。

記得中三選科的時候，班主任派了一張選課表格給我們填寫，並提醒我們要深思熟慮，因為這張選課表格與我們將來能否修讀心儀大學的學系，甚至對將來找工作有著緊密的關係。



最初，我抱著半信半疑的想法接過那張選科表，可謂是排除萬難，經我嚴密的篩選，最終決定把首選留給歷史科，次選為旅遊與款待，最後是視覺藝術科。不少人認為這視覺藝術沒有前途，不值得浪費時間。如果你問我為何選擇在許多人眼中較冷門的視覺藝術科？我會答你因為我遇到了他.....其實我從來沒有任何繪畫的根底，除了中國畫。記得中三我被分到中國畫班時，我真是一點興趣都沒有，只求交齊功課混過一年，直到我的啟蒙老師甄榮歡老師的出現，令我有所改變。他苦口婆心地教導我們，記得當時我經常留在班房練習中國畫，甄老師令我明白到中國畫留白的意義、擦筆的技巧等，我想由甄老師手把手教我畫的第一幅中國畫後，令我產生了極大的興趣，慢慢掌握了中國畫的各種繪畫形式，如潑墨、山水畫等。一次偶然的機會，甄老師推薦我參加青少年中國畫大賽，我獲得了優異獎，這次獲獎經歷令我鼓舞。有人曾說過：「一對鞋舒不舒服，只有自己知。」所以在我選科時，義無反顧地選擇了視覺藝術科。這是我的經歷，你呢？有否在煩惱你的選擇？記住要堅持夢想，相信自己呀！

### 老師回應：

在我們彷徨無助的時候，在我們踏足十字路口的時候，總會有一盞明燈在默默守護著我們，用它的光指引我們走上一條正確的路。

--- 劉悅老師

# 花絮



# 預告

15-16 年度 「一人一故事」計劃主題

中文科、英文科、通識科、體育科、音樂科、視藝科

我的名字・我的故事

The bravest thing I have ever done

風采與我



我看時事

