

目 錄

我最尊敬的人	1A 吳愷淇
我最尊敬的人	1A 胡嘉豪
我最尊敬的人	1A 杜姚諳
記一次遲到的經過和感受	1B 張希琳
記一次生病被親人照顧的經過和感受	1B 何詠寶
我最尊敬的人	1D 王諾怡
蜜蜂	2A 梁芷洙
我的媽媽	2A 吳彥均
經過了今天的賽事， 我體會到「勝不驕，敗不餒」的道理	2A 陳鈞兆
我覺得人際關係是煩惱的根源	2B 陳芷昭
我覺得成長是煩惱的根源	2B 郭桐兒
尋回夢想記	2B 郭桐兒
尋回枱燈記	2A 吳彥均
旋轉木馬	2C 謝雅涵
火柴	2C 黎梓謙
記一件讓你流淚的事情	2D 林紫欣
塗改帶	2D 黃坤輝
尋回平板電腦記	2D 張炳華
記一位友善的鄰座同學	2E 黃厚耀
堅持到底就會勝利	3B 李柏熙
堅持到底就會勝利	3B 吳穎心
今天是學校旅行的日子，郊外風光明媚， 景致優美，我卻無心欣賞	3B 周鏗珊
走進天水圍	3B 陳碧心
貓兒令我改變	3B 葉柔纓
小草	3C 周曉君
小草	3C 郭穎芝
堅持到底就會勝利	3D 李慧玲
走進朗屏邨	3D 鄧沁喬
走進「元朗」	3E 張梓晴



走進天水圍	3E	彭曉楠
今天是學校旅行的日子，郊外風光明媚， 景致優美，我卻無心欣賞	3E	呂子喬
奶奶令我改變	3E	鍾倩兒
己所不欲，勿施於人	4A	張凱怡
己所不欲，勿施於人	4A	梁詠詩
獨學而無友，則孤陋而寡聞	4C	陳雅珊
獨學而無友，則孤陋而寡聞	4C	羅升渝
雖然我錯失了這次機會，但我並不後悔	4C	陳雅珊
車廂內所見有感	4C	陳雅珊
車廂內所見有感	4C	羅升渝
必要的沉默	4C	陳雅珊
不懂得去拒絕別人	4C	陳泳錡
校園火警演習眾生相	4D	鄧曉晴
不要太近，也不要太遠	5A	潘煒憲
師恩難忘	5A	潘芷茵
唐老師是最敬愛的老師，他不喜歡說大道理， 從他平日待人接物，我體會到中國文化可貴的一面	5A	黃洛珩
隱藏	5A	周嘉慧
隱藏	5A	林詠
我的人生導師	5A	黃家耀
站在頒獎台上的滋味，不該如此	5C	馬彩莹
重遊舊地所見有感	5C	李家樂
不要太近，也不要太遠	5D	馮基恆
唐老師是最敬愛的老師，他不喜歡說大道理， 從他平日待人接物，我體會到中國文化可貴的一面	5D	蔡子澄
鑰匙	6A	繆紫荊
流浪	3A	司徒稀雪
皮鞋	4C	周卓楠
過去 25 年最影響全世界的科技	5A	陳栢皓
飲食與健康	1B	李柳芳
飲食與健康	1B	黃欒桐
飲食與健康	1A	王婭楠

世界名人——羽生結弦

世界名人

世界名人——牛頓

走進「洪水橋」

走進「洪水橋」

走進「天水圍」

如何環保

戶外燈光約章是否能有效控制光污染？

過度消費

立體打印技術是福是禍？

科技與潮流

論科技

奇異點

科技與潮流

2B 鍾熙彤

2A 梁芷洙

2B 陳芷昭

3B 葉柔纓

3B 陳宏一

3A 鄭家慧

4C 陳雅珊

4A 郭汶琦

4A 李丞哲

5A 李鈞緯

5A 陳栢皓

5C 李子俊

5A 歐陽梓朗

5D 蔡子澄



每一個人心中都一定會有最尊敬的人，而我最尊敬的人是我的母親。她是一位八零後的媽媽，在我心中，她是與眾不同的。與其說她是我的媽媽，不如說她是家中的「超人」，從我出生起她就成為了一名「超人」……

記得有一次，媽媽翻開舊時的照片，我指着相中人問：「媽媽，這是你嗎？」媽媽笑着說：「是呀！不像嗎？」年輕時媽媽有着水汪汪的眼睛，烏黑發亮的頭髮，我感歎這真的是同一個人嗎！

媽媽是一個勤勤懇懇的人。每一個早上媽媽都會煮好早餐等我起床，讓我一起床就可以吃到可口的飯菜，每一頓的早餐都是媽媽早起換來的。吃完早餐後，我便去上學，而媽媽就去上班。直到她下班回家又要準備晚餐和打掃家居，直至我睡覺後她才有一點的私人時間。這些事每天都重複着，但她一句抱怨都沒有。

我有時會抱怨媽媽為什麼要上班而不陪我上學放學……但其實媽媽一有空就會陪我逛街買我想要的東西。好幾次，我聽到媽媽的朋友致電給她問她要不要一起外出吃飯，但媽媽每次都拒絕。我問她：「為什麼你的朋友每次約你，你都拒絕不去呢？」她笑着說：「這不都是因為陪你！」

她對自己非常吝嗇，但對我就有求必應。逛街時，她想要的東西會想很久才會買，甚至不會買，而我想要的，她二話不說就會買給我。

當然，媽媽的好是永遠說不完的。我從她身上學會勇敢和堅強。她永遠是我心目中的「女超人」。媽媽，永遠是我最尊敬的人。



你最尊敬的人是誰？我最尊敬的人是我小學五至六年級的中文老師——郭老師。

他是我們學校的副校長，他有烏黑亮麗的頭髮，粗粗的眉毛，高高的個子。

我們班上二十多個同學，沒有人敢在他的課堂上「馬虎」呢！他是很嚴格的！每次同學沒有帶書，都要被罰抄三遍課文。每次學習到新的課文，郭老師都會叫我們預習。如果我們默書不合格，郭老師就會罰我們抄書，直到我們合格才罷手。

剛上他的中文課時，我害怕他要求我答問題。到真的要我答問題時，我不知所措，十分緊張，站着說不出話。郭老師叫我不需要緊張，請我坐下。上完課後，老師告訴我其實不用那麼緊張和害怕，他的樣子也不怎麼可怕，我聽完老師的話後，發現他也有隨和友善的一面，就漸漸接納他了。

在某一次中文默書，我第一次不合格，老師叫我留下來，他用心地幫我溫習。到了下一次默書，我拿了第一名，而之後的默書，我也是拿到第一名。但是有一次，我的分數被一位女同學超越了，我傷心不已。老師知道後便過來關心我、安慰我，還鼓勵我下一次再努力點就可以拿取更高分數。

他陪伴了我們兩年的時間，他是那麼的盡職盡責。在六年級的最後一天，也是我們畢業的日子，雖然他對我們很嚴格，但是他其實都只是為我們好，到了畢業這天，我對郭老師充滿了不捨之情。

這兩年來，我對他有更加深入的了解。他悉心教導我們，不放棄任何一位同學，就算是能力或基礎較差的同學，他都不會放棄。

雖然他不再是我的中文老師，但他的教學態度和有教無類的精神，永遠值得我尊敬。



我最尊敬的人是我小學一年級時認識的跳舞老師，同時也是一位香港舞蹈明星。她叫英秀，外貌很漂亮，性格也很好，很有耐心。我最欣賞她的是，不管她遇到甚麼困難，她都會勇敢去克服。她會勇敢地朝着目標發展。我是在一年級時跟英秀姐姐學習跳舞的。

我還記得，有一次英秀姐姐跟我說，要我去比賽，我一開始是高興的，但對於一年級的我要因為比賽而學習一些比較困難的舞步，我的內心有一些害怕。有一次，在練舞的時候我把幾個動作一直都跳錯，我感到很愧疚，不管我如何記着這幾個舞步，但到跳的時候還是會錯，我更因為舞步太難而發脾氣。英秀姐姐知道了原因後，很耐心地安慰我，還跟我解釋為甚麼要為了比賽而去學習一些困難的舞步。她說一切都是為了我有更大的進步，於是我決定了一件事——要認真練習不辜負英秀姐姐對我的期望！從今天起，英秀姐姐甚麼時候下班，我就甚麼時候下課，而且英秀姐姐看見我有地方做得不對或不夠好時，也會耐心地提醒我可以做得更好一點。經過我這麼多天的練習，不知不覺就到了要比賽的那一天。

在比賽當天，我按時到達比賽場地，比賽的場地是在室內，還好的是我們不用在家化妝，主辦方在場地裏給選手們準備了專業的化妝師，比賽那天的主持人是英秀姐姐，在我上場比賽前，英秀姐姐「悄悄地」給我加油。比賽總算是完結了，我在台下緊張地等待結果，緊張得手心都冒汗了。

最後，我不負眾望拿了冠軍。我當時開心得不知道用甚麼詞語來形容，反正就是十分激動，我拿了冠軍後，和英秀姐姐合照後就回家了。我在回家時一直在想，如果不是英秀姐姐當初對我的鼓勵，我應該不會再有信心去參加比賽，有可能也不會再繼續跳舞，是英秀姐姐鼓勵我，讓我有信心。我能拿到這個冠軍，全靠英秀姐姐的悉心教導，所以我最尊敬的人是英秀姐姐。

記一次遲到的經過和感受

1B 張希琳

大家有試過因為遲起床而導致遲到嗎？想必有許多人都有因為遲起床導致遲到，當然我也不例外，我還記得那時候遲到，我看到時鐘是七時三十分，而我的學校遲到時間是七時五十八分！我看到之後，我馬上跌跌碰碰地叫醒我的姐姐，我的姐姐那時睡得像一隻豬似的，叫醒我的姐姐後我倆便急急匆匆，手脚麻利地穿衣服，動作快得像開了倍速。

穿好衣服後，我早餐都吃不到，便動作敏捷衝出了門口，我那個時候感到很着急，一想到等會還要坐二十多分鐘的巴士，便感到後悔莫及，我為何昨天要那麼晚才睡覺呢？我在等待巴士到來的同時，我心裡也萬分緊張和懊悔，時間已經一分一秒地過去了，巴士到了之後時間已經是四十分了。

巴士到站後，我管不上當時下著大雨，直接奔往學校。我越跑越焦急，一種無名的驚慌在背後緊緊的追隨着我。眼看學校就在馬路對面了，我望了一望手錶，糟糕！已遲到了十五分鐘！我感到惴惴不安，心急如焚。

終於！我到了學校，我十分狼狽地衝進了大門，大概是因為這次遲到得太嚴重了，就連訓導主任都離開了平時當值的那個位置。我使盡了僅有的最後力氣，直衝上四樓的課室。我氣喘吁吁地回到課室。一瞬間，我耳畔響起同學們的嘲笑聲和他們的悄悄語。「哈哈！張一心，你怎麼來的這麼早呀？」「你還可以更晚一點回來呢！」他們一陣陣的嘲諷的聲音此起彼落。我尷尬得滿臉通紅，耳朵熱得發燙。隨着老師命我返回座位，取笑的聲音才告一段落。

這次遲到的經歷，讓我下定決心戒掉遲到的陋習。我告訴我自己：「我以後再也不會遲到了，要時時刻刻提醒自己不要賴床，做個自律的人。」每天堅守早睡早起的習慣，準時上學，永不遲到。



記一次生病被親人照顧的經過和感受

1B 何詠寶

在你生病的時候是誰不眠不休地照顧你的？而在我生病的時候是我的爸爸照顧我的，我本來以為沒什麼大礙，但過了一會兒，我便開始感覺有些喉嚨痛、鼻塞、咳嗽和肚子痛。

不好了，我該不會是確診了新型冠狀病毒吧？在我病得迷迷糊糊的時候，爸爸第一時間用溫柔的語氣問候我，他的樣子顯得很擔心我的病情，他急得如熱鍋上的螞蟻般，二話不說立刻帶我出門去看醫生。過了一會兒，終於輪到我看病了，醫生替我檢查後，便說道：「回家好好休息吧！盡量不要吃一些油膩的食物。」回家後，爸爸便叫我到房間內休息，他就在廚房內給我煲一碗熱騰騰的白粥，還把醫生開給我的藥一起放在桌子上。

吃過藥後，感覺舒服多了，不知不覺間倒頭便睡了。第二天，我用軟弱無力的身軀走到房間外，看見爸爸在廚房內給我準備午餐，他聽到我的腳步聲後便說：「女兒，你醒來了，快點去清潔雙手然後坐下吃午餐吧！」聽到爸爸說這句話後突然有些心痛爸爸，因為看見爸爸有一個像熊貓眼睛般的黑眼圈，後來才知道爸爸為了令我可以早日康復，所以昨天整晚沒有睡覺，徹夜不眠悉心地照顧我。

我坐下吃午餐，一口一口吃下去，真奇怪，我竟然可以從這碗味道淡然無味的粥裏感受到爸爸對我的愛，我一邊把白粥放進嘴裏，一邊流着感動如珍珠般的淚水。

我很感謝爸爸，感謝爸爸為我的付出，感謝爸爸無微不至的照顧，感謝在我生病時，那不眠不休的呵護，將來一定會報答爸爸如浩瀚大海的愛！



你有沒有尊敬的人？他是你的父母還是你的朋友？而我最尊敬的人跟我是師生關係，他既是副校長，亦是我小學四至六年級的副班主任和中文科老師——麥豪輝老師。

他身材高大而且健壯，有一把烏黑發亮的頭髮，眉目清秀，彎彎的眉毛像柳葉，有一雙炯炯有神的眼睛，經常用它來盯着我們上課，鼻梁挺高，嘴唇紅潤，嘴邊經常掛着親切的笑容。我尊敬他的原因是因為他能耐心教導學生，每次當我在中文科遇到不明白的地方時，他都會有耐性地教導我，偶爾還會舉出一些例子令我更容易題目的意思。

記得有一次，我因一次默書不合格而情緒低落，他走過來跟我說：「詠寶，你怎麼了？」我立時淚如泉湧地回答他：「我默書不合格……」他耐心地跟我說：「只要你願意抽多些時間努力溫習，下次一定會有更大的進步！」

有一天課外活動結束後，已經大約五時半了，我經過教員室，看見麥老師還在埋頭苦幹地工作。我心想：難道當老師便一定要工作至晚上嗎？我很好奇地走到他的辦公桌旁邊問道：「麥老師，你還在工作嗎？」麥老師回答：「對呀，我每天都是這樣的，不過我已經習慣了，你快回家吧！」

我一邊回家一邊想：麥老師對學生的耐性和關心，對工作的認真和勤奮，都值得我學習，他果然是我心目中最尊敬的老師，最敬愛的長輩，最喜歡的副班主任和中文科老師。



她在自己平凡的崗位上，卻不甘只有平凡的表現。她就是我小學四至六年級的英文老師——古老師，也是我最尊敬的老師。

她中等身材，一雙明亮的眼睛，一把短短的短髮，一身古銅色的皮膚，看起來經常做運動，卻總是身穿長裙，很是端莊。在我心目中，她是一個勤勞和寬宏大量的老師。

有一次，我因為參加了學校的畫畫工作坊，要到晚上七時才可以離開學校。我離開時，天色已經暗了下來。當我經過教員室時，卻看到古老師還未離開，仍然在準備明天的課堂。她的臉上滿是倦容，卻仍在聚精會神地凝望電腦，讓我很是敬佩。到了第二天，古老師在課堂上教導得很好，帶動了班中的學習氣氛，令我學習到很多東西。我覺得她是一個很勤力盡責的老師。

還有一次，一心偷了古老師的手錶，經過一番調查後才發現是一心偷的，可是古老師沒有罵一心，反而語重心長地和一心說道理。最後，一心很誠懇地道歉，古老師也沒有再責怪他，由這件事就可以看得出古老師是個寬宏大量的人。

雖然她不是我的班主任，但她那種對工作負責任和寬宏大量，永遠值得我尊敬。



蜜蜂對我來說是一種很恐怖的動物，牠是黃褐色或黑褐色，生有密毛，腹部近橢圓形，腹末有螫針的動物，牠最危險的程度是可以把一個人「針」死的，我對牠沒有好感甚至還很討厭牠，也覺得牠很卑微。但後來有一次，有隻蜜蜂走進了我們的班房，還繞着一位同學，後來蜜蜂走了我問那位同學：「為甚麼在那個時候，你不用書本打死牠？」他說：「如果我打死牠，牠的同伴會過來「針」我的。」當時我很好奇牠的說法是否正確，所以我上網搜尋過資料，並發現蜜蜂的重要性，因而我對蜜蜂改觀了。

有很多人說樹林是這世界上最重要的東西，但還有一種生物與樹林一樣重要，這就是蜜蜂。因為原來蜜蜂採花蜜的時候，牠的手腳會黏到些花粉，牠會把那些花粉傳播給花草樹木，因而令到它們生長得更茂盛。但若果沒有蜜蜂散播的花粉，花草樹林可能會枯死，加上蜜蜂的蜜糖，可以滋潤人類的喉嚨，所以蜜蜂在這世界上擔當着一個重要的角色。

我們得到的蜜糖，是蜜蜂辛苦地採集回來的。蜜蜂也是一隻很勤力和心思細密的動物，因為牠們會在夏天努力地採集花蜜，還儲定一些留待冬天作糧食，我認為牠的勤力程度比得上螞蟻，牠還比螞蟻更有意義，因螞蟻是看到甚麼都會儲起來，對人們亦沒有任何幫助。但蜜蜂的努力不但可以幫助到自己和人類，甚至能幫助整個世界。

「團結」我也覺得挺適合形容蜜蜂的，因為我記得有一次，上籃球課時，有一位同學他不小心把球弄中了蜜蜂洞，那一刻十分壯觀，因為是有百幾隻蜜蜂同時飛向那位同學，還「針」了那位同學好幾次，表達了自己或自己的同伴被攻擊時就會團結一致地去保護自己和他人，所以我覺得牠們的行為值得我們學習。

雖然蜜蜂的外型不是十分美麗，還有點恐怖。但蜜蜂的勤力和團結十分值得我們學習。所以當我了解了蜜蜂後，我現在十分欣賞牠，也明白到不能以貌取人，雖則牠比較危險，但其實牠的存在是十分重要的。



「都幾點了還不回家，在外面很安全嗎？很好玩嗎？」你的媽媽會這樣說嗎？是不是覺得她很煩？很囉嗦？但這何嘗不是愛你、關心你的表現呢？

說起媽媽，很多人都會想起那張長滿皺紋的臉，那滿是摺皺、略顯粗糙的手，這些都是歲月的證明，那瘦瘦的身形卻能撐起家裏大大小小的事，平日總是穿著那一成不變的衣服、褲子，你以為是她不想打扮？她只是把金錢、精力花在你身上，沒有時間打扮。

我依稀記得小時候的我是一個調皮的孩子，常常跑跑跳跳，也令我的媽媽十分苦惱。有一次，我和媽媽一起去親戚家作客，我看見有一隻蝴蝶從窗戶飛了進來，我便追着牠很久，「嘍」一聲，我不小心撞倒了親戚家的花瓶。媽媽便十萬火急地衝了過來並說：「你着不着緊，有沒有受傷？」然後便把地面打掃了並把錢賠償了給親戚，然後帶我離開了。事後媽媽便責備我：「你這麼貪玩，會惹來很多麻煩的，如果長大以後我不在你身邊怎麼辦！」小時候的我沒有明白其中的含意，只是點頭應付她。

在小學的時候，我也開始慢慢懂事，不會再調皮惹事，但我記得有一次小測時我卻被說成「出貓」，我記得那天是這樣的……「把你們的書、紙張收起來，要開始發放試卷了。」我們一班都匆忙地把自己的物品收起來，此時，也有一張紙張悄無聲息滾了過來。做着做着我的文具不小心掉了下來在紙上，我忍不住好奇心偷偷起來看了一眼，原來只是一張白紙，「你在幹甚麼！」老師的一句話也令我慌張，結結巴巴地想解釋，可是老師卻直接走掉不聽我的解釋，之後我已經忘記了差不多一乾二淨，只記得那天媽媽很兇惡地為我辯解，使我得到清白。

這就是我的媽媽，對別人兇惡，對我卻十分溫柔，一直在默默地守護我，在我的心中，她比任何人都要偉大，也許這就是所謂的「母愛」吧。



經過了今天的賽事， 我體會到「勝不驕，敗不餒」的道理

2A 陳鈞兆

今天是學校的陸運會，一到達天水圍運動場，便能感受到比賽的氣氛。經過了今天的賽事，我體會到「勝不驕，敗不餒」的道理。

由於我今天是工作人員，所以我只參加了一項項目，而我今天的工作便是要訪問一些同學的賽後感想。

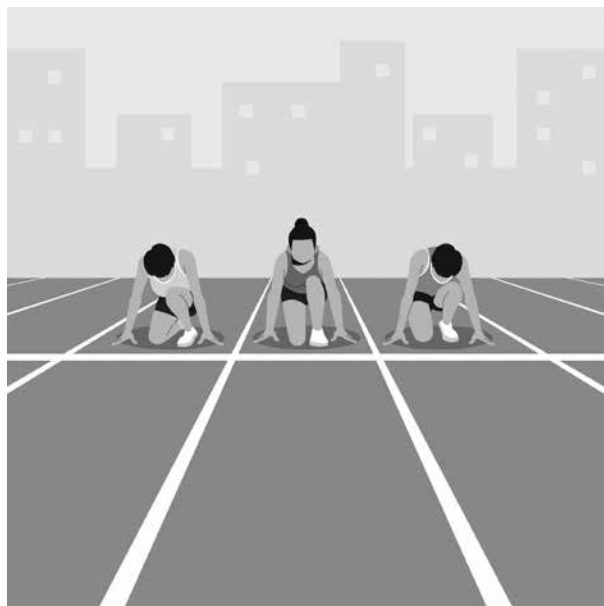
首先早上的賽事是一百米跨欄決賽，最後勝出的同學是人氣冠軍的何一心。當然，我便捉緊這次機會訪問他，我問：「何同學，請問你在這次一百米跨欄中取得第一，你有甚麼感想呢？」「我拿第一不是理所當然的嗎？其他人那麼遜色。」他回答。他那驕傲的態度令我不由自主地盯住他，但是又不能抱怨他，誰叫他是全乙組運動最好的同學呢？

由於上午除了一百米跨欄決賽有些看頭之外，其他賽事也沒甚麼特別，於是便去午膳，而午膳後，便是整個陸運會最刺激、最緊張的兩項賽事——四乘一百米和四乘四百米接力賽。

在四乘一百米中，最後是由郭思賢代表信義社衝刺取得第一，當他休息完後，我便訪問了他，這次郭同學的態度與何同學的完全不同：「我認為這次勝利不是我一個人的功勞，而是整個信義社的功勞，多得他們打氣，我們才可以取得冠軍，其實在衝刺那一刻我還以為是和平社取得第一呢，他們也是十分強勁呢！」他的回答內容出乎我預料之外，難道取得冠軍不是他的功勞嗎？在我思考之際，我眼角瞄到在跑道上竟然還有一位同學慢慢地跑過來終點，讓我出於好奇地訪問他，「雖然我跑得很慢，但是我仍然會盡力去完成賽事，即使輸掉了比賽，也永不氣餒，正所謂『搏盡無悔』嘛！」他回答。他那堅強不屈的心態打動了在運動方面較差的我，我瞬間明白了老師常常教我們「勝不驕，敗不餒」的意思。

陸運會最後一個項目——四乘四百接力，當初我是十分害怕這項賽事的，因為會十分辛苦而且必定會輸掉，但是在我明白到「勝不驕，敗不餒」的意思後，便決定盡力去完成這次比賽，起跑時，其他同學慢

慢地從我身後追上我，我也辛苦得透不了氣，但我也要盡力的去完成比賽，結果我以最後一名的名次完成，雖然我輸掉了，但也不氣餒，正如那位同學所說「搏盡無悔」。我也在這次比賽中得到了很多東西，也明白「勝不驕，敗不餒」的意思，並刻在心中。



我覺得人際關係是煩惱的根源

2B 陳芷昭

每個人都有一個或多個煩惱，但我們卻很少想到煩惱的根源，會有人想到和家人相處或交朋結友是煩惱的根源，我亦是如此，我不擅與人相處，無論是家人、老師，還是同學朋友，於是我覺得我的煩惱根源是「人際關係」。

人際關係並沒有如我想像的那樣簡單，每一段的感情都需付出很多，但每次的付出並不會每次都帶來收穫，而最主要的煩惱原因是我沒有這麼多耐心和時間，我無法處理人際關係。

例如在某一天，當時接近考試前一星期的周五，一個好朋友想約我出外玩，我以考試理由拒絕了，她倍感無所謂的態度說：「反正我也沒想到或不可能考到好成績，那又怎樣呢？」我只能回答她：「但你不願讀書還有其他人想啊，不能因為你覺得自己考不好就放棄吧？」她沒有得到想要的回應，轉頭就走，我真的很忙，我不想處理這些瑣碎的小事，我沒有耐性，不想勸哄任何人，往往是因為我這樣的性格，令我這個人際關係的煩惱不斷地增加。

不單是朋友，我亦是和家人相處困難，很多時候，我的家人總是無法理解我的感受和清楚我的想法，他們只會責怪我連心房都不肯向父母敞開，但他們沒有想過我每次嘗試對他們敞開心扉的時候，他們有多過分，有多不尊重我，有一次我曾與我的家人說：「我在學校被人語言中傷，我不想上學了。」可他們是怎樣回應我？我不但沒有得到任何一句安慰，反而被他們嚴厲地責罵，他們說：「你總瞎想這麼多，還不如好好讀書，那你就不要理他，你管別人說你幹什麼？」他們沒有想到，他們對我說的這些話會令當時崩潰的我更加難受，那怕只是一句安慰的說話我都會心滿意足，他們現在這樣，一人一口唾沫都可以把我溺死，他們為什麼要選擇幫外人辯解，也不肯安慰自己的女兒。

其實一開始我總認為自己是一個開朗的社交達人，到後來社交變成了我最害怕、最煩惱的事後，我才知道我原來這麼不堪一擊，沒想到我曾經最喜愛的事成為了我的心理陰影，我的心裡一直有這道淺淺的

坎，是我永遠過不去的坎。久而久之，人際關係逐漸成為我煩惱的根源；每當我想起種種事情，心裡還是止不住的心酸。我無法接受新的人和社交，每次的偶然記起，都能令我煩惱。我永遠無法克服這個困難，所以我覺得人際關係是煩惱的根源。



我覺得成長是煩惱的根源

2B 郭桐兒

「成長」對許多人來說，都只是一個普通的詞彙，它象徵着青少年成為大人的歷程，是一個多麼正面的字詞，但為什麼會是我「煩惱的根源」呢？

事情還要在這裡說起，在剛升上初中的時候，我一踏入這所不熟悉的校園時，四周的環境，也和小學有種「不一樣」的感覺，就是身邊不管是老師還是師兄師姐，人人都是高頭大馬，我卻像個矮豆子般與眾不同，可當時，我還沒有那麼悲傷，心想：「班裡的同學也是剛升上中一，他們的情況應該和我差不多吧！」我一步步向課室的方向走去，打開門，卻發現我的同學們都比我高！

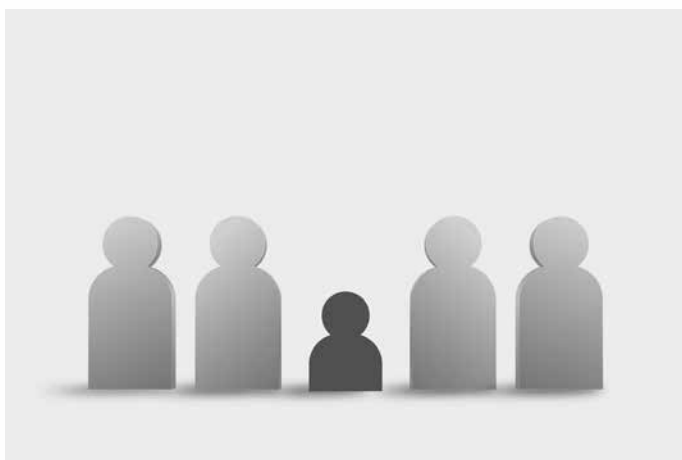
這一天的開學日，對我來說真是糟透了！我滿懷負面的情緒回到了家，剛回到家，我就奔向廚房和媽媽說：「媽，為什麼我今天上學的時候，發現我的同學都比我高！」我媽一邊炒着菜，一邊用無奈的語氣說：「誰叫你小時候，不愛吃這樣、又不愛吃那樣，就只知道吃糖、吃零食！現在那麼矮也怪不了我嘍。」我聽到後心裏突然猛地發酸，眼淚在眼眶裏打轉，小臉通紅的走出了廚房。

自從那天起，我每天都十點半上床睡覺！太陽公公還沒有探出頭來，我就起床了！每天喝好幾杯牛奶！還當它是水一樣的喝！就像這樣，日復一日，月復一月，年復一年。

可現實是，我看着本來就比我高的同學們個個都不斷的長高！長壯！每天回到學校，便會被不管是男是女，不管是胖是瘦的同學取笑，他們說：「為什麼你那麼矮呀！哈、哈、哈、哈，我們年齡比你小，但都比你高！哈、哈、哈、哈、哈！」日復一日地笑我，我的腦袋都要炸了！就算我起得再早，睡得再好，吃得再多，喝得再足，同樣的命運也不會改變，為什麼天生矮的女孩，就應該被無數人笑呀！我也想擁有像模特兒般的細細長腿，修長的手臂，一米七的身高，是我做夢也想有的身材呀，成長真的好煩惱呀！



這個煩惱不單單只是發生在我身上，在這繁華，充滿人間煙火的俗世間，這個煩惱又常見又普遍，可能只有像我一般的矮個子才能清楚的體會到，不管高矮肥瘦的人，都會在這社會難以生存，因為現在的社會對男性和女性的身材，都定下了一個「數字」，一旦超過或低過，就全部都會受到歧視。其實，我認為，我們只是一個普通人，沒有所謂的數字來判斷我們的高矮胖瘦，只要活得健康快樂，甚麼樣的身材都是好的身材。



你知道什麼是「失而復得」嗎？「失而復得」往往是人們失去了而最終因五花八門的原因，還是會物歸原主，而我的「失而復得」，好像有些不同。

在不知多少年前，有個好像和大街上的小女孩沒什麼兩樣的小朋友，她有一顆隱形的種子，這個女孩到底是誰呢？這個女孩就是我。

不知道這一天是幾月幾號，我就呆呆看着不斷發光的電視，一個個節目在我眼中就好像一盤散沙，直到一場舞蹈表演的出現，還在牙牙學語的我，盯着舞者身上散發的光芒，踮起腳尖，自娛自樂的擺裙，我的眼神開始亮起來！對著母親說：「媽媽！我想學這個！」那顆種子開始萌生起來了。

一天天的練習，也代表着女孩的成長，舞技一天比一天的進步，我這小種子也一天比一天的長大。

在風和日麗的上學天，老師問我們：「你的夢想是什麼？」我不禁想起那天的我，就大聲的喊出當舞蹈家！站在世界上最大的舞台！剛說出我內心深處的種子，心裏滿是驕傲自信的我，一瞬間，背後突然傳出多種多樣的嘲笑，原來是同學們聽我的夢想後的反應，說着：「你這麼矮，還想站在舞台？笑死我了！」聽到來自背後的嘲笑聲，我開始因為這夢想而感到羞恥、尷尬，種子也同樣地開始奇怪地發黃。

當天晚上，我爬上父母親的大床上，同樣地說著我的夢想，我心裏想：「我的爸爸、媽媽他們應該會支持我去追尋我的夢想吧。」可現實卻狠狠的打了我一記耳光，我的父母如同我的同學一樣，「嘲笑」在他們臉上呈現得活靈活現，可我卻沒有一絲笑的念頭，只是靜靜地回到我的房間，抱着枕頭，腦袋一片空白，種子好不容易展現的小苗，一天比一天地枯萎，感受着它的處境，但我卻不知所措，就如我心底裏那閃耀的夢想給他人挖掉了，我失去了它。

你敢相信嗎？本來，我因為自己的夢想而多麼的有自信呀！可現在的我，整天都顯得無情無緒，不知該做什麼，不知該想什麼。

在某天的舞蹈課，我因走神而不小心扭傷了腳，不知所措的我，只好坐在一旁靜靜的發呆，在休息期間，我不停地問自己：「你真的喜歡跳舞嗎？你真的適合跳舞嗎？」一直在腦海裏問自己。

在我思考的途中，我抬起頭，我看見了什麼，我看見了同樣為「夢想」而努力同學，我看見了她們的脖子滿被濕透了的頭髮沾滿了，心中的小苗突然對我說：「我帶你去看看。」

我看見了當初我盯着電視的模樣，那眼裏有光的模樣，我看見了在空蕩的舞房裏起舞的模樣，我看見了當初說出夢想的神態。

小苗和我說：「你還記得當初的你嗎？」我突然想起當初的熱愛、當初的努力拼搏，為什麼就因外人的幾句話而放棄自己的夢想呢？那可是夢想啊！人生中為數不多的夢想啊！內心深處對未來的夢想呀啊！別人的語言定義不了我，我想清了，我看着角落佈滿灰塵的「夢想」，我重新抱起了它，小苗經過成長也會長大成花的。

「失而復得」就活靈活現的呈現在我的人生故事裏，「夢想」被外人親手挖掉，而最後我覺醒的是不應該受他人影響而放棄自己最愛的事，「失而復得」的親身故事，我學會了。



每隔兩至三年左右，我的叔叔就算再忙都會在中秋節準時地回來跟我們吃團年飯，想起他那一臉慈祥的樣子，我的心裏就格外溫暖。

又到今年歡樂的中秋節，可是今天卻格外寒冷，所以我約了朋友打算去跑跑步，打打籃球，令自己的身體暖起來。

到了傍晚，我一身汗地回家，回到自己的房間，一進房間就注意到我桌上的枱燈不見了！我像發了瘋一樣地衝出去把每個人都質問過一遍都沒有人承認。那是我最珍貴的枱燈，那是我的寶物，那是叔叔送我的枱燈。我翻箱倒櫃地找，突然跌下來了一本相簿，那是我和叔叔的照片，看到他那張慈祥的臉龐，我的眼淚不禁流了一滴又一滴……

叔叔從小到大都很疼愛我，那時我十分喜歡熬夜，可是小時候的我是和哥哥同一個房間的，無論是晚上熬夜做功課還是玩遊戲都不會開燈，生怕干擾到哥哥，所以那時叔叔送給我一盞枱燈，並說：「你啊，老是熬夜又不開燈，你知道這樣對你眼睛的危害有多大嗎？」叔叔突然的兇惡令我嚇了一跳，平時一向溫柔的叔叔突然這麼兇惡，還只是為了這種雞毛蒜皮的小事，令我感覺不可思議，那時我一定想不到這可能是近幾年最後一次和叔叔對話。

「開飯啦，開飯啦！」媽媽的聲音把我從回憶中拉回來，本應坐滿十人的飯桌卻少了一個人，令我不禁傷心，「今年叔叔又不回來啊……」直至我看到媽媽臉上壓抑不住的笑容，叔叔突然由我後面彈了出來。原來從我出門之後，叔叔便來了，跟媽媽談了一會之後上了我的房間想看看我現在的情況，目光注意到那盞枱燈，忍不住拿起來看看。就在那時「叮噹」我回來了，叔叔抱着那盞枱燈躲在客廳。

快樂的時光總是過得特別快，在一陣歡聲笑語中，叔叔又要走了，我看著叔叔那張長滿皺紋的臉，不禁沉默，終究是歲月不饒人，想到現在還要出外地工作，就覺得不捨得，可是我又能有甚麼辦法呢？也許能陪伴我一輩子的只有那盞充滿愛意的枱燈吧……

現在我明白了，我要找的根本不是那盞枱燈，是那個對我上心、體貼的那個人。



你見過旋轉木馬嗎？或許曾在遊樂場偶然見過？或甚至爬到馬背上玩過？坐在玩具馬背上，木馬隨音樂托着人們上下起伏，以圓柱為中心旋轉不停……應該為不少人構建出一個夢幻的童年吧。但旋轉木馬給我的感覺卻不同於此，我好像在它身上，看到了世人歡樂的樣子。

旋轉木馬只要給它一點動力，它就會堅定不移地前進，不貪戀路邊的野花，不回頭回望，被困在過去，也不曾在乎一路上的跌宕起伏，只是目光向前，然後前進。世上有多少人能像旋轉木馬一樣真正向前踏步呢？貪戀玩耍而放棄前途，訂下目標卻又難以前進，更有甚者甚至畏懼前進……

旋轉木馬一直圍着中心圓柱旋轉，彷彿是不會迷失的指路人，承載着眾人前進，同時又給帶去歡笑和快樂。夢中的旋轉木馬燈光閃耀，隨輕快的音樂慢慢旋轉，每個人的臉上洋溢快樂，搭建出一個個美好而夢幻的童年。

我又常常幻想，木馬是否可以跳出支柱，為我們指引一個方向？但好像又不需要呢。因為它的存在，不早早為我們指出了前方，搭起了「橋樑」嗎？前方是甚麼？是下了木馬後，望向父母的目光、是在遊玩過程中假裝追逐的伙伴。那「橋樑」又是甚麼？那是名為情感的橋樑；是通往親情、友情、愛情的橋樑；是父母伸出的臂彎和「開心嗎？」的問句；是朋友抱怨你玩得太久，卻遞來的可樂。所以你看啊，它不早已為你築起高樓，點亮明燈了啊。

但旋轉木馬製造出來的意義是什麼，警醒朝着目標奮力前進？多花時間陪伴家人？或許是，但又或許不是。它只是想讓你快樂，只是想讓你感受着音樂的節拍，跟隨着起伏，真正的感受一下快樂。所以，請你抽出閒暇時間，身伴所愛之人，暫時放下煩惱。陪上旋轉木馬，去親身感受一下，快樂究竟是何模樣。



我非常討厭火柴。它方方長長，雖然它小小的一盒，但它實在太多了，我想丟棄了，但可惜它是我爺爺買回來的。火柴只有一些小用途，可用於摩擦生火。

它總是在急需的時候幫得到我們，聽說在古代它是一個家傳戶曉的小神器。

某一天，就在一個夜深人靜的晚上，我們一家人在談天說地吃晚飯，突然電燈開始閃了，我們還以為只是斷了幾秒的電，但它是真的停電了，我們一家人都很慌張，周圍都非常黑暗，甚麼都看不到，外面也沒有燈，突然我想起家裏有很多火柴可以幫到我們，我就將這個好消息告訴家人，他們也為之興奮，我也就去拿了，碰碰撞撞的終於到了，拿了幾盒，就回去了，我點燃了一根，但它斷了，我又點了，就當了我們一家人的照明工具。

火柴在停電期間，就像一個光明，就像每天早晨陽光照進每一個角落，就在火柴被點燃的一瞬間，就像給了一個新的希望。火柴就好像人生，像人生在結束時，有人給了你一枚神丹妙藥一樣，助你延年益壽。人生是一瞬間也是漫長的，在烏龜眼裏，人類非常弱小，人類只可活到八、九十歲，但烏龜隨隨便便就可以活到一百歲，壽命就像火柴一樣燃燒，人生短暫，就如火柴。

火柴的一生也不過是四、五十秒鐘的時間，這段時間便是一根火柴僅有的一次生命經歷。說著說著，眼見火柴彷彿熄滅的時候，卻又燃燒起來，它在掙扎、奮鬥，最後火光越來越大，就好像提醒我：人生要不斷努力。失敗，只是成功的踏腳石。

我漸漸喜歡火柴了。



記一件讓你流淚的事情

2D 林紫欣

人生中經歷了大大小小的事情，也讓我感受過不同的滋味，但那一件事深深地刻在我的腦海裏，讓我真正的感受到有苦卻說不出的滋味。

那一次在課室裏，上課鐘敲響了，所有同桌都回到了座位上，等待老師的到來。時間一分一秒地過去了，可教室門卻遲遲沒有被打開，有些同學坐不住了，與周圍的同學聊天，這一陣吵鬧頓時打破了課室的寂靜，教室瞬間變得像菜市場一樣，一發不可收拾。身為班長的我和幼羚開始阻止同學們的吵鬧，可是同學們就像是聽不見一樣，阻止了前面的同學，後面的同學又發出說話聲，阻止了後面的同學，前面的同學又開始吵鬧，急得我和幼羚滿頭大汗。我正準備去找老師。

這時，教室門被打開了，老師黑着臉走進教室，一陣冷風撲面而來，課堂的溫度頓時低了兩度。同學們的吵鬧聲頓時停住，課堂裏鴉雀無聲。老師憤怒地說道：「我只是晚了幾分鐘到教室，你們的吵鬧聲在我來的路上就聽見了，班長也不管理班級紀律。今天所有同學把昨天學的課文抄一遍，班長沒有管妥紀律，抄兩遍。放學前交給我！」老師的話像鋒利的刀一樣，狠狠的刺進我的心裏，讓我很難受。我的眼眶濕潤了，一滴淚水划過了我的臉，落在了我的衣服上。

那一堂課，老師講的內容我一個字也沒聽進去。我不停地在思考，我明明有管理班級紀律、有阻止同學們聊天，只是他們沒有聽，我有苦卻說不出。

抄兩遍課文很簡單，很快就抄完了，可是我受了委屈的心靈卻是永遠留下傷痛。我一直都記得那種滋味，那種苦苦滋味讓我委屈、讓我流淚，是我不想再嘗試一遍的滋味。



塗改帶，是一種可以塗掉紙張上留下筆跡的工具。形狀各不相同、有大有小、顏色五彩繽紛。它主要由二氧化鈦製成白色部份，氣味較少，不濃烈，使用時會發出聲音。正因為有錯處，才会有塗改帶的出現，但我們是否因為有塗改帶而不拘錯誤，繼續錯下去呢？

當我們使用原子筆書寫時，如果我們寫錯了，便會使用塗改帶塗掉錯字。就如同我們在人生過程中做錯了事，我們也應努力去改過自身。但如果我們寫錯了太多字，那塗改帶也會用完，需要去買新的，就如在人生中並非做錯事都有很多機會去改過，或許我們不應把「亡羊補牢，未為晚也」的處事心態放入心中，因為這種不明智的想法會令我們犯下更多錯事。

塗改帶的卷帶就如我們的生命？在使用時會逐漸減少，芯變得更加細？所以我們在處理事情上也應該變得細心，審慎地對待，不要浪費。此外，塗改帶在塗掉時，會有損耗，正如我們在學習知識的過程中，難道就不會因遇到困難而感到辛苦嗎？但在辛苦過後，我們不應該想自己有多辛苦、多煩惱，而是應該去反思自己學會了甚麼。

塗改帶通常帶有外殼，這是因為方便人們更換帶芯便可繼續使用。當塗改帶日日夜夜地塗掉錯誤時，便愈來愈細小，但到了某個程度時，我們就要換芯或重新購買才能繼續使用。其實這就好像我們在人生的階段一樣，到了某個年齡便要重新適應，做事要更加細心；當父母對我們較少的照顧和保護時，這代表我們以後在做事上要經大腦思考才去做，要更加小心完成，保持最好的狀態。

在人生經歷中有很多錯處不能像塗改帶一樣塗掉就可以解決。所以從今以後，我們處事應更小心、更謹慎，與塗改帶說再見。



各位有沒有嘗試過遺失了平板電腦的經歷呢？我曾經就試過了，當時我真的很不安。

當時的我如常地上學，我一到達學校就自律地把手機和平板電腦放到專門放置電子器材的箱子內，我記起當初設置這個電子器材箱時的本意是想令我們上課時不分心，正當我在回想時，老師在我旁邊說：「同學，清醒吧。」我這時的思緒便回到課堂上。一直如常地渡過這一天的課堂生活，就慢條斯理地準備回家，我們都把電子器材帶走了，我也把我的手機帶回家去了。

直到此刻，我也沒有任何異樣的感覺。在回家的路上，我和同學不停聊天，回到家後，我順手把書包放在沙發上就沒有再理會它，一直到我想要做功課時，我才發現本應在書包內的平板電腦消失了。

到了此刻，我才發現我的平板電腦留了在學校，但現在屋外正下着雨，我想了又想，明天就是星期六，今天不回校取，就要等三天了，所以我帶上了我的雨傘和手機，還穿上校服便回校了。我看着雨、拿着雨傘慢慢地走，生怕一下不留神就跌倒，因為地很滑，我就這樣步行到學校的門前，但是門沒有開。

這時，我就向班群發問，雖然大家都有回答，但都沒有實際的建議，當我不知所措時，有一人來問我：「你知道如何進入這所學校嗎？」我就回答不知道，一會兒後門口的叔叔就出來問我們做什麼，我說我是來找平板電腦的，那叔叔就讓我上課室了。

我看到平板電腦在電子器材箱內，我本想找老師幫忙打開箱子，但我看了看，發現箱子並沒有完全關上，所以我就直接把平板電腦帶走了。

透過這次失而復得的經歷，令我明白要萬事要小心謹慎才會萬無一失的道理。



說到我一位友善的鄰座同學，就必定是允行了。他的身形高大，有一雙明亮的眼睛，鼻子挺直，臉龐圓圓的，看起來像釋迦牟尼的模樣，十分慈祥。而且他的聲線溫柔，和他交談時，心情會變得輕鬆，很多同學都會找他傾談心事，遇到困難時也會找他協助。

允行是我班班長，他不但品學兼優，而且也是一位運動健將，他曾多次代表學校參加不少校外比賽，例如：朗誦比賽、辯論比賽、田徑比賽等，代表學校獲得不少獎項，為校爭光。還有，他在學校裏深受老師及同學的歡迎。但他不會因此而感到自傲，還會虛心學習，集思廣益，不斷改進自己的不足之處。

另外，他的性格隨和友善，經常幫助有需要的人，他還是校裏的義工隊隊長，經常參與義工活動，例如：探訪老人院、賣旗和協助社區大型活動等。

還記得有一次，他參與探訪老人院時表演唱歌和跳舞，使在場的老人十分開心，大家都大力拍掌，充滿歡樂和喜悅。

他處事冷靜，經常化解同學之間的衝突。還記得有一次，一心和向華因壁報設計問題爭論得臉紅耳赤，還準備「大打出手」，幸好允行能運用他那溫柔的聲線，平靜他們的怒火，繼而同心協完成壁報創作，並獲得班際壁報設計比賽冠軍。

我有這位那麼友善的鄰座同學，讓我有種安全感，我會以他為榜樣，改變我的衝動性格，用不同角度思考問題，避免與人發生衝突，成為一位友善和藹的學生。



當你遇到問題時，你會選擇堅持還是放棄？堅持之後又有沒有得到勝利？要得到勝利，就一定要先堅持，即使遇到再大的困難也不會輕易放棄，而勝利即是在比賽中達到自己理想的成績，所以其實堅持和勝利是相輔相成的，不知道你又認不認同「堅持到底就會勝利」這一句話呢？

即使天資不足，只要你有恆心堅持下去，就一定會得到勝利。阿根廷球星美斯從小便患上「侏儒症」，骨骼發育緩慢，十歲時身高只有1.25米，試過三年間每晚也要注射生長激素，很多人也不看好他能夠成為足球員。即使年紀小小就要每天打針，而且每次比賽也會被對手和球迷取笑他的身高，但他並沒有因此而理會負面的聲音，繼續堅持他的夢想。正因他長時間的堅持，現在他的身高有1.7米，不比其他成年人矮。美斯在職業生涯初期的時候，遇到了傷患的困擾，左腳骨折，因為財政問題，家人和球會都不能為他支付醫療費用，但他並沒有放棄。如果他因為這次嚴重受傷就放棄，他不會成為球星。幸好，有一間球會看過他出色的表現，願意為他支付所有醫療費用和簽下了他。自此，他在這間球會渡過了長達二十一年的職業生涯，正因他當初對練習的堅持，才會有強隊和他簽合約。結果，他到現時為止已經拿過七次金球獎，七次世界足球先生和六次歐洲金靴獎，三項都是世界紀錄，二零二二年更加為國家隊奪得國際足協世界盃，被世人評為最出色的足球員，他當初的堅持令他獲得了這麼大的成就。

那麼有了天資，就可以得到勝利嗎？不是，也需要堅持，不怕任何困難才會有好的結果。出生於韓國的球星孫興慜自小便在爸爸嚴格的訓練下練習踢足球，每天連續練習控球四小時，在十五歲前練習了三千一百一十個小時。即使這是一件看上去很無聊的事情，但他也會繼續去做，堅持練習，控球的技術算得上是世上最頂級的球員，最終憑着他這份堅持，才會得到勝利。沒有經過教練訓練的他，第一次便出國為國外球隊效力，但被球隊嫌棄，認為亞洲球員在體格、身體對抗性等方面都不及其他國家的球員，比賽機會也非常少，但他沒有因而放棄，當

有時間表現自己時一定會交出一百分的表現，之後更轉到全世界最強的聯賽，經過幾年後成為世上頂級球員。當時他因為語言上很難和隊員溝通，想過回到國內踢足球，但之後還是選擇繼續堅持。當訓練完結後，隊員都已經離開，整個球場只有他仍然在練習，就是他的堅持，成就了更強的他。孫興慜在二一至二二賽季獲得金靴獎，是首位獲得此項殊榮的亞洲球員，他在一場比賽中過五關斬六將後的入球，被國際足協評為年度最佳入球，獲得國際足協普斯卡斯獎，更打破多項亞洲紀錄。唐代黃檗禪師《上堂開示頌》曾云：「不經一番寒徹骨，怎得梅花撲鼻香？」不經歷過一番寒透入骨的風霜，就不會聞到撲鼻而來的梅花香氣，意思是沒有艱苦的耕耘，就沒有豐盛的收穫，這句話就跟孫興慜的經歷一樣，沒有上陣時間就如寒透入骨的風霜，聞到撲鼻而來的梅花香氣就像他最終成為一位球星，只要肯堅持，就會得到勝利。

有人會說：「堅持了也不一定會成功和勝利。」但你不堅持就一定不會得到勝利，要成為一個普通人很簡單，但要成為一個出色的人卻很難，而每一個出色的人也會有這種性格——堅持，只要堅持到底就會成功。



世人常說：「做事要堅持，永不放棄才會勝利。」到底世人所說的勝利和堅持的定義是甚麼呢？取得好成績才叫勝利？我認為比以前的自己做得更好就是勝利，而勝利全靠堅持到底。

即使身邊的人都不支持他，只要堅持到底，就會勝利。袁隆平先生是中國工程院院士和雜交水稻專家，袁隆平小時候出身貧窮，加上他在一九五九年時目睹了一場長達三年的大飢荒，全國一千五百萬至五千五百萬人遇難。這導致他下定決心要為國家糧食供應作出貢獻，他改良水稻，令稻米容易在苛刻的環境下能穩定生產。但當時的雜交水稻技術並不成熟和發達，所以當時有很多人不支持這個研究。有一次他試種三超稻，這種三超稻長得十分高，當時的人都對它充滿希望，很多人漸漸支持袁隆平的實驗。但就在所有事情都往好方面發展的時候，三超稻在收成時，成熟度極低，而且沒有飽滿的稻穗，這成果令人掉下了谷底。隨着這個研究失敗，迎來很多人質疑，甚至有人打擊他說這是個笑話。這時，袁隆平說：「我承認實驗失敗，可這是好事，因為我們要討論的是雜交水稻究竟有沒有可能性？這正是最好的證明，只是弄錯方向，如我們能轉變方向，致力研究稻穀產量增加，依然有很大可能性。」這番話令反對者反思，慢慢被袁隆平感化，由反對改為支持。雖然袁隆平經歷了重重失敗，但經他和團隊的不懈努力下，最終成功。因他的堅持，令世界人民不用再為糧食短缺而發愁，並獲得「國家特等發明獎」、「國家最高科學技術獎」等榮譽。

愛因斯坦說：「只有放棄嘗試的人，才是失敗者。」這句名言正說出了不願嘗試的人是不會成功和勝利。正如袁隆平先生的事跡，如果袁隆平先生當初沒有嘗試堅持研究雜交水稻，可能我們就沒有穩定的糧食供應和沒有了「雜交水稻之父」的出現。放棄嘗試是不可能勝利，不願意突破自己的人是不會做得更好。只要願意嘗試，總有成功的一天。願意挑戰自己極限，即使贏下了冠軍也好，比以前的自己做得更好，便是勝利。只要堅持嘗試，必定會比原地踏步的人成功。

有人說：「堅持到底也不一定會勝利，別堅持好了，放棄也總會有人為我『墊底』，我還會比別人更輕鬆。」人總會有強項和弱項，所以跟自己比較才有用，不要貶低別人來抬高自己。不要因不想堅持而為自己找藉口，因為自己也會成為被貶的對象。要堅持到底去做事，便會勝利。



今天是學校旅行的日子，郊外風光明媚， 景致優美，我卻無心欣賞

3B 周鎧珊

今天是學校旅行的日子，郊外風光明媚，景致優美，我卻無心欣賞。坐在前往郊外的校巴上，同學們高興地聊着天，討論着待會的行程，我卻坐在座位上，看着手機裡的照片，想念着我那盆養了幾年卻因為我的成績太差而被丟掉的盆栽，就這樣沉思不語。

窗外的美景美得不像話，與我顯得格格不入，窗外的樹林被陽光照耀着，陽光灑在樹葉上，反射出白色的光芒，有的光從樹葉之間的縫隙照了進去，變成一道道光束，如舞台上的燈光一般，照耀在草地上，美得像幅畫一樣。很快就到了此次旅行的目的地——「新娘潭」。一下車，映入眼簾的是一條由樹林組成的道路，道路的盡頭便是「新娘潭」，周圍如仙境一般美麗，但周邊的綠色貌似不斷提醒我想起盆栽被丟掉一事，周圍充斥着同學的笑聲，又一次與我這個帶着失落情緒的人格格不入。

忽然，我被同學兼好朋友一心拉走，她說着要我陪她一起看瀑布，不容我拒絕，就到了瀑布附近，她讓我幫她拍了幾張照片，就把我一個人留在了原地，去找其他朋友玩去了。被朋友拋棄的我原地坐下，看着眼前的瀑布，那水流從瀑布上方落入下方的湖泊中後便不見蹤影，令我想起了我的盆栽，如今它也像這消失在湖泊中的水流一樣，消失在垃圾場了呢？想到這，失落和鬱悶的情緒再次如洪水一般湧上心頭，堵得我心慌，甚至有落淚的衝動。

過了一會，有兩個離我不遠的女生朝着我的方向驚呼：「快看！石頭裡長了朵花！」並指着我身後靠着的石頭，我起身一看，石頭上有條縫，裡面果真真有朵花正堅強地、頑強地生存在這狹小的石縫中，那堅強和堅硬的生命力，令人見了都得感嘆一聲。

很快就到了要離開的時候，儘管我的心情已不像來的時候那樣鬱悶，但不悅的心情像夏天的烏雲一樣蓋在心頭久久不散，坐我身邊的一心不知是不是留意我很久了，跟我講了一個蜜蜂家被拆後重建的小故事，我卻從中得到了些啟發，對呀，蜜蜂的家被拆了，牠們沒有頹廢太

久便開始重建新家。一朵花而已，沒了就種過就是，比起一直想這些，我不如去看看窗外的美景，黃昏的太陽慢慢沒入山間，把天空染成了橙紅色，與山間的樹林搭配得正好，壓在心上的石頭漸漸移開，我欣賞着窗外的風景，就這麼回家了。



天水圍是甚麼地方呢？農田嗎？不是；舊社區嗎？這些都不是。天水圍是一個新市鎮，對我來說它不但是是一個充滿生活氣息的社區，還是朝氣蓬勃的。

一走進天水圍，映入眼簾的是移動中的輕鐵、急速行駛的汽車、整齊排列的大樹、行人匆匆的行人路、在遊樂場遊玩的小朋友和在運動場上揮灑汗水的人，好不熱鬧。我喜歡天水圍的黃昏，太陽慢慢鑽入雲層中，天邊越發粉紅，蔓延了半個天空，一層比一層逐漸淡下去，直到變成了灰白色，而此刻夜幕就會慢慢拉下來，夜空中傳來的風撲在臉上，軟軟的、柔和的、涼涼的，像是綿綿的絹綢一樣。我也喜歡天水圍的雨天，雨滴從擋板、牆頭、樹葉和小草上跌下，在地上濺起水花，那水花如同芭蕾舞者一樣表演給我們觀賞，使我們享受在雨中。

我在水圍生活了很久，去過很多地方，有不少令我印象深刻及喜愛的地方。第一個就是能舒展身心的運動場，運動場是訓練及比賽的地點，不論天氣如何，田徑訓練都會在此進行。對一些人來說這是一個娛樂場所，但在我眼中這是一個充滿競爭和汗水的跑道。與最好的朋友在跑道上奔跑，自律地訓練並釋放學業中的壓力，及一起在田徑比賽中獲得獎牌，為人生添加幾項成就和領悟人生道理。在運動場經歷團隊接力賽，當勝利會抱在一起開心慶祝，輸了會抱在一起流眼淚互相安慰。運動場引起了很多的回憶，這也是運動場的魅力。

第二個地方就是上學必經的天華路，是我和有容不論晴天陰天雨天，每天都會一起走的那條路。我們會約定一起上學，在路上我們有說有笑，會談學業上的問題，生活中的趣事，我們無話不談，我十分珍惜這一段友情，擁有志同道合的朋友是難能可貴的。我們互相陪伴成長，互相鼓勵並經歷喜怒哀樂。天華路這條路很長，獨自行走會很孤獨和辛苦，這也代表著要珍惜這份來之不易的友情。

第三個地方是我家樓下的羅馬廣場，這是小朋友的聖地，因為廣場十分大，可以追逐、踩單車和捉迷藏。我經常到那玩耍，每當下午五

點都會前往羅馬廣場，其他伙伴都會在這固定時間來遊玩。羅馬廣場有種奇妙的魔力使我們聚集在一起，從本來互不相熟的陌生人變成能歡談的朋友，大家越玩越瘋狂，毫不見外。他們為我的童年時光留下了難忘的回憶及深厚的感情，羅馬廣場給了我和伙伴遇見的緣份，這段緣份一直持續至今。

天水圍是我成長中不可缺少的一部份，這裏儲存了許多回憶的點滴，此地的空氣滋潤着我的生長，任何地方都取代不了我對天水圍的歸屬感。



「一心！一心！」我用着驚人的聲線大叫着，一心捂着耳朵，用嫌棄的眼神盯着我。「我的身份證不見了，快幫忙找找啊！」一心一臉驚訝：「又不見了？你再這麼糊塗下去，整副身家都要弄丟了吧！」我欲哭無淚，只能拉着一心陪我在街上尋找。但結果很顯然——是找不到的。一心安慰我道：「說不定過兩天它就出現了呢？先回家去吧。」

我拖着疲倦的身體走回了家，想着這回又該被媽媽打了。我努力壓低腳步聲，生怕被媽媽發現。「喵……」突如其來的聲音把我嚇了一大跳，我猛的回過頭——原來是一隻小貓啊。它手腳雪白，身上有米黃色的花紋，眼睛圓溜溜的，瞳孔是金色的。我輕輕地把牠抱起，口裏咕嚕着：「你真是嚇死我了，是從哪裏來的啊，這附近也沒有流浪貓啊。」說到這裏，我突然想起了幾天前媽媽和朋友說的話。我剛回到家便抱怨起外頭悶熱的天氣，我轉向媽媽的方向，想讓她把空調打開，卻看見她好像在和誰通着電話。我坐在了她旁邊，光明正大地「偷聽」起她們的對話。

「啊……對吧對吧，養點小動物很能讓人歡心起來的！尤其是貓啊，那柔軟的毛髮摸起來一定很舒服呢！」我心裏想着應該又是媽媽的哪個朋友家裏養了貓，才惹得她又有點養貓的念頭。但沒想到，這才過了幾天，他就真的帶了隻貓回家。看着眼前的貓，我忍不住揉了幾下，心想媽媽果然沒騙人，摸起來又軟又舒服的。就這樣，我抱着貓兒揉了一下午，身份證的事已經完全被我拋於腦後了。

幾個星期過去，我和貓兒也相處得越來越好，還給牠改了一個名字叫小花。牠性格不算活潑，但也喜歡在家裏到處走，偶爾也會在衣櫃頂上看見牠。但這樣的日常，卻在某天被打破了。

「女兒啊！小花呢？小花呢？」天還沒徹底亮透，媽媽便扯破嗓子地叫了起來。本來我還睡得迷迷糊糊，但被她這麼一叫，我便瞬間清醒了。我馬上從床上滾了起來，跑到客廳裏。媽媽一看見我便慌張地說：「小花呢？牠這兩天感冒，我便想去餵藥，卻怎麼到找不着牠啊。」聽

到這個消息，我的心一下子比媽媽還慌。「不會吧？再找找啊！說不定只是藏起來了呢？」剛說完，我便馬上衝到了陽台邊，聽說貓都喜歡在這種地方待着的。

「小花啊，你躲在這了嗎？」我輕輕地說道：「你可別嚇我們啊。」

「喵……」一陣虛弱的貓叫聲從我耳邊傳來。我很是驚喜，連忙向媽媽喊道：「媽！媽！找到了！在陽台上呢！」我急忙沿着聲音來源走去，我把角落的箱子給搬開，每個都又重又髒的。這時媽媽也趕了過來，說：「哎呀！怎麼箱子有那麼多啊！萬一裏頭的東西傷到小花可怎麼辦！」

上天似乎很想證實媽媽的話，她話才剛落，我便看見一隻被壓傷了的貓兒。「天啊！怎麼還出血了呀！」媽媽抱起小花，連忙往大門衝去，我也穿上鞋子追上他們。

動物醫院的空調冷嗖嗖的，吹得我心底發涼。醫生說，小花可能是在攀爬時不小心掉進箱子裏面，已經被裏頭的重物壓上一段時間了。醫生說的每句話都像刺一樣狠狠地扎進我心裏。為什麼呢？為什麼小花偏偏會掉進箱子裏？為什麼我要把箱子放在陽台上？為什麼我總是這麼粗心大意的呢？

無窮的自責一下子全都湧上心頭。牠的皮破了，骨頭也裂了，我和媽媽坐在手術室外。說起來，一心在小時候也養過一隻小狗，結果沒多久便病死了，小花該不會也落得這種下場吧！

在等待的過程中，媽媽不停地責罵着我：「你真是的！明知箱子裏有重東西，貓又愛往陽台上跑，為什麼偏偏把箱子放在陽台上呢？總是粗心大意的，到時候怎麼樣死的也不知道啊！」就在媽媽罵得起勁時，醫生出來打斷了我們：「小姐，手術完成了，小貓沒什麼大礙，只要好好休養兩三個星期就行了。」

這絕對是個天大的好消息，牠沒死！牠沒死！

我連忙衝上去向醫生道謝，心裏的激動已經快抑制不住了。我小心的把小花抱了起來，彷彿牠是個易碎品一樣，恨不得把世上最好的保護全都獻給牠。一回到家，我便連忙把牠安置在床上，然後和媽媽一起檢查還有哪些地方不安全。我把所有玻璃製品都藏了起來，廚房裏的



道具也被鎖了起來。在檢查的過程中，我還發現了一個月前弄丟的身份證，我驚訝道：「原來在這裏啊！我真是心大，連在哪丟的也不知道。」

就醫生說的一樣，三個星期過去，小花也康復得差不多了。因為有了這件事的教訓，這三個星期我都變得謹慎不少，小花不再有受傷，我也沒再弄丟過甚麼了。

大除夕晚上，商場總是特別熱鬧，還經常發生「人型車禍」。一心被擠得難受，扯着我便離開了商場，她調侃道：「剛才人這麼多，你會不會又弄丟甚麼，譬如身份證？」我無奈笑笑：「你可別拿我開玩笑了，比起之前的粗心，我現在謹慎了不少了。從此以後我是永遠不會再心大了！」

畢竟有些東西但凡一大意，就再也找不回來了。



說起小草你會想到甚麼呢？我會想到它有頑強的生命力，正如詩中所寫「野火燒不盡，春風吹又生。」那麼你又會想到哪些有關小草的呢？

小草最大的特點就是擁有頑強的生命力，面對自然災害，它還是屹立不倒，借着這事來說，小草會是我們的榜樣。在生活上人們常常會遇上不如意的事，人們大多數會選擇逃避困難，或者被生活上的事打敗，就一蹶不振，選擇躺平而不是選擇重新振作，將壓力轉為動力。我們應該成為一棵小草，成為一棵不輕易放棄的小草，勇敢地面對困難，面對人生逆境。

世界上有很多名人，就像小草一樣無論遇上甚麼困難都不會輕易說放棄。畫家弗里達·卡羅的一生都是跌宕起伏的，她所經歷的是我們無法想像的，但她在生命的最後一刻都在和她不公的人生做抗衡，就算遭遇車禍，她也沒想過放棄畫畫，放棄人生。如果我們再堅持一下，再勇敢一點，再振作一點，我們的結局一定會和我們所期望一樣。看似弱不禁風的小草，實際上蘊含着強大的毅力，為甚麼我們做不到呢？

所以說每個人應該都有強大的毅力，不應做一個脆弱的瓷娃娃，我們應該學習屹立不倒的小草。



小草，它的意思是草本植物中弱者的統稱。雖然它在草本植物中是弱者，但它擁有頑強的生命及風雨無畏的精神。風雨雖大，但它頑強不屈，一直默默無聞地在我們生活中一些不起眼的角落生存着。

小草就像小孩子，充滿活力，生氣勃勃的。小草可能長得不太起眼，但它長大後卻能成為各種美麗花朵。如同人一樣，小孩子小時候可能不太優秀，笨笨的，但長大後卻一鳴驚人。

我們除了能在一些不起眼的角落找到小草之外，還可以在甚麼地方看到小草呢？其實只要人們能放下手機，停下腳步，便能看到在大風中搖擺，頑強抵抗的小草們了。

在學習上，我們也會有遇到過想放棄的想法，例如：放棄吧，讀書讀得這麼辛苦，還不如來吃喝玩樂等等。但只要肯堅持，願意付出休閒的時間來學習，便會和小草一般，頑強抵抗過後擁有美好的人生。

在生活上，我們也會遇到不少難關，例如不久前的新冠疫情，但凡有接種過疫苗的人，如果身體再次接觸同一種病原體，抗體反應會更快更有效。有如小草，當小草養分不足，我們可把綠肥埋入土中，在綠肥下生長的小草很少再有養分不足的情況，憑藉這些經驗，使我們變得更強壯。

小草雖是不起眼，但它擁有着頑強的生命力及堅強的意志。我們可能沒有特別的天資，但只要堅持及忍耐，未來必定能像小草的存在，迎接挑戰，貢獻世界。



「堅持到底就會勝利」我同意這句說話，堅持後成功的例子在古今中外有很多，堅持是鏗而不捨、堅持是永不放棄、堅持是相信自己、堅持是非常重要的，每一個人都需要擁有「堅持」這一個信念，堅持不懈就你得到成功，很多例子都可以證明堅持就能勝利。

例如，前乒乓球國家隊選手鄧亞萍因個子矮小，經過幾次選拔都不能當上國家隊運動員。但鄧亞萍她並不氣餒，她堅持努力練習，最終在賽場上奪得無數的獎牌。她努力每天不停練習，努力彌補她的缺點。她的堅持最終讓她實現了願望，在往後的國際賽事中大放異彩，成就讓國人投下敬佩的眼神。

另外就是堅持是通往勝利的橋樑。《史記》作者司馬遷，在遭受腐刑後，如不堅持寫下曠世名作——《史記》，那麼今天我們就無法吸收他的思想精華和知識，所以他的勝利，主要在於「堅持」二字。假如他不堅持的話，我們今日也就見不到他的成就，所以水滴石穿，就是在任何時候都要堅持才會成功。

俗話說得好，「堅持就會勝利」，只有堅持到底才有勝利的可能，只要你樹立目標，朝這個目標進發，在一段路途中努力「堅持」著「堅持」這一個信念，最終你就能成功。



朗屏邨——是一個充滿我兒時回憶的地方，它見證着我的成長。我在朗屏邨曾居住了十多年了，現在我的新家也位於朗屏邨附近，所以偶然也會去屋邨的商店購買食物。朗屏邨是個充滿着歡笑聲的地方，公園充滿着老人家下棋時的笑聲，遊樂場充滿着小孩子的笑聲，熱鬧的街市充滿着人情味。

朗屏邨應該充滿着許多人兒時的回憶，因為它有幼稚園、小學及中學，簡直就像見證了很多人從上幼稚園到中學的成長階段。朗屏邨同樣地也見證了我的成長過程，從手抱嬰兒到中學面試，情境都歷歷在目。

曾經我也在朗屏邨的遊樂場中留下歡笑聲及尖叫聲。現在我每次回到屋邨購買食物的時候，都會重回顧望它的每個角落，每個角落都有少許回憶。回望小時候上幼稚園的路上，真的好懷念啊！那時候爺爺牽着我的小手送我上學，他的手真的好大好溫暖啊！秋天的時候，上學的路上都會有些白色小花鋪在路上，道路的味道泛起陣陣香氣！爺爺每每把我抱高，摘一朵放小花在我頭上，我高興得很！回到家中，我更會把小花放在一個小盒子裏，放久了，白色的小花也變成了黃黃的乾花。

回望經過遊樂場，我更會想起爺爺在我兒時，帶我和妹妹到遊樂場玩耍。我和妹妹都會玩到滿到大汗，你追我逐，一起玩滑梯，爺爺會幫我們擦汗。現在我經過遊樂場，看到別人在玩耍時，這時想起兒時的回憶，真的好懷念啊！

這朗屏邨是一個充滿我兒時回憶的地方，每個角落都充滿着我小時候做過的事，有我的哭泣聲、尖叫聲、歡笑聲！



你認識元朗嗎？元朗是一個充滿回憶的地方，從以前的小屋，變成了大商場，小時候的記憶，還停留在上小一的時候，長大後，有回憶的地方都已經漸漸消失不見了。

我一出生就居住在元朗，元朗是一個清靜的社區，沒有大城市的繁忙，沒有大城市宏偉的建築物，更沒有大城市的烏煙瘴氣。但我覺得元朗就是我心中的「大城市」，這個「大城市」充滿人情味，就算不認識的保安、賣菜的，都會微笑跟你打招呼。元朗的商場應有盡有，雖然外表十分殘舊，但麻雀雖小，五臟俱全，內部的裝潢富有特色，與外觀簡直是天壤之別，真是「樓不可貌相」啊！元朗還有很多的山、草地，風是軟軟的，柔和的，像是綿綿的絹綢，很舒服。

火辣辣的陽光從天空直射下來，今天真熱啊！我走過了紅綠燈，走過了天橋，看到了小時候常去玩耍的公園，公園是在「唐人新村」輕鐵站的後面。小時候放學後，不論天氣有多炎熱，都會去公園玩個半死，就好像不知疲累似的，臉都被曬紅了，還不想走。記得有一次，那天的天氣和今天一樣，我和朋友玩到大汗淋漓，玩着玩着眼鏡就不見了，到走的時候才發現，我十分焦急，我已經幻想到父母生氣時的情景。我把這件事告訴了朋友後，她二話不說就幫我找，一直找了幾小時，也沒有抱怨。最後，她因為太遲回家被家人責備，我真的很感謝她，我們現在也經常見面呢，不過地點已不再是公園，我們喜歡逛商場，看精品，光看櫥窗已樂透半天。這令我感受到友情的可貴。

每逢星期天，我都會和家人到茶樓品茗，茶樓位於「建德街」，已有十多年歷史了。無論晴天雨天，我們都會去，茶樓部長必定為我們預留位置，那裏的點心姨姨一看到我們，都會熱情跟我們打招呼。飯後我們會到附近的商店逛逛，每一個星期天都是我們的家庭日，我十分珍惜與家人共聚的時光。

元朗見證着我的成長，令我充滿回憶。



天水圍是個多元化的社區，很多地方都千姿百態，一望無垠的天空，有着若隱若現的雲朵，太陽慢慢鑽入雲層中。這麼特別又令人念念不忘的景物，就是我喜歡的天水圍。

每天早上都要起床學的我，吵鬧的鳥叫聲伴隨着我起床，我急速梳洗，再打算慢悠悠地走路上學，因為可以欣賞天水圍的景色和景物。

收拾完東西後，我便出了門，等待那煩人的升降機，它就像人一樣，有喜怒哀樂，愉快時就不出幾秒的時間，已到達我的樓層，鬧脾氣時，就彷彿要我等到下輩子，也還沒到我的樓層，傷心時，它會直接失靈。這就是每天和我對抗的煩人升降機。

今天升降機大概是心情不佳，花了好久才到達地下，令我心情也跟着煩躁起來。我踏出升降機後，轉角便見到了熟悉的保安室，每天有不同的保安輪流當值。今天是容姨當早更，她如常精神奕奕地跟我打招呼。看到她的笑臉，我煩悶的心情一掃而空。他們每天工作 12 小時，可以從他們的眼中看到一絲疲累，但仍然無時無刻掛着笑容，他們都在努力地保護這個地方。因為有他們，小時候即使父母不在家，我也能安心入睡。「早晨，容姨，你又變漂亮了！」我禮貌地回應他們，在忙碌的一天開始前，互相為大家打氣。

離開保安室後，我便一路走到天華路，一邊呼吸清新空氣，給自己提神。因為我知道將要遇到另一個情緒飄忽的東西，就是紅綠燈，它和升降機一樣，時常要人等待，趕時間的時候，真的想爬上去把它拆了。雖然如此，我已經和它培養了三年的感情，它依然討厭，等待依然漫長，日日如是，但我已學會用平常心面對。忍耐與等待，不就是人生的必修科目嗎？

這些就是我每天都會遇到的人和物，這是最恆常，最不起眼，也是最特別的。我學會了時間管理的重要性，變得有耐性去對待所有事

物，學會體諒別人、關心別人。世界上人人每天都在努力，人生從來不容易，與其怨天尤人，不如以樂觀的心態面對。

這就是我的天水圍，它陪着我成長，送給我很多回憶。相信不只我，很多人都有一個對自己很重要的地方，它不可取代、不可消失、不可更改。沒有了天水圍這個地方，我就好像甚麼也不是，沒有了精神支柱，彷彿拿走了我的人生和靈魂一樣，隨風飄散。



今天是學校旅行的日子，郊外風光明媚， 景致優美，我卻無心欣賞

3E 呂子喬

今天是學校旅行的日子，郊外風光明媚，景致優美，我卻無心欣賞。

至於我為甚麼在這風景秀麗的郊外卻是沒精打采呢？主要是因為最疼愛我的奶奶剛在幾天前去世，讓我即使面對江山如畫的郊外風景也興致全無。

今天我哭喪着臉地進入學校，等待旅遊巴的到來，今天我們學校旅行的日子，所以同學的臉上都一副欣喜若狂的樣子，期待着這次的學校旅行。經過一會兒的等待，旅遊巴終於到了學校外的停車場，同學們一臉愉快地守規矩上車，我卻是沉默地站在最後面，絲毫看不出因為學校旅行而欣喜的樣子。

直到旅遊巴到達郊外，我們陸續下車，下車後我們就看到了微風吹動着青草，像是在和我們招手，歡迎我們的到來。遠處有一棵參天大樹，樹上有窩剛破蛋而出的幼鳥在吱吱亂叫。我們先在附近分頭行動玩集體遊戲，玩了一會兒，已近正午，太陽慢慢地從雲層中鑽了出來照着郊外的湖泊，本來深綠色的湖水逐漸變成了碧綠色。

午後，我悶悶不樂地離開了大隊，走着走着我竟然走到了一片花海前，雲上若隱若現的太陽照射在花海，漫出遍野的格桑花開得如火如荼，粉的、紫的、白的混合着流向遠方，遠遠看去就像一匹通往遠方的五彩錦緞，炫彩奪目。我端詳着這些綻放的精靈，朵朵背靠大地仰頭怒放，在那花海中央我彷彿看到了一個熟悉的身影，那不就是我最愛的奶奶嗎？我不管不顧地跑到那身影前面，我再也壓制不住地痛哭了起來，我的奶奶像是看不見我一樣摘着花，編織了一個彩色的花環，奶奶編完花環後招了招手，我下意識走上前了一步，但不等我上前，左邊跑來了一個小女孩，仔細一看，不就是兒時的我嗎？奶奶溫柔地把花環戴在了「我」的頭上，我聽到她對「我」說：「寶貝，無論以後遇到什麼事都要笑着面對啊，你要堅強，苦盡，甘自來。春暖，花會開。相信自己，只要足夠勇敢，沒有熬不過去的苦難。」我的視線一片模糊，甚麼都看

不清楚了。現在想來，奶奶那時已經開始不舒服了吧。她知道如果她出事了，最依賴她的我一定會很傷心，才跟我說這段話吧。奶奶，我真的能熬過沒有你的日子嗎？

我躺在草地上，陽光正好，是暖的；微風不燥，是柔的。鮮花不語，但簇擁綻放。我的心情漸漸平復，奶奶，你知道嗎？我遇見了一片花海，染了一身花香，我想與你分享此時此刻，願你在另一個世界可以快樂無憂，無病無痛，我會向陽而生，讓你安心，成為你的驕傲。



大禮堂裏坐滿了人，今天是我小學第一次參加比賽，也是我人生中第一次參加比賽。這次是跳繩比賽，我緊張極了，坐在後台的地下休息了一會兒，我很害怕，我不敢想像我要當着那麼多人面前跳繩，我心裏一直想着：「如果失誤了，怎麼辦，那不是很醜？」我聽着台下的吵鬧聲，捏緊了拳頭。

我是一個從小就很膽小的人，很多小事也不敢做，只要在多人的地方我便會很害怕，想逃避。

我回憶起兩年前，奶奶來學校接我放學，看見我一副心事重重的樣子，她便用着溫柔的語氣問我：「怎麼了，遇到甚麼事了？」我說：「班裏參加了一個比賽是設計衣服的，老師讓我上台講解設計衣服的靈感……我不想去，太可怕了，我不想在同學，老師前出醜呀……」時間一天一天過去了，到了比賽的那天，我走到台上看着同學和老師，他們全都看着我，我戰戰兢兢站在我的位上，嘆了一口氣，拿着我手上的稿，一開始還挺好的，但突然我看見台下有同學指着我笑了起來，我才發現我讀錯了，我把第一份講稿讀了出來，但明明拿去講解的稿是第二份，我讀得亂七八糟，我看着台下取笑我的同學，她們好像把我當笑話一樣，我忍受不了，最後一口氣跑到了後台。

一把聲音從我耳邊響起，把我拉回現實。「倩兒，下一個就到你上台了，你快去排隊吧。」老師說。我到台下排隊，一眼便看到坐在台下觀眾席的奶奶，她來看我比賽了，看着奶奶一臉期待的樣子，令我想起了今早出門的時候，奶奶說：「倩兒你要加油呀，不要害怕，無論甚麼時候，奶奶都會在你身邊的！」就是這句話令我沒那麼緊張，自從兩年前我逃避了的那次後，她便一直鼓勵我，在我每一次遇到困難時，她都會出現在我身邊陪伴我，無論我失敗了多少次，她都會在我身邊。每次她鼓勵我，我便會找到安全感，勇敢堅持下去。

到我上台了，雖然我還是有一點緊張，但我想起了台下的奶奶，想起了她的話，勇敢走了台上，開始了我的表演，也很幸運我在比賽中

拿到了不錯的成績。我看着台下的奶奶，她也在看着我，我們都笑了，我想：「我成功了！」

我很愛我的奶奶，她令我變得勇敢。無論我遇到甚麼事，失敗了多少次，她都會陪着我，鼓勵我。我很感謝她用青春和時間陪我長大，鼓勵我變得勇敢。奶奶，我愛你。



「啊，喝完了。垃圾桶呢？」一心在人來人往的街道上尋找着垃圾桶。只可惜亦沒有看見它的身影，正當一心打算把奶茶的空杯隨地掉去時，我接過了她的空杯，在背包中拿出一個塑料袋，把空杯放了進去，而一心也用疑惑的眼神看着我，但也沒多說甚麼，只有我知道我這行為的真正用意。在與一心等待紅綠燈時，對面的那個巨大的政府廣告牌入眼可見，而廣告牌上的一行字，喚起了那段改變我的往事——「己所不欲，勿施於人」。

從前的我喜歡方便，付款用手機、穿鞋不綁鞋帶，甚至亂拋垃圾。在街上很難找到垃圾桶，而我也不想一直帶着我不要的垃圾，因此在四處無人時，我經常會把它直接掉在街上。一來這樣很是方便；二來，要是沒有我的行為，清潔工人哪有工作？這是他們應該做的，他們還要感激我呢！簡直一舉兩得，因此小至收據，大至空杯，一律被我掉在街道上，無一倖免。

有一天，上完中文課後，有容來跟我搭話：「剛才老師所說的『己所不欲，勿施於人』，你明白是甚麼意思嗎？」我擺着手搖搖頭。「好吧。對了，星期六有一個屋邨撿垃圾的義工活動，我們還缺一個人，你去嗎？」我想着一去無妨，便草草答應了，一邊說着，一邊把桌子的橡皮擦碎屑全都掃到地上。別人座位地上非常整潔，只有我的座位滿目蒼夷，混亂不堪。

那天，我姍姍來遲，有容把一個垃圾袋遞給我後，我們便分頭行動。起初我這邊垃圾很少，非常輕鬆，直至我看見了那團剛來時我所吐下的口香糖，它緊緊黏在地上不願離開，我費了不少氣力才把它弄起。我低頭不語，呆呆的看着在垃圾袋中被我掉下的口香糖，但也沒有停多久，就開始繼續「征程」，只想着把眼前的公園清理好就完成任務了。

我看着眼前的公園，一動不動，手也不自覺鬆開了垃圾袋，露出袋內的膠樽和鋁罐。「這根本不是一個公園該有的樣子啊！」我震驚地心想着。巧克力盒、薯片袋、薯片碎屑……各式各樣的食物包裝與碎屑，

佈滿一整個公園，而在滑梯旁的小男孩還在源源不絕地製造垃圾。我怒氣沖沖地走到他身邊質問他：「喂！你怎麼可以把公園弄成這樣！」我指着地上的薯片袋，他很快就哭了出來，他媽媽也聞聲趕到。我把剛剛的話重複了一次給她，但語氣緩了不少。「這不是清潔工人應該做的嗎？沒有垃圾他們哪來工作？你這樣嚇到了我兒子了！」說完後她便拉着男孩離開了，只留下我一人呆在原地。我內心的五味架頓時被打翻了，鼻子不禁發酸。我忍着淚水走到剛剛掉落的垃圾袋旁，把垃圾重新裝回去，卻不小心踏到地上的口香糖。看著黏着口香糖的鞋底，我頓時失語。

「孔子也說過：『己所不欲，勿施於人。』我們要有同理心，不要把自己不喜歡的加諸別人。倘若把自己所討厭的事物硬推給別人，只會令對方很為難，事情弄僵甚而不可收拾。我們需要有推己及人，同理心這種想法。這就是孔子的儒家思想，大家明白嗎？」回程時，我看著那廣告牌，回想起老師所說的話，好像頓時多明白了一點。

我想着從前的行為，不禁有所反思。「對啊，我自己都不喜歡，又怎能加於清潔工人身上。將心比心，我又憑甚麼認為他們為我們服務是應該的呢？」我懊悔地想。

「叮、叮、叮！」隨綠燈亮起，我緩緩走到馬路對面，旁邊就有一個垃圾桶，我把塑料袋掉了進去，回頭看着補習社的海報，拿出另一個塑料袋後，便轉身離去。



己所不欲，勿施於人

4A 梁詠詩

我曾參與一次活動，當中的經歷已能夠讓我醒覺，明白到「己所不欲，勿施於人」的道理。在日常生活中，我們不經意的一句說話、一個動作或行為，都可能對別人造成傷害，但是當自己受到這種對待時，卻不能接受，那麼簡單的道理，卻往往經常被忽略和遺忘。

不久之前，學校組織了一次到老人院探訪。我不情不願地走進老人院裏，映入眼簾的是眾多老人家歇息的環境。老師讓我們兩人一組，每組照顧一位長者。我和一心一組，我們負責照顧一位行動不便的老婆婆，於是我們沿着筆直的走廊走到她的房間。打開門的那一刻，看見老婆婆正坐在床上看電視，旁邊還播着收音機，即使這樣也難以掩蓋她臉上無聊的表情，淒慘孤寂的背影讓人感到悲傷。

一開始，我還很害怕婆婆會不會不喜歡我們，會不會趕我們走。正當我胡思亂想的時候，一心便已經拉著我走進房間。當我鼓起勇氣和婆婆說了句下午好，婆婆那佈滿皺紋的臉，終於露出了笑容。婆婆一直很熱情地和我們聊天，過程中有說有笑，一洗我以前對陌生老人的偏見。

閒聊過程中，婆婆提及了她有一兒一女，還有三個孫子。說到這時，婆婆臉上的笑容逐漸消失，原來她的家人很少來探望她，對上一次的到訪已經是半年前了，婆婆的房間滿佈着家人的相片，看得出婆婆十分想念他們。婆婆每天都期待著他們來探望她，但每天也只是空歡喜一場。我和一心趕緊安慰婆婆，希望止住婆婆快要流下的眼淚。

婆婆在這個年齡，本應是在家享受天倫之樂，接受子女們的照顧。可是，他們因嫌棄婆婆行動不便，就把她送進老人院，半年也不探訪一次，即使工作再忙再累，也不會抽不出一點時間吧！

和婆婆聊天的時光不禁令我回想起自己平日對待家人的態度。升上中學後，我和家人相處的時間越來越少，因不想回家接受父母的嘮叨，平時放學也很晚才回到家，好不容易到了周末，也只顧着和朋友外

出，沒有騰出時間和家人相處。這樣的我和婆婆子女又有甚麼兩樣呢？我又有甚麼資格罵他們呢？

我深深體會到婆婆的感受，我也不想自己年老後，被親人拋棄冷落，但我現在卻把這種痛苦建築在父母身上。雖然他們沒有責罵過我對他們愛理不理，但身為父母，怎麼會不想和子女一起吃飯，怎麼會不想一家人整整齊齊聚在一起呢？

時間過得很快，我們快要準備離開了，我拿出了一早準備好的禮物送給婆婆，婆婆高興得擁抱着我和一心，跟婆婆作簡單的道別後，就要起程回校了。這次經歷令我改變了對老人家的印象，不一定每位老人家都是冷漠、易怒、不喜歡和人相處的，婆婆的笑容令我難以忘記，也令我過了一個既愉快又充實的下午，還令我覺悟了不少——「己所不欲，勿施於人」。雖然我成長的速度不一定趕得上父母變老的速度，但我一定會把握時間和他們相處，記錄下每個重要時刻，長大後賺錢讓他們过上無憂無慮的生活，也不會拋棄他們。

時光匆匆，轉眼即逝。我要珍惜現在，珍惜每一分，每一秒，珍惜與父母相處的日子，珍惜每一次與長輩聊天的機會，不總是讓他們等待。



獨學而無友，則孤陋而寡聞

4C 陳雅珊

「獨學而無友，則孤陋而寡聞。」這句話出自《禮記·學記》，意思是如果學習中缺乏學友之間的交流切磋，就必然會導致知識狹隘，見識短淺。我同意這個說法。

首先，朋友之間的切磋可以產生競爭心理，從而促進學習。每當朋友有所進步時，自己便會產生不甘落後、力爭上游的心理，於是演變成為學習的動力。以乒乓球運動員劉國梁和孔令輝為例，二人是實力相當的競爭對手，又師出同門，二人經常比較彼此的球技，在競爭中互相進步。由此可見，朋友之間的切磋交流可以促使對方進步。

其次，和朋友交流可擴闊自己的視野。正所謂：「當局者迷，旁觀者清。」意思是局外人對事情的來龍去脈，往往比當事者清楚。當我們遇到一些難題時，選擇與朋友交流，或許能有所啟發，而不是自己絞盡腦汁地思考。與朋友交流才是明智的做法，豐富自己的思想，並糾正自己的錯誤，比較自己與對方的思維，取長補短，才有醍醐灌頂之效。

最後，朋友可使我們從不同的角度思考。沙士比亞曾說：「一千個人眼中就有一千個哈姆雷特。」每個人在面對同一件事會有不同的看法，不能只站在自己的角度去看待一件事。若能了解朋友不同的看法，思考的東西便能更全面，無論是對學習抑或是待人處事都很有幫助。

有人認為現今互聯網資訊發達，無需與朋友交流也可了解到外界。資訊發達是無可否認的，但是否所有資訊都是正確的呢？每個人都可以在網絡上發表不同的意見，正是因為這個原因導致資訊麻木，未必所有資訊都經過審核。某些資訊可能隱含色情、暴力或者不正確政治立場，讓心智尚未成熟的學生在行為、價值觀上受到不良影響，這無疑是弊多於利。比起難以分辨對錯的網上資訊，我認為還是朋友之間的切磋交流較為實際。

總括而言，朋友之間的切磋交流可促使對方進步，亦可擴闊自己的視野，使我們從不同角度思考。還有，互聯網的資訊不一定正確，不應過分依賴互聯網。綜上所述，我同意「獨學而無友，則孤陋而寡聞。」這一說法。

獨學而無友，則孤陋而寡聞

4C 羅升渝

古人說：「獨學而無友，則孤陋而寡聞。」意思是獨自學習，沒有朋友互相切磋解難，人便會淺陋而見識不廣，對於這句話我十分同意，雖則古代和現代的學習思維和方法可能有所不同，但是我也相當贊同現今的學習生活應要與同儕一起互相學習、多交流切磋。

首先，我認為和朋友互相交流學習，可以彼此分享更多的學習資訊和心得。因為知識是無窮無盡的，每個人對一件事的見解也會有不同之處，所吸收到的知識多少都不同。我還認為彼此能互相糾正錯處，例如你有一科較為遜色，就比如數學科有一道題目做錯了，你相伴的朋友可以即時提點你。著名的科學家馮·卡門說過：「與朋友一起學習，一起交流能夠豐富自己的思想，醍醐灌頂，開拓自己的視野，糾正自己的錯誤。」當我們了解了朋友的看法，就能更容易明白，從而可以改善自己的解難方法。如果只是一股勁盲目地自己學習，可能永遠都不知自己錯在哪裏，可見結伴學習十分重要。

其次，除了學識之外，跟一些虛心和謙虛的人相伴也能培養自身的素質。在現今社會，可能有些人認為自己眼界較闊，見識得多，而到處炫耀，不虛心學習。經常自誇，換來的只會惹人討厭，相反，你虛心和誠心向人請教，當他們感受到尊重時，也會大方無私的跟你分享。有一段「健康」的學習關係能了解自己的不足，從而去時刻提醒自己，並且可以在自己的見解內謙虛的幫助別人，從而達到一舉兩得之效，提升個人素質。

可能有人會說，現今的科技發達，許多的資訊都可以在不同網絡平台找到，甚至要比人手快。可是，如果全靠科技，為甚麼要有學校，要有老師，而不是用機器和科技去代替一切？因為機器是沒有感情的，也不是萬能的。在學校裏除了增長知識外，你還會學習到與人溝通和相處，這些是要靠你日常生活中與別人接觸才能夠明白的，不能單憑上網就能輕易理解。而且網絡世界有千千萬萬條的資訊，如果分不清好壞就接收了資訊，可能會引致許多的問題。因此，相比起獨自去接收一些錯



誤資訊，那不如找朋友們相伴學習更為合適。互相提醒，又更為輕鬆，何樂而不為呢？

總括而言，我認為「獨學而無友，則孤陋而寡聞」仍適用於現今的學習生活中，所以相伴學習的朋友也相當重要。在西方諺語中有一句話：「朋友是一面鏡子。」如果你能與優秀的朋友結伴學習，為你指出問題，解決難題，相信有助你個人成長，做到「以友輔仁」。



雖然我錯失了這次機會，但我並不後悔

4C 陳雅珊

今天，我放學回到家中後，一如既往地躺在沙發上休息，此時，耳旁響起一道聲音，「你想出國留學嗎？」媽媽問道。這句話打破了我內心平靜的海面，開始不斷地捲起波浪。

我反覆跟媽媽確認此話的真實性，但看着媽媽認真嚴肅的神情，漸漸意識到這不是玩笑話，我們都清楚這不是一件可以輕鬆作決定的事，於是媽媽識趣地走開，留下我孤身一人在客廳，深思熟慮。

我從小便羨慕着外國的自由，憧憬着外國的景色，嚮往着外國的風情，但當真正地給我這個機會，我的內心卻是猶豫不決的。我深知出國留學能夠擴闊我的眼界，能夠增加我的人生閱歷，能夠提升我的外語水平，這些好處充斥着我的腦海，讓我幾乎沒有理由拒絕這個機會，但內心卻總有一塊大石放不下，腿腳也猶如被鐵鏈鎖住，阻止我邁向前方。

正當我苦惱之時，一股飯香從廚房傳來，我一步步走進廚房，映入眼簾的是媽媽認真烹飪的模樣，額頭上的汗水肉眼可見，臉龐上歷經歲月的痕跡也是清晰可見。讓我不禁想到這張每天近在咫尺的臉，在我出國後，可能要數個月，甚至數年才能見上一次，媽媽煮的飯也會從厭倦變為求之不得。再望望這個陪伴了我十五年的家，每件傢具、擺設都承載着一家人的回憶，但出國後，住的便不是這個溫馨的家了。難道這樣的生活，真的是我所渴求的嗎？

還未想出答案，手機發出的「叮咚」聲響便拉回了我的思緒。「星期六要一起去主題樂園嗎？」一心傳訊息問道。這讓我又陷入另一番思考，若我出國留學，是否意味着我將疏離朋友，脫離原來的社交圈子？分隔兩地，一起去主題樂園這種再尋常不過的事，也會變成奢望。誠然，結交朋友並不難，但遇到知音卻是難事，在外國的我是否能遇到像一心那樣的知音呢？我毫無把握。

想到這裏，我的心中已經有了答案，也明白到壓着我的大石及鎖住我的鐵鎖是何物了。對我而言，比起出國深造，還是家人、朋友和身邊的一切更勝一籌。於是，我將答覆告訴了媽媽，她表示尊重我的決定。此外，也給一心回了訊息，答應了她的邀請。這種平淡的幸福是我所珍惜的。雖然我錯失了這次機會，但我並不後悔。

放學後，我一如既往地乘搭回家的火車，進入鐵路的車廂後，我隨意地找到一個座位坐下。經過一天的忙碌後，我已經變得疲倦不堪，隨着車門即將關閉時響起的「嘟嘟嘟」，我也緩緩閉上眼睛，打算小睡片刻。

這時，一位婆婆着急地跑入車廂，在我對面的座位坐下。她右手拿着一大袋水果，左手捧着溫水壺，才剛把這些東西安置好，婆婆便從口袋裏掏出一部「老人手機」，笨拙地操作了好一會兒，臉上露出困惑的表情。看到此情此景，坐在婆婆旁邊的姐姐也不忍繼續袖手旁觀了，決定上前幫助。姐姐禮貌地詢問婆婆後，才得知原來她是想打電話給自己的兒子，於是姐姐接過手機，幫她打開通訊錄。我往那邊瞥去，發現她只有一位聯絡人，雖沒有填寫備註名稱，但那應該便是她的兒子了。撥號過去後，婆婆連忙道謝，並從姐姐手中接過手機，期待地等待着接通。電話遲遲無人接聽，片刻後，那頭響起的並不是兒子的聲音，而是「您所撥打的電話暫時無法接通，請稍後再次來電。」姐姐不厭其煩地幫婆婆撥號三次後，才終於開始了對話，「我知道你們忙得不可開交，想必這次新年也沒有時間回老家了，所以我從老家帶了些東西來探望你們了！」婆婆激動地說着。

聽到這裏，我的腦海浮現了我那身在家鄉的婆婆的模樣，思緒也被拉回至上一年度的新年，那時因疫情嚴峻，我們一家又未能回到老家過年。婆婆在電話那頭用故作輕鬆的語氣說：「沒關係，我上門到別人家打打麻將，喝喝茶也很開心了，你們就在香港好好過年吧，要我寄點好吃的給你們嗎？哈哈！」看似無所謂，但其實我們誰都看得出她的寂寞和難過。別人家都熱熱鬧鬧地過年，而婆婆卻只能隻身一人在空曠的家裏，臉上必定掛着孤單的表情。想到這些畫面，淚水不受控制地湧出眼眶。「要不是因為婆婆的腿腳不便，是否也會像這樣過來找我們呢？」、「婆婆還能和我們過多少次年呢？」這些問題不斷在腦中徘徊，像是在審問、責怪自己為何不多陪伴婆婆，心裏愈發難過。

但與其在這裏後悔不能改變的事，還不如乾脆地作出決定。於是我毅然決然地購買了前往老家的車票，讓婆婆渡過一個溫暖的新年，也不讓自己留下遺憾。

今天，我踏上了回家鄉的高鐵，剛剛坐下，就聽到旁邊的車廂傳來的吵鬧聲，我看見一個小孩和一個滿頭白髮的奶奶，看著小孩一直向奶奶撒嬌，要奶奶買零食給他，我不禁笑了。同時也回想起自己與奶奶一起的時光，淚水也不禁在眼眶打轉。

想起當初，奶奶也對我疼愛有加，她跟車廂內的奶奶一樣，十分寵溺孩子，也一樣滿頭白髮。我以前也會向奶奶「扭計」買零食、玩具，即使我的爸媽不願意買給我，奶奶都會偷偷地買，但同時也會教導我吃太多零食並不健康。不過，面對糖果，奶奶的良言我聽不進去。終於有一次吃糖太多而導致蛀牙，痛得我大哭了一場

突然車廂有一陣哭鬧聲，原來是車廂內的小孩失禁了，奶奶耐心地邊安撫他的情緒，邊帶他進入廁所更換衣物，這讓我再次進入回憶中。

在我的記憶中，奶奶是個外冷內熱的人，雖然她不承認，但無可否認的是，她心裏就是一個溫暖的人。她會一邊嫌棄我骯髒，一邊幫我換尿片；一邊說我麻煩，一邊幫我沖奶粉；她會帶着我四處走，即使她的腰痛得不行，但在我累的時候，總會背起我。再回看車廂，我真的十分想念她，我一直在處理自己的事情，同時眼睛會不經意地望向車廂內的小孩和奶奶，看見他們溫馨的畫面，我也想定格在此刻，心想如果是我 and 奶奶該有多好。

當我逐漸長大的時候，我已經很少時間去陪伴奶奶，甚至見面時，我也只是自己默默地玩手機，我現在也很後悔為甚麼沒有在她生前好好陪她，車廂內小孩和奶奶的種種行為，勾起我對奶奶的思念之情。我的奶奶還在臨結束生命前，患上「老人痴呆症」。我過去探望她的時候，她已經忘記我了，對我的回憶也漸漸淡忘，直到最後也沒有把我記起，車廂中的小孩和奶奶幸福的畫面令我十分羨慕。

廣播聲響起，「本班車已經到達終點站，請所有乘客下車……」我用紙巾抹掉我的淚水，再回頭看着小孩和奶奶的背影，我也希望他們好好的，我也知道現在後悔也沒有用，但我會帶着對奶奶的思念之情一路往前走。

今天發生了一件事情，當時我曾經想力陳己見，最後選擇了沉默。我認為沉默是必要的。

經過一天的奔波，我已經變得疲倦不堪。正當我回到家中，躺在沙發上緩緩閉上眼睛，想放鬆一下之時，一道震耳欲聾的大嗓門卻在耳邊響起。媽媽的碎碎念又開始了：「鞋子要整齊地放入鞋櫃、手要清潔乾淨，還有，等一下過來廚房，我教你煮飯！身為一個女孩子怎麼可以這麼『邋邇』呢？以後家務誰來做？難道我能照顧你一輩子嗎？」媽媽總是不厭其煩地把這些話跟我說了一遍又一遍，但我認為她思想太守舊了，亦不理解為何要拿着那些陳規陋習不放。

媽媽的聲音已經漸行漸遠，只留下不服氣的我在客廳。「鞋子明天也要穿，為什麼還要費勁擺好？」、「等下就去洗澡了，還洗什麼手？」、「煮飯是非學不可嗎？明明可以請傭人，也可以點外賣」、「『邋邇』與性別有何關係？男主外女主內的觀念早就過時了吧！」反駁媽媽的話充斥着我的腦袋，這些理由已經足以讓媽媽啞口無言。正當我構思好一套說辭，準備與媽媽進行一場「辯論賽」來力陳己見時，媽媽那句「難道我能照顧你一輩子嗎？」卻突然闖進我的心扉，這句話看似是一句平平無奇的責備，但當我細細品味後，才發現這句話蘊含了媽媽太多的心意。其實，媽媽在為我着想，在擔心我。她清楚自己不能一直陪在我的身邊，害怕我以後過得不好，希望我能照顧好自己，所以才會一直教導我生活知識。

怒火已經逐漸消失，我慶幸自己沒有將那些傷人的話脫口而出，再認真思考一番，就算我在這次爭論勝出，那又如何呢？我真的會感到開心嗎？媽媽會否感到難過呢？質疑的聲音在心中響起，回答的聲音也隨之而來。我清楚知道自己「力陳己見」不但不能得到什麼益處，媽媽還會因此感到難過。

想到這裏，我把那些一時意氣的話吞回肚子裏，選擇了沉默，並繫上圍裙走向廚房，我認為沉默是必要的。

今天早上，我和平常一樣在座位上做着功課和溫習，也沒有其他人來打擾我，十分安靜。我是一個不懂得表現自己的人，喜歡安靜，所以身邊是沒有朋友的，只能自言自語，同學們看到都覺得我是一個有問題的怪人。

突然，有個男孩用很快的速度衝了過來，我抬頭看着對方，原來是我班的同學允行。允行在自己的衣服袋中找出了一個錢包，給了我，讓我幫他拿着錢包，我和允行沒有聊過天，不熟悉，當我拿着手上的錢包想還給他時，我因為很久沒有和同學聊天，而不敢把想說的話說出來。我在心裡說：「加油！我可以做到的！」我勇敢地找到允行，我看着他的眼睛，他的眼睛十分兇猛，就像獅子看着兔子一樣恐怖，最後我也不敢去拒絕他，慢慢地坐回自己的座位，保護好錢包等允行過來取回。

我一邊等待允行回來，一邊繼續做功課。突然有個同學大叫，然後還哭了起來，老師看到後馬上走了過去問發生什麼事。那位正在哭的同學一心告訴老師她的錢包不見了，老師讓一心慢慢冷靜下來，想一想放在哪裡了，一心把整個書包和櫃子都找了好幾遍，老師讓一心說出錢包長什麼樣子，一心說：「是一個粉色的錢包，上面有很多小花圖案，裡面還有二百元和一張我的學生證。」我突然緊張起來，看看剛放在手上的錢包，這就是一心的錢包啊！有一個男同學大叫：「我看見一心的錢包在她手上！」我看着聲音傳過來的方向，就是剛給我錢包的允行，一心馬上跑了過來從我的手上拿回自己的錢包，還罵我是個小偷。

我聽見這句話時，眼睛禁不住流下淚水，一心看見錢包裡的二百元不見了，就一口咬定是我偷的，叫我把二百元還給她，我委屈地告訴老師錢包是允行給我的，老師不但不信，還說我是小偷和騙子。正當我不知怎麼辦時，一位天使從光芒中走了過來，把事情完整地告訴老師和一心，我看清楚她的樣子，原來是我們的班長有容，有容把紙巾給我，叫我不哭，她來保護我，我十分感動。最後允行也自食其果，被老師重重地罰，老師和一心也向我道歉。

今天，我因為不會拒絕別人，差點便成為別人的「替死鬼」了。幸好有班長幫忙，之後我也成功和班長成為朋友，亦讓壞人受到應有的懲罰。在這次事件中，我學會了合理地拒絕別人，不能讓自己身陷困境。

校園火警演習眾生相

4D 鄧曉晴

「思賢，你知道這一題怎樣做？我不太明白呢。」我對思賢說。那一瞬間，課室內突然響起了警鐘，隨著「鈴鈴鈴」的響鬧聲傳出，課室內的同學都被警鐘的鐘聲嚇了一跳，不少同學都因為受不了刺耳的鐘聲而用手把耳朵蓋著。

當時鐘聲不停，身邊的同學在掩蓋耳朵的時候，站在課室黑板前方高高瘦瘦的樊老師突然拍了幾次桌子，然後再跟我們說：「同學們，現在是火警演習的時間，請同學們有序地跟隨着我離開課室走到操場。」說完這句話後便走出課室門外排隊一起到操場。有些同學非常嚴肅地看待這個火警演習，從他們的表情上看得出他們十分緊張；有些同學還施施然地走出課室，表現出一副毫不在乎的樣子；有一位同學還擺出一副厭惡的表情，並一臉不情願地說：「根本就是浪費時間。」然後才慢吞吞地從課室裡走出來。

行樓梯去操場時，我們都一直跟隨着樊老師的腳步走向操場。路途中，我和同學們都有說有笑，有幾次因為談得興高采烈而哈哈大笑起來，樊老師便用嚴厲的眼神看著我們，面對著表情嚴肅的樊老師，我們都立刻閉上了嘴巴。

抵達操場時，訓導老師陳主任就在講台上講解今次演習的情況，排隊時看到大多同學都因為氣氛沉悶，而有各自不同的模樣。我身旁的一心神情嚴肅，站姿筆直，專心地聆聽陳主任的訓示。可另一邊的幼羚，卻站著打瞌睡，雙目無神地看著前方，更誇張的是那位同學旁邊的另一個同學已進入夢鄉了，他雙眼緊閉，頭向下垂，對陳主任的訓示渾然不覺。而在太陽的猛烈照射下，我只想儘快回到課室，繼續課堂。

演習完結時，陳主任目光嚴厲地說：「希望下次的火警演習同學們可以認真對待，不要再兒戲了！」訓導主任點評完是次火警演習的表現後，便指示各班按序返回課室。最後，火警演習總算順利完成，學生們都如釋重負，抹去臉上的汗珠，徐徐回到他們的課室了。

互親互助，助苦訴難。

今天的寒風甚是狂妄！讓我感到深入骨髓的冷冽，正在做功課的手和思考中的頭腦都失去了生氣，於是我走出房間找幾套衣服穿。突然聽到有人大聲地說：「你們這種學習態度，在未來要如何獨當一面！在社會上立足！」原來是我爸爸因成績問題而訓斥我的兩個姐姐，她們一位叫明一心，另一位叫明有容，她們的臉寫着憋屈，眼角的眼淚搖搖欲墜，身體因寒風和冷冽的氣氛而打着冷顫，她們靠攏在一起，意圖緩和「冷冽」。再被罵了幾句後，便滿臉憋屈地回到了同一房間，其實我知道她們在父母看不到的背後負出了諸多學業上的努力，卻沒有勇氣在冷冽的氣氛中說出口，而我也不能……「寒冷的冬天」中，她們在房間中互相訴苦，還隱隱約約聽到了哭泣的聲音，同病相憐的她們互相「取暖」，讓人唏噓不已……

隔天，她們的神情雖說不上精神煥發，但看起來確實好了不少；她們之間的關係雖說不上親密無間，但看起來確實親密了不少。現在她們會互相訴苦解憂，互相幫忙，互相解答課業上的困難，互惠互利，她們的成績也因此進步了不少，過往的生疏因這次的「寒冷」而消散得無影無蹤，取而代之的是親密。這「寒冷」給予的禮物，也不知道對她們而言，是福是禍？

幾隻「刺蝟」擠在一起由於牠們身上長滿了短刺，彼此戳痛了對方，所以不得不散開……

過親越戒，獨為所欲。

過幾天後，兩位姐姐的關係越發親密，因此她們之間的行為變得愈發無忌，肆無忌憚，開着以前完全不敢開的玩笑，還會拍打對方以示自己的開心。但我卻隱約看到了她們神情上的不悅，「寒冷」已被雙方身上的「溫暖」所取代，溫暖被雙方習慣，視為理所當然，彷彿打從一開始就存在一般，逐漸淡忘互相「靠攏取暖」的初衷，相互噓寒問暖的次數也逐漸減少，雙方身上的「鋒利短刺」逐漸取代並戳破她們之間的

溫暖，彷彿想將那一絲絲寒冷徹底抹殺一般，她們為了彼此的「溫暖」，而漠視了自己身上的「短刺」。

「短刺戳痛彼此」、「溫暖煙消雲散」之時終究還是來了。有一天，姐姐明一心不問自取地拿走了明有容珍藏的書籍來看，待她發現之時，為時已晚，書籍已被明一心翻頁翻到起了皺褶，書中還充滿着一心邊看書、邊吃零食時，所殘留的零食碎屑，映入有容眼簾的盡是書籍狼藉的樣子，她眼見如此，只聽她勃然大怒地喝：「明一心！妳夠了！」此時此刻，雙方因對方的僭越行為而深藏心中的不悅之情都爆發了出來，兩人邊爭吵邊扭打在一起。（彼此的短刺深深地戳痛了對方，短刺的疼痛之感完全取代了過往的目的：「溫暖」。）雙方消停了之後，她們切切實實地感到了疼痛，疼痛讓「溫暖」被取代，也讓她們無視了「寒冷」，她們逐漸疏遠，彼此散開。她們打起了「冷戰」，在「寒冷」的沐浴下，她們打起了「冷顫」，名為學業的寒風吹過失去名為互助的溫暖的她們，不由自主地打起了名為壓力與痛苦的冷顫……

打「冷戰」時，她們的關係逐漸生疏，比起之前的「寒冷」吹過之前的生疏，可謂是有過之而無不及，她們目光對視時，都會故意避開視線；她們即將從彼此身邊走過時，都會刻意繞道而行；她們除非必要之時，都不會對話。她們的疏遠也造就了名為互助之溫暖的消逝。「寒冷」逐漸摧殘着失去溫暖的她們，其成績也因此每況愈下，即使她們深知「溫暖」可以幫她們抵禦「寒冷」，但她們因忌憚着彼此的「短刺」而望而卻步，直至有一天……（寒冷的天氣又驅使刺猬們擠在一起，同樣的事情重覆發生。）

在一個全家人聚在一起吃晚餐的一天，姐姐們的互相沉默為本該熱情不已的聚餐帶來了一絲冷冽，氣氛都沉重了幾分，父母的表情也因為凝重了起來，桌上的菜餚彷彿失去了溫熱，就像她們一樣……「另一種寒冷」即將來臨。

吃完飯後，媽媽把姐姐們叫喚到了房間，只聽房間裏傳出媽媽的說話聲，只隱約聽到她：「妳們之前……妳們應該好好相處……不應逃避。」等調解話語，氣氛頗為沉重。被這次「較微弱的寒風吹過後」，姐姐們的關係緩和了一點，但也沒有像以前那般親近，可能是因為這種「寒冷」沒有那麼冷冽，也可能是因為上次的經歷而忌憚着彼此的「短刺」。這次的「溫暖」讓她們逐漸能抵禦那「微弱的寒風」，但考試即將到來，「寒風」越發冷冽，為了「溫暖」，她們「越靠越近」……

她們因為考試的寒風而靠攏，以取那名為互助互利的溫暖，談吐方面倒是和上次一樣，越發肆無忌憚，一個「寒冷」無比的一天，正是考試的前一天，她們糾結在一份試卷中至關重要的答案。糾結時，她們的聲音不斷升高，語氣越發憤怒，彷彿刺猥的短刺不斷靠近，她們最終吵了起來。但由於上次的經驗，那「短刺」並沒有太過「深入」，也馬上就遠離彼此，但也沒有直接生疏，吵架也慢慢消停了，之後也有再互相探討考試問題，既不近，也不遠。從兩次的「互戳」經歷來看，那根最長、最銳利的刺就是彼此的話語了。

以訓為戒，親而不越。

考完試後，姐姐們的成績各有千秋，重點是都有進步，她們都為彼此的進步而高興着，她們的自我努力，不足以抵禦「那深入骨髓的酷寒」，她們需要那互相幫助和互相傾訴而成的溫暖，但過度的親近反而會變成一把傷及對方的利刃（短刺）。而她們終於明白：既不能太近，又不能太遠，最好彼此保持一定的距離，一個能保持彼此溫暖，又不會被「短刺」傷及的距離，保持一定的距離，能保持平衡的位置，這是所有生物在諸多情景之下都受用的道理，而她們也找到了那個位置。但願她們保持明白這相處之道，而繼續相處下去。

我認為每個人在與人相處之時，都會變成一個「刺猥」，不可避免，人受到的壓力等負面之物皆可當作「寒冷的冬天」，而每個人都是獨一無二的，有着自己的作風、性格、立場、價值觀等……只要以上的獨特之物不合並強加在對方時，就可能會化為「短刺」戳向對方，人與人的互助互利，可成為抵抗「寒風」的「溫暖」，但不應因親近而僭越，應當處立於「溫暖」和「短刺」之間的平衡而適當的位置。

現在看來，這「寒冷」給予的禮物對姐姐們而言，既是禍，也是福。禍在：過於親近導致「短刺」的靠近而互相傷害。福在：多次親近、傷害和疏遠，讓她們切切實實地體會到了人與人相處不能過遠過近的道理，以此成長，以此為鑑。

親疏有衡，方可長情。



「我今天能站在這裡獲獎，除了要感謝家人之外，還有一位我一直以來都很感激的是——馬老師。」在昏暗大廳的講台上，被燈光投射著的得獎者挺胸站直，璀璨耀眼，他眼中並不是驕傲自滿，卻盡是感激之情。

我總是老師眼中愛發白日夢的學生，「不切實際」就是老師經常對我的評價。所以當馬老師成為我們班的班主任的時候，心中是沒有波瀾的。

聽到同學之間的談話，「馬老師罵人很兇」，我心裡默默打上了「古板、兇狠」的標籤，看向馬老師的時候也不自覺戴上了濾鏡，我低下頭看起了書，想著減低存在感，結果「同學你也看這本書嗎？我也有看。」我有點驚訝「這本書很冷門呢，想不到居然遇到同道中人！」她有些激動道。

這小插曲沒有踏起甚麼浪，馬老師卻帶來了色彩填滿了我們的內心，授課時她會以幽默方式去演譯，死板的文字在她口出變成了形聲形繪的畫面在腦海運行，我們如埋在泥土中的種子，她似風般帶來許多見聞趣事，鼓勵我們探頭看看；但是，人總是想忙裡偷閒，在舒適圈的我們對於小測功課等總是馬馬虎虎，本以為馬老師出的小測也就是從網上蒐集的時，在圖書館的我卻瞅到馬老師在認真地書寫中，出於好奇我再一看，視線卻與她視線對上了，她露起笑容招手示意我過來，「老師這是在？」我竟忐忑竟好奇問「在構思題目，畢竟你們做的小測我想給你們有不同類形的，未雨綢繆嘛！」「這不辛苦嗎？」「有些吧，不過如果你們能認真做的話我就很滿足了。」這麼一說，都使我無地自容了，她卻忽然注意到我手中的書，「這本書我也有看過呢，話說，你的寫作手法和他有異曲同工之妙呢！」我頓時感到不妙，老師總是說我天馬行空而不切實際，本以為又是一頓勸說時，「你的底子不錯，想像力豐富，我放學正好有時間，我們來一起研究！」只是小小的讚美，卻無疑給了我很大的認同。

事後，我和馬老師開始熟絡起來，對於老師的教學我是很感激。我本以為埋在泥土下的種子，不曾被注意，但馬老師細心發掘到我，並且悉心栽培，讓我能茁壯成長。馬老師，謝謝你！

唐老師是我最敬愛的老師，他不喜歡說大道理， 從他平日待人接物，我體會到中國文化可貴的一面

5A 黃洛珩

遠處走來一個人，他有及肩的頭髮。每走動一步，衣擺便形成一個好看的弧度。月牙白的長袍款式結合了古裝和民國的服裝設計，胸前幾顆恰到好處的金色祥雲盤扣，衣衫上的花紋看似簡單，卻處處透著精緻，而且那花紋並不是機械所做出來的，而是手工刺繡，這人彷彿天生適合白色。另外，他姿態輕盈，光是走路都與別人不同。氣質溫文有禮，說話不疾不徐，讓人很想聽他教書。這一身衣衫，當真與他的氣質尤其吻合，看了便叫人移不開眼。潔白無瑕的古裝在他身上那樣自然，即使周圍的用具都是現代才有的，但是卻一點都不會顯得突兀。這個人便是我最敬愛的唐老師，他教會了我很多。

首先，他教會了我不恥下問。還記得當時我和同學、朋友在聊天，我們聊小說、動漫和音樂遊戲的角色，老師並沒有接觸過，但是他會主動問我們是甚麼，甚至為了與我們有共同的話題，課後會花時間去了解我們喜歡的東西。遇到我們有其他學科不懂的地方，他會主動和我們一起研究，雖然他不懂，還會反問我們，但他不會因自己是老師的身份而不會和我們溝通，這是與其他大多數老師不同的地方。其他老師可能看見我們在聊這些話題，便只會讓我們專心讀書，不要看這些沒有用的東西，專注於學業。

另外，他教會了我要有仁愛的心。有一次，我的朋友因為成績大幅下降而感到傷心並害怕被唐老師責罵，但唐老師並沒有，他會詢問是否有甚麼原因，然後給予幫助，例如：輔導功課。甚至會認為問題可能出現在他自己身上，下課後問學生有沒有他說得不清楚或不懂的地方，然後他再作出改善。當時他那雙眼睛裏，盛著星光，嘴角帶著溫潤的笑意，彷彿不用說話也能安撫到別人，有著這樣的魔法，讓人變得安心起來。其他大多數的老師只會責罵，不會像唐老師這樣。他甚至看到學生愁眉苦臉，會主動關心學生，彷彿上帝將所有的溫柔都賦予給他。

除此之外，他教會了我，我認為很重要的一點，就是學海無涯。我們作為學生，我們經常抗拒學習新知識，認為小息、午膳應該休息，

功課回家再做。回到家後，不會在另一天早起床或早點回校溫習。但當我看見唐老師，我便感到有些羞愧。有一天，午膳看見唐老師坐姿筆直在桌上練習書法，氣質從他的骨裏滲透出來。本來只是在想唐老師寫書法真厲害，不愧是中文科老師，但後來才知道唐老師每天放學後，會學習不同的興趣，除了學習含有中國文化的興趣，例如書法、中國古典舞等，還會學習其他學科的知識。我心想我們做一份功課等同老師需要批改一整班的功課，比我們還要累，但他能做到不斷學習新知識，做到學習無分年齡，我自愧不如。

唐老師是我最敬愛的老師，他不喜歡說大道理，從他平日待人接物，我從他學懂最多的就是不恥下問、仁愛之心以及學海無涯，他還有其他值得學習的地方，我藉此體會到中國文化可貴的一面。我相信我慢慢日積月累唐老師平日的待人接物，一定能有所收穫，希望有一天我能成為像唐老師這樣的人。



旭日初升，太陽餘暉向上升，不再「隱藏」於山後了！璀璨的驕陽總只會於日間出沒，而在晚上時卻偏偏要隱藏於山後，雖然這能令人於夜間更易安睡，但卻沒了光明……

其實每個人都一定會有不少想隱藏的秘密或者事件吧！而「隱藏」是好還是壞呢？就如現時正值新型冠狀病毒流行時期，人們已不會於街道上看到昔日的臉容了，只看到每個人都戴着口罩，昔日的笑容都只能從臉上不被隱藏的眼睛看出。口、鼻子和臉頰都被口罩隱藏着了。演藝行業亦因此迎來種種的困難，一套戲沒有演員的五官配合，只有靈秀的雙眼給觀眾感受，根本不能置身其中，所以演藝業也停頓了一時。不論是演戲還是現實生活中人與人的相處，都需要觀看着對方的五官才能感受到對方所表達的，可是現在卻只能在飯局或者室內才不用隱藏。不但減少人與人相處的最真實感受，更阻礙了很多想流露的感情……

或許你會說：「這樣隱藏不就沒有好處嗎？」其實隱藏的好處不是真的為了隱藏，是為了保護或者安全。

現時配戴口罩是為了保護自己，防止自己患病，但卻有很多人過分依賴口罩。相信於這個時期都會聽過「口罩美女」或者「口罩美男」吧！很多人都會因戴着口罩藏着自己的鼻和口而感到更自信，從而便漸漸開始厭惡自己不戴口罩的樣子，而不敢面對。吃飯時都不敢除下口罩，不敢給別人看到自己沒戴口罩的樣子。這些人為了只留自己心中的最好一面給別人，但卻埋沒了自我。我相信每個人都有不同的美，不論從心而發或是樣貌而所散發出的自信都應令自己感到驕傲，要知道每個人都是獨一無二的，樣貌即使再好再差都不應討厭自己。自信比任何事物都美，不應過度依賴口罩，應在須保護時才適當配戴，不要讓口罩埋沒或隱藏了自我。

說到安全，通常便會想起私隱吧！很多人為了隱藏私隱，都會不惜一切吧。就如很多有名氣的人，若他有了一定的知名度，便會有很多人開始討論他或者探討他，而其實知名的人與我們平常人一樣，只是一

個普通人，他令別人知曉了他，便自然會有很多人好奇他這個人或者他的生活。可能你會說：「既然他在這一行業，就早應預料到會被別人知曉他的事吧！」沒錯，或許他根本不介意！適當的其實不過分，但卻偏偏有些人很喜歡將別人的私隱公諸於世。其實若做了當之無愧的事並不會慌張。

亦有些人卻偏會借着「隱藏」來欺騙別人。有時候當人有缺點時，都只會選擇隱藏起來，為求使別人看不到自己壞的一面，但其實真的能夠隱藏到嗎？就如某些知名人士做了些欺騙觀眾的事，而更不停手，在觀眾面前隱藏自己所做的事，並以另一面面對觀眾，以虛假的心去做事取得觀眾的信任。最後，所獲得的信任越大，失望亦越大，隱藏的事最終都被揭穿，令他身敗名裂。明白人一定有很多自己不想再想起或討厭的事想隱藏於心底裏，但其實不應隱藏於心底蘊釀，如上述例子，即使你有多想隱藏，其實都會一點一滴地漸漸顯露出來。

其實隱藏不是錯的，只是隱藏時亦須懂得改變、懂得面對。每個人想隱藏的事都不一定能完美隱藏，如太陽於夜間總隱藏起來，將自己所想隱藏的事彌清一下，勇於面對，因太陽始終都會於日間上升，事情始終不會隱藏得完美，就勇敢嘗試、改變或者面對吧！正面面對自己，不要埋沒自我，這才是最真實的自我！



人生裏，我們定必有不願被他人知道的秘密。那些林林總總，想要隱藏於深處的事，如寒風刺骨般的痛，亦猶如子彈般的兩點。重重的烙在我的心裏，但我一直費盡心思把它們掩蓋，不斷的偽裝，謊言又蓋過一個謊言，令「它」不會曝露。

在家人、師長和朋友眼裏，我是一個樂觀且豁達的孩子。成績不用父母過多的憂慮，師長也總交託許多不同的職責給我，在朋友眼中，我更是一個直率、爽朗的「開心果」。「一心，她可真是個好孩子呢！」從稚時開始，身邊人就好像一隻拉線聲帶娃娃般，只會對我說這句話。當我拿着那一張張的獎狀，捧起那大大小小的獎盃時，那些數之不盡的稱讚傾盆而來。但只有我知道那獎狀的重量，如何把我推向萬尺深淵。

「如果我做不好了，是不是別人就會對我失望，以往的所有是不不是就會幻滅？」心裏總是有這種想法的我，某天，情緒就生起病了。我開始對所有事充滿無盡的焦慮，心裏那半點的樂觀也煙消雲散。不出所料，這次學年試我失手了。所有人都十分擔心我的成績，但我仍然假裝很豁達的樣子，令他們不發現我的憂慮，令我仍是一如既往的樂觀。在別人眼中，我的天空只是下了一陣牛毛細雨，可是他們不知道的是那陣雨是一場鋪天蓋地的大雨。對着他們連番慰問，我總是笑着回答：「沒事的！下次我會做好。」我不知道到底是怎樣的勇氣給我偽裝自己，但求用謊言掩蓋這段噩耗，那股忐忑不安，那般痛定思痛，仍然阻止不了我隱藏這件事的決心。夜裏，把所有悲痛化成淚水，向床訴說一切。網絡上，有許多相同經歷的知音人，他們分享自己徘徊在告訴別人與否的十字路口上，最終甩開大步，勇敢坦率地把自己心裏的忐忑告訴身邊人。不是我想惶惶不可終日，我更不想活得「躡手躡腳」，但對我而言，隨心所欲實在是一件天大的難事。

告訴家人，代表會把本來只關於我的驚悸給予我至親的家人，令他們不能安心釋懷。但我實在不想家人因為我而憂心，不想他們多了件花費心神的瑣碎事。告訴師長，會令他們覺得我是一個能力不及他們所望的學生，隨之便會不再交託職責給我。若果他們對我失望的話，叫我

怎能暢所欲言自己的焦慮給他們呢？告訴朋友，看似是最易開口的一個對象，但其實絕不是，雖然他們會看出我茶飯不思，但我相信我的偽裝會令他們減低疑心。騙過了他們，卻騙不了自己真實的內心。他們總是再三問候，對我連番慰問，我仍一直欲言又止，半句話也道不出來，「隱藏」似乎只有零次和無限次。

從開始隱藏自己的內心想法時，天空彷彿灰朦朦般，連雲也日益漸重，直至下起滂沱大雨，把大地萬物所有一下子浸蓋，亦把我隱藏於這片「高樓大廈」之中，失去脈搏、失去了本屬於我的一絲溫度。

內心裏，那股痛定思痛的痛楚，仍然一閃一閃的跳動，沒有當時那樣的疼痛，但習慣隱藏以後，「疼痛」變成了一種道不出的感覺。抱歉隱藏自己內心的擔憂，抱歉因隱藏而謊話連篇，抱歉因隱藏而欺騙了至親。

願有一天，漫天的濃霧會逐漸消散，離我而去。把我內心的想法，那般擔憂盡顯在他人面前，將千里冰封的內心送回萬物復甦之時。儘管痛楚仍然銘記於心，但偽裝、隱裝、說謊實在太累人了。有一天，我終究會鼓起勇氣，將「它」不再隱藏，令我再次感受生命的溫度。



「並非看到美好才選擇出發，而是堅持不懈地走下去才能看到美好的一面。」這看似平平無奇的句子卻成為了我每天燃燒自己的動力，深深刻印在我腦海中，引領着我積極邁步前行。

我從小就是一個無心向學、整天遊手好閑的人，自自然然在學學習上被人大幅拋離，儘管這樣我依然不願學習，認為也是徒勞無功，便隨意讓自己的沙漏流逝，繼續渾渾噩噩地消磨下去。

直至遇見他，他猶如穿過玻璃和窗簾透射出來陽光，照耀着放置在角落欠缺打理的小花，為小花提供上的新的養份。他個子不高，穿着樸素簡單，使他在人群中並不起眼，但他那和藹可親的笑容使他平易近人。雖然他沒有教導我任何科目，但他卻認真地注視着我，「你打算以後都像這樣把時間浪費嗎？」我當時反而是驚訝，「明明他沒有任教我，為什麼還要管我？」疑惑的聲音在腦海中思考，正當我打算反駁他時，欲言又止，把說話硬生生吞回去，簡單敷衍一句「知道」便離開了。

不過他卻沒有打算放過我，一次又一次地把我攔下來，像機械人一樣不斷重覆這句說話，終於我忍無可忍發問了一直以來的問題「為什麼要一直纏着我？」他也說出了心底話「你是認為現在這一刻沒有收穫才不努力吧。」我受寵若驚，在簡單的談話後得知他都會把心思留意學生，好好注視着他，而我也打開了名為心扉的門，吐出了我一直以來的想法和心聲，而他也通過行動去教導我「堅持」，默默地燃燒自己照亮着我，而我也決定改變自己，開始重新拾起課本，尋找着目標前進。

這不就是我們一直嚮往的老師嗎，在不經意間在背後推動着我們前進，總是默默耕耘，通過不斷燃燒自己去為學生照亮和引領學生前進，老師已經不再是不顯眼的存在，已經變成了光彩奪目，老師的付出已經數之不盡，而你通過他的堅持也令到在角落的小花綻放開來，變得色彩鮮艷、茁壯成長，你通過堅持令我作出改變，我也會堅持你的教誨前進着，老師，謝謝你！



站在頒獎台上的滋味，不該如此

5C 馬彩莹

「站在頒獎台上的滋味，不該如此。」我心中暗暗嘆息。面對台下熱烈的掌聲及歡呼聲，我勉強擠出了一個笑容與校長合照留念。看着手上沉重的獎盃，腦中卻仍浮現一心在急症室被搶救的樣子。「都怪我。」心中內疚的聲音一直徘徊在腦海中。

三天前，一心和我受班主任的推薦，成功代表我校出戰了一個全港性的比賽，原因是我和一心在全校的「動物觀察日」中以接近百分之一百的準確率描寫出各動物的行為、眼神、叫聲及想法，又討得各動物的喜愛，更有人稱我們為「動物大使」。這一切都歸功於一心，她從小便喜愛閱讀有關動物的書本，對大部分的動物習性都瞭如指掌，而我只是碰巧與她站在同一隊，沾了她的智慧才獲此稱號。收到比賽資料後，我們便立即開始準備，比賽與校內舉辦的大約一致，只是觀察地點由渺小的學校改為龐大的海洋公園，而觀察對象亦改為了一心不太擅長的海洋生物，與貓狗不一樣，海洋生物不會坐好供觀察員研究，雖然報名表上仍有寫明將觀察像北極熊、企鵝等較簡單的動物，但我和一心想在這次的活動中取得第一，便日夜刻苦鑽研魚的習性，一心比我更努力，不分日夜觀看有關魚類的紀錄片，只期待着比賽的到來。

到了比賽當日，我們在老師的帶領下與活動的主辦方集合，連同幾百個香港各地學校的學生一同進入海洋館。進去後，主辦方便為我們派發任務：在館中尋找三種魚類，加上企鵝作為這次的觀察對象……。聽到這裡，我看到其餘人都面露難色，只有我和一心相視一笑，大家不約而同地伸出拳頭擊拳，大約是覺得之前的努力沒白費吧。主辦方接着講解評分準則和遞交方法，我和一心都將此銘記於心。

直到宣佈解散後，大家紛紛衝向最容易的企鵝方向前去觀察，而我和一心則是慢悠悠地留在海洋館解決最難的「關卡」。我和一心分頭行動，一人先尋找三類魚類再寫觀察報告，最後才一起去企鵝所居住的範圍一起討論。和一心分開後，我巡視了一圈，才找到了富有特色的牛奶魚，我在筆記上清楚描述了有關牛奶魚的習性、大小、居住習慣等資料。大約一個小時後，我和一心陸陸續續都寫完三份報告，最後發現我的報告還有許多不足之處，只有牛奶魚的報告稱得上完美。隨後，我們一同前去企鵝館，企鵝館的工作人員見我們是來寫觀察報告的，見四處

無人，便帶我們前去與企鵝作近距離接觸，更有利於我們的報告。由於觀察較靜態的動物是一心的強項，所以在企鵝的報告上我也沒幫太大的忙，只是加了一點建議在報告上。「四份報告有三份都是一心獨立完成的，相信她肯定很想靠報告站上獎台，享受靠自己而帶來的殊榮吧。」想到這裡我不由拉着一心上山玩機動遊戲。由於這次活動是自由活動，參賽者只要完成任務便可自行選擇留在園內或回家。距離閉園還有三個小時，我拉着一心到處玩，把整個海洋公園玩遍了，直到閉園才肯離開。

我和一心拖着疲倦的身體走出海洋公園，忽然，我看到馬路對面有巴士能一程到家，我迫不及待地丟下一心衝向馬路，眼看仍是紅燈，但我不顧一切地跑向尾班車。突然，眼前一陣強烈的白光，我感覺有人推了一下，我重重地撞向地面，只見一心側躺在我身邊，頭上不斷流出鮮血，看到這裡，我便昏在了馬路中間。

再次醒來，已是在病床上，身上沒有大量的繃帶，只是手臂和背部有嚴重擦傷。我辛苦地起身走出病房尋找一心的身影，只見一羣人手忙腳亂地來回跑，直到看到剛從廁所出來的媽媽我才知道，原來我不顧一切向前跑時，一輛私家車衝向了我，是一心在後面追趕着我，一把將我推開，自己卻被撞至重傷，現在還在急症室搶救中。聽到這裡，我開始責怪自己為何這麼衝動，明明是自己的過失，卻是一心為自己承擔，我強忍着淚水回到了病房養傷。過了幾天，我的傷好了，一心也成功被搶救，但仍然在昏迷狀態中，我在病床旁依依不捨地看着一心，但是今天我一定要回校了，因為今天是重要的日子。

回到頒獎台上，校長慈祥的笑容掛在臉上，她很開心我能獲得這個獎項，由於一心在醫院，所以在遞交報告時，未能及時提供身份等信息，故此，該比賽獎項由我一人獲取，我看着校長，眼裏卻沒有一絲喜悅，腦海中滿是一心責備我的樣子，我痛恨自己作出衝動行為，令本應得到獎項的一心躺在醫院，未能接過她應有的殊榮。

到了晚上，我看着床邊的獎盃久久不能入睡。忽然，我鼻子一酸，眼淚從早已紅通通的臉上滾下來，浸濕了被子，心中無限的內疚在這一晚被無限放大，大大的獎盃在床邊顯得如此奇怪，像是我搶來了本不屬於我的東西，而獎盃的主人卻不知情。想到這裡，我再也忍不住，在被中哇哇大哭起來。那一晚，我整晚處在愧疚之中，久久不能自拔。

「一心，對不起。」



安靖鎮是成都二環中的一個小鎮，在多年之前為在成都工作我便在安靖鎮租了一個房間。那段時間歡樂得很！如今又有機會回到這相處過一段時間的地方。

在緩緩地向村裏駛去的大巴上，除了呼吸聲和汽車引擎聲便沒有任何的聲響，我不禁緊了緊身上的外套，仿佛整個空間都下降了幾度，我看了看旁邊正沉醉手機中的少年，他極力的「廝殺」卻沒法擊破此刻的「冰面」。我轉過頭，透過小孔望向窗外，望向不遠處的小土丘，思緒乘着時間的逆流回到那一天。

大巴搖晃着，它蹣跚的樣子帶着一分呆萌。當我欲繼續流連窗外光景時，一聲直率的問候打斷了我，「嘿！娃子，你到哪去？」，我回頭望去，一張大圓餅出現在我面前，孤頂無枝，仿佛一但站立於頂便會滑倒，笑面慈悲，有如彌勒佛再世。「先生，我要到前面的住宅區。」我看着他的眼睛，在黑色的瞳孔中看不到一絲雜質，正當我打算打量他時，他爽朗的笑聲把我打斷，「哈哈！我看你也不過二十出頭，這就出來打拼了？我呀，住那的時間也不短了，等會帶你去周邊看看，話說……」。短短的一段路讓兩個陌生人熟絡起來。

大巴停了下來，我看着在單調的大巴旁拿着行李的男性，他帶笑容向我揮着手，整個和諧畫面使人心境平靜。我們從車站去到我所租的房屋，路程不遠，只需數分鐘便能到達。古舊的紅磚外牆，古式瓦片如同魚鱗一般排列，密密麻麻的爬牆虎佔領整個牆身，穿過舊式的木門，內部純白的牆身，木製家具傳來陣陣香味，它們純樸的身影安安份份不帶一絲雜亂。當我沉醉於此刻的寧靜，一道高呼打斷了我，「走了！出去玩吧！」他的眼神堅定，動作雀躍。

離開房子，往鎮中心走去，晴天開朗，陽光打在綠地上，微風吹撫着青草帶起沙沙聲，一步一步向前走，耳旁不時傳來蟲鳴，旁人的聲音，不遠處出現一條溪流，在溪流之上有一座木橋，橋上的扶手已經長滿了青苔，基本看不到木色，只有它們的顏色。繼續向前走就已是鎮中

心。一個小廣場上站滿了大媽隨着音樂起舞，廣場右邊是一個小市集，明明不大卻如同鬧市……

我走下大巴，默默地推着行李走在曾經走過的路，回頭看去卻只看到板着臉的行人和大巴上知名明星與他們代言的產品。我從車站去到我所租的房屋，車程不遠，只需數分鐘便能到達。我看這近現代風格的房屋不禁苦笑一聲，穿過冰冷的鐵門，看着白色的牆身，空氣中傳來一陣陣消毒水的味道，掃視一圈卻看不到那純樸的身影，回頭望向大門仿佛聽到「走了！出去玩吧！」我堅定地踏出大門。

往鎮中心的路上細雨，漫步雨中，雨水打在嬌生慣養的草地上，看着路邊的工人，聽着風的號叫。繼續向前走，不久，卻看見那廣場上巨大而繽紛的廣告牌，我回頭看着來時的路，苦笑一聲便回去了。

時間總推着人們向前走，越走越快，一但習慣便無法回頭，但我還是喜歡以前的慢悠悠，因為可不用為會被新人取代工作而擔心。有更多時間面見舊時好友，不會忘記任何一人一事。在日復一日，年復一年，朝九晚九的生活中思緒已變得零亂、身體已變得麻木、內心已變得冰冷。忘記了甚麼是真正的樂、忘記了甚麼是真正的我、忘記了甚麼是真正的情。與好友同樂、獨身一人的勇氣、親切的陌生人，一切也不再會記得。



這天，我在整理雜亂無章的房間時，翻出了一個意外的收穫——對我意義重大的一張合照，勾起了我一段又一段的回憶，原因在於這張相片不但記錄了還未遺失感情的我，而這張相片背後的故事亦讓我切身體會到一個至關重要的道理。

「人與人之間要保持適當的距離，如果距離太近，便會發生相斥，被迫分開；而距離太遠，便難以發生相吸，難以再縮短及修補彼此之間相隔甚遠的距離。」不知是巧合還是故意，從小時候開始，這些道理總是會像路邊的花草般出現在我的視野之中，然而我只會給這些花草澆水，不會給予細心照料，不為甚麼，可能只是單純的想和這個世界鬥氣吧！畢竟人總是要在失去後才能成長、學習、吸收前人的錯誤、反思、反省，作出改變。而我亦不例外，未失去一切的我還只是一個天真的小男孩。

在我的中學生涯裏面，因為不擅長社交，以及其他複雜的因素導致我在中學生涯前半段裏未曾嘗試真正地擁有一段友情。校園生活的大部分時間我都只能與自己的影子共舞，被孤獨以及空虛填滿我的心室。我的中學生涯幾乎只有一個人上學、一個人上課、一個人吃飯、一個人回家的經歷。如同孤高的掠食者棕熊一般，孤身一人地生存。同學們彷彿都不當我存在一般，不予以關心、不予以社交、不予以搭話、不予以理會。我曾經嘗試跟這種詭異的氣氛作對抗，但最終都因為無力感而被迫放棄。然而有一名以轉學生身份出現的女孩打破了這個困境。

我本來以為她會受到大家的歡迎及喜愛，未曾想到她卻跟我一樣陷入同一個狀況。一開始，她就像曾經的我一樣，嘗試和同樣詭異的氣氛作對抗。但和當時的我一樣，在一次又一次的失敗之後，漸漸地，她失去了她原有的鬥志，最終跟我一樣成為了可有可無的佈景板。唯一的差別，大概就是上課時她會選擇睡覺。

第一次和她有交流是在一次分組活動中，當時的我和她都是貨架上少數無人問津的特價貨品，其他同學都已經分配好組別。不知是出自同病相憐，還是無中生有的自信及勇氣。我竟敢主動邀請她，自成一角。

「嗯……好吧。」

這是我第一次跟她的對話。雖然很簡短，卻帶給我精力充沛的感覺，這大概是我第一次在中學校園中跟老師以外的人說話了。這次的對話為我灰暗的校園生活抹上了鮮豔的彩色顏料。雖然在分組活動的作業中，我們並沒有過多的交流就結束了。但我卻依然因為這短暫的相處而感受到久違的幸福。

在接下來的一次分組活動中，我本來還打算再找她組隊，卻沒想到……

「可以再次跟我組隊嗎？」

被邀請的興奮、被邀請的錯愕、被邀請的感動。在瞬間湧上了心頭，久久未能散去。而這一次的活動中，我們之間多了很多的交流。彼此都更深入地了解對方。

「我的夢想是站在舞台之上，沐浴在鎂光燈之下，用結他彈奏出最美好的歌曲，送給台下萬千的聽眾。」

和別人談夢想的愉悅、了解他人的興奮、分享自己想法的快樂，再一次衝擊我的大腦。而這個感覺，在數不清的日子之後，仍然烙記在我的腦海之中，記憶猶新。

在一次又一次的交流、一段又一段的相處之中，我們逐漸變成了無話不談的朋友。彼此走進了對方枯燥乏味的校園生活，為對方的黑白畫作填上了一種又一種的顏色，使其變得五顏六色。在這個冰冷的世界裡面，兩個孤獨的靈魂相遇，產生的是無盡的溫暖。我曾以為這段關係能至少持續到畢業為止，然而這一切的美好遐想終究只能存在於幻想之中。

不久之後，有關我們之間走得太近的緋聞如同雨後的蚯蚓般從地底漸漸冒出地表。一開始，我們不打算給予理會。但沉默會使他們更上頭，最終，這件事演變成欺凌事件。

「我決定好要退學了，全心全力投入音樂發展之中。」她臉帶憂傷地說。

將要分別的依依不捨，得而復失的悲傷，甚麼都做不到的無力感，甚麼都沒有做的自責感。如同一把電鋸般，鋸開了我的胸口，並刺穿了

我的心臟。留下一個大洞，伴隨而來的是空洞的空虛感。我們彼此之間，因為沒有保持適當的距離，最終被迫分開。此時的我，才漸漸體會到那個道理的前半段。

在她即將離開學校的最後一天，她帶着我和她的結他偷偷闖入了禮堂裡，舉辦了她的第一場個人演唱會。而我，正正就是她的第一位聽眾。

在禮堂這短暫的時光中，是我中學生涯中過得最快樂的時光。她彈奏的短短幾首歌，似曾相識又帶有一些不同之處，她彈奏的全都是我喜歡的曲目。而其中，卻灌注了她的個人情感，使其變得獨一無二。而我手上握着的這張合照，便是在這短暫的美好時光中誕生的產物。其實當時還拍了很多其他相片，但因為沒有第三者的幫助，使得大部分拍出來的相片都不盡如她意。最終只拍到一張滿意的相片，而這張使她滿意的相片便是我手頭上握着的這一張。

「最好的這一張留給你，要永遠記得我和這一天！」她微笑着說。「我當然會的。」

之後，我又回到枯燥乏味的校園生活，充滿色彩的畫作褪色回歸到最初的黑白色。我依然是畫作中的棕熊，唯一不同的是，這一次我下定決心要以成績證明自己，尋找我那鋒利的利爪。失去重要的事物能促使一個人成長改變。在體驗到那段道理的前半段後，我不敢再和別人走得太近，這是我的改變，而長出利爪的棕熊，是我的成長。

「錯的不是我，而是這一個不公平的世界。」那張相片是我埋頭苦讀求分數的過程中，被埋沒在書堆之中，等待着心血來潮的我，在寶藏庫中找出這一份最具價值的寶物。當時的我曾為此傷心了數個星期。不安感、失去精神依靠的感覺。如今的我依舊不敢回想。

如今的她，早已成為小有名氣的結他手，尋找她的聯絡方法並非如同大海撈針，然而看着眼前的撥打電話按鈕，我卻一度陷入猶豫。她可能早已忘記我的存在，或者早已不再需要我的存在。在不經意間，我按下了撥打鍵，我既想中止，又不敢中止。隨着電話傳來的嘟嘟聲，我的心臟越跳越快，會接通嗎？會無人接聽嗎？電話那頭會是她的聲音嗎？電話那頭會是另一把聲音嗎？遺失感情的我卻依然能感到這種不穩定因素帶來的緊張。

「喂？……」電話傳來的是熟識的聲線。

這個短暫的通話在尷尬的問候、聚舊及一問一答下結束。不擅長社交的我，不懂得縮短電話線之間的距離，在時間的洗刷之下，彼此之間的認識、感情都被沖淡。即使是舊時相識，也難以再次拉近距離。而我和她的人生，以後大概會像平行線一般，永不會再有交集了。

友情就像一匹布料一樣，雖然平時很堅韌，但總會有一個缺口。一但被撕開，便難以完美地修補，完好如初，即使心靈手巧地作縫合，仍會留下修補的疤痕。如今的我，完整地體驗到「太近相斥，太遠有隔閡」的道理，在她離開之後，我本以為鎖着我的感情在心中、不與他人走太近便不會受傷，然而一切的美好遐想又再次只存在於幻想之中，回憶過去依舊會受傷。現在的我，只想再次擁有一段友情，這一次的我，一定會找到不遠不近的距離，只可惜我心中的鎖早已因為寂寞太久而生鏽，唯一可以解開心鎖的鑰匙也早已被折斷。如今的我，只能看着這張相片，回憶當初感受過的情感，耿耿於懷從前的友情了。

「錯的不是這個世界，而是懦弱無能的我。假如當初的我在她離開之前，與她保持聯絡的話，這段關係便不會演變成如今的這個狀態、這個距離、這個困境了。」

眼淚從眼睛流下，自卑感、自責感、無力感再一次填滿我的眼袋。眼前這一刻，放眼望去全都是象徵悲傷的藍色色調，平日細心照料的植物、寵物卻顯得很健康，彷彿以我的這些情感作為糧食，但即使如此，它們也不能驅趕我無盡的悲傷。現在的我，只期望我可以打開早已生鏽的心鎖。



唐老師是我最敬愛的老師，他不喜歡說大道理， 從他平日待人接物，我體會到中國文化可貴的一面

5D 蔡子澄

「唐老師是我最敬愛的老師，他不喜歡說大道理，從他平日待人接物，我體會到中國文化可貴的一面。」根據以上一段描述，試記述唐老師的言行，抒發你對他的感情。

唐老師是我的中文老師，他瀰漫着一股文質彬彬的氣質，他鬢角花白，頭上還有不少的銀絲，他就是我最敬愛的老師，雖然他不喜歡說大道理，但是從他的言行舉止中也能感受到中國文化可貴的一面。

唐老師在其他人眼中可能只是一個平平無奇的中文老師，但在我眼中卻不是。有一次，學期考試結束了，剛好之後有一節課有老師請假，找了唐老師代課，當時我的反應是喜悅的，因為這就代表我有一節課堂可以揮霍了。本來他走進來坐下叫我們安靜地做自己的事，當時我看到他端坐在椅子上，從容地從他的公事包內掏出了中文科以外的書本，我以為他有任教中文以外的其他科目，我就沒有多想，繼續和同學們揮霍這一節課。「叮噹」，響亮的鐘聲響鳴了，他再再地收拾好他的東西，但是我的好奇心使我不由自主地走到唐老師的身旁並忸怩地問唐老師他還任教甚麼科目，殊不知唐老師竟說他看的那些書本是教科書以外的書，是關於心理學的書，我當刻的反應不僅是驚訝，竟然還有一絲的愧疚，身為學生，竟不好好珍惜可以學習的時間，還在揮霍光陰。而唐老師就即使為人師表，但仍然不會自滿，不斷學習，增值自己。在唐老師身上，我看到了好學不倦的態度。在這一件事發生後，我就更加留意唐老師那體現中國文化的一舉一動了。

一心是我這個年級中眾所周知的學生，為甚麼這樣說呢？因為她成績出了名是差的，但她卻有一顆不願放棄的心。「老師們通常都只會留意成績好的學生吧！」一心在小息中失望地說，所以她基本上也不會主動去請教老師。在其中一節中文課上，唐老師走進課室，手上拿着一些沉甸甸的模擬試卷，我看到這些試卷時，轉過頭已經看到一心一臉想放棄的樣子了。唐老師分發後就叫我們自己做，有不懂的問題就舉手問他。在每個同學都開始做時，唐老師徐徐地走到一心旁邊，一心當刻

以為唐老師要責罵她了，因為她考試卷也考得不好，現在模擬試卷也不會做，但唐老師不僅沒有對一心說任何責罵她的說話，他還耐心地在一心旁邊指導一心，即使教了兩遍、三遍，唐老師也保持耐性，沒有一絲的煩厭。唐老師就像一道曙光，照亮了一心，推翻了一心之前所說的那一句「老師們通常都只會留意成績好的學生吧」，唐老師就像古時有教無類的孔子，不會因為某位學生愚笨或成績差便不願教學，並對他有偏見，這種美德在現今是多麼的可貴呢！

有一次，因為我在小息快結束前才發現自己忘記去添水，那天剛好我喉嚨也不太舒服，像被針刺中喉嚨一樣，所以我便焦急地去了飲水機添水，然後再急促地回去教室。殊不知我因為太焦急的關係不小心和唐老師撞上了，當時的我惶恐不安，不知所措，我本來已經準備好唐老師大發雷霆了，因為唐老師的恤衫已經被水弄得濕透了。但唐老師不僅沒有大發雷霆，他還十分體諒我的喉嚨痛，面帶笑容地說不要緊，他就像天使一樣。唐老師總是會設身處地，為他人着想，對於他人的過失亦多寬容體諒，在現今社會注重個人利益的風氣中，這種推己及人的美德真的是值得學習。

唐老師是我最敬愛的老師，雖然他不喜歡說大道理，但他卻像燈塔一樣照耀並引導着我，從他的言行舉止中，深深體會到甚麼是好學不倦、有教無類和推己及人的美德，令我獲益不少，從唐老師的身上我深深體會到中國文化可貴的一面。



我相信每個人都會看過、試過、用過許多鑰匙，有郵箱的、房屋的、保險櫃的。它們似乎早已和我們的生活融合無間，令我們忽略了這平平無奇的鑰匙，可它其實與我們夢寐以求的成功息息相關。只要我們沉心靜氣地細看鑰匙，就能發覺兩者之間共同點，亦是成功所需元素：有目標、方法、決心、堅持付出和朋友家人的陪伴。但這些元素也有優次之分，我們必需先排好優次，才能達到成功。

何謂成功？即完成自己的目標。因此自然需定立好目標，才能加以實行。第一個鑰匙的特徵便與此相關，是需搭配同一套鑰匙洞。如果在使用鑰匙時插錯了別的鑰匙洞，便會一事無成，既開不了鑰匙本配的鑰匙洞，也開不了另一錯的鑰匙洞。正如所定立的目標應符合自己的能力，不能定立超出自己能力範圍以外的目標，否則便會失敗。有一個適宜的目標，才能讓我們完成它，達至成功。以香港年輕作曲家伍家駿為例，他自小已立志成為全職作曲家，因此他長大後便報讀演藝學院，涉獵戲劇、舞蹈等不同範疇的藝術，以擴闊自己的藝術知識，更遠赴紐約大學修讀作曲碩士課程。正因為他定立了符合自己能力、天賦的目標，才能一步一步實踐，最終實現了成為作曲家夢想，達成成功。可見定立好一個目標是多麼重要，它能帶領人走向成功，故我認為它是最優先的成功元素。

第二個鑰匙的特徵是每把鑰匙都不同，有大有小，有不同形狀，有不同顏色，有不同材質。正如我們每個人的性格特點都不同，所適合的方法都不同，因此我們不能在實現目標時看到別人成功便嘗試那人的方法，而是要找尋自己專屬的方法，然後實行，達到成功。以現任英孚教育港澳區經理及耶魯港區收生面試官之一的趙崇基為例，他在中三時從香港移民至美國，未能適應語言，被人嘲笑口音。他並沒有因而氣餒，還立志要入讀著名大學。他每天閱讀當地的英文時事及經濟雜誌，學習考試中常用的詞語，令自己的英文程度不斷進步，最後他如願以償入讀耶魯大學，為日後事業的成功踏出第一步，因為他知道自己的英文弱處，因此他能制定專屬自己，改善自己英文水平的方法，他也因這適合

他的方法而能成功增進自己的英文，入讀著名的耶魯大學，達成目標。故我認為它是在定立目標後的下一個步驟，僅次於目標的成功元素。

第三個鑰匙的特徵是它由鐵、鋁、銅等金屬鍛造，因而十分堅硬，正如達成目標所需的堅毅意志和決心。有了它們，我們能在任何處境都堅持目標和實踐方法，不懈地完成自己定立的目標，達至成功。以二次大戰期間的捷克斯洛伐克共產黨領導人伏契克為例，他在一九四二年被叛徒出賣而被德軍逮捕，並被嚴刑逼供，幾度瀕死，但他有堅硬的意志和決心，以堅持自己宣揚共產主義的目標。即使面對着倒懸之危和死亡，但他忍受着這一切和渾身的疼痛，就算痛得滿身冷汗，滴濕了稿紙，浸濕了床板，仍堅持寫作，寫了一章又一章，讓《絞刑架下的報告》得以出版面世。全因他堅硬的意志和決心，他才能忍住疼痛，克服惡劣的環境，堅持不懈地實行自己出書，推廣共產主義的目標，而沒有在被逮捕時已舉手投降，放棄自己的目標。故我認為它能令我們致力完成自己所定立的目標，但如果只有決心而沒有努力的目標和方法，只會令我們漫無目的地做一個「熱血傻瓜」，因此它是次於目標和方法的成功元素。

第四個鑰匙的特徵是它需重複使用，並不是一次性的。正如達至成功需堅持付出，不能半途而廢，也不能三分鐘熱度，更不能是一次性的努力，必需每天堅持才能達成目標，達至成功。以意大利六藝復興時期的著名畫家米開蘭基朗為例，他在一五零八年為羅馬西斯汀禮拜堂的屋頂大壁畫，但屋頂高超過三十米，面積達三百平方米，而壁畫內的人物約有三百四十個。因此他不分晝夜地繪畫了四年零三個月才艱辛地完成這幅驚世名畫。即使有次他因從腳架摔下來，摔至重傷，但他沒有半途而廢，傷好了後便繼續作畫。正因他的恆心，堅持每天都繪畫，我們才能看到驚世之作，他也才能達到自己繪畫完成壁畫的目標。故我認為當我們擁有目標、方法、決心後應堅持付出，小水長流地積累成果，最後完成目標，達至成功。但如果只懂得堅持付出，而沒有決心去實行，便會容易在貧困的環境下放棄實行目標，導致失敗。再拍，如果目標的方向是錯的，方法並不適合，那麼堅持付出也只是一直向錯誤的方向努力，也會失敗。再者，如果目標的方向是錯的，方法並不適合，那麼堅持付出也只是一直向錯誤的方向努力，也會失敗。因此堅持付出是次於目標、方向、決心的成功元素。

第五個鑰匙的特徵是只有一個的話會有點單調，容易因隨意擺放或其他原因而被棄不見，但如果其他鑰匙連在一起或鑰匙扣便較難會

弄不見，因為體積增大了，重量增加了，亦更顯眼了。正如在成功的路上如果有朋友家人的陪伴，互相鼓勵便會令我們更有動力，也能提醒我們不忘初心，要堅持目標，因而達到目標，達至成功。以馬克思與恩格斯為例，他們是好朋友，合作約四十年，共同研究學問，領導國際工人運動，辦報，編雜誌。並且也是恩格斯也提出了「虛假意識」，使馬克思得到啟發，他們才共同起草了《共產黨宣言》，創造了馬克思主義，完成了研究學問，為工人爭取利益的目標。正因恩格斯的陪伴，馬克思才能得到啟發，才能有動力和志同道合的好朋友一直在當時未有人了解的區域中研究，直至最後研究成功。要是只有馬克思一個人在構思，或許馬克思會在中途忘記初心，迷失在當中，令馬克思的思想於當世根本未可拓展，只能失敗告終。故我認為朋友家人的陪伴是成功元素之一，但卻是其中最不必要的，因為它始終只是一個輔助，而無法幫助我們找到自己的目標、方法，並且如果我們有決心和堅持付出，便會在實行目標的過程中不斷回想自己的目標和初心，因此朋友家人的陪伴只是額外的幫助，是最次要的成功因素。正如中國著名的經濟學家王亞南，他在中學時胸有大志，所以會把朋友交際的時間用作讀書，結果他年年都取得優異的成績。後來更成為中國傑出的經濟學家，達成了自己有傑出成就的目標。可見成功並不必須有朋友家人的陪伴，故其他成功元素都較它優先。

總括而言，若欲成功，便應跟隨成功所需的元素的優次逐步實踐，即先有目標、再有方法，再有決心、再堅持付出，最後為朋友家人的陪伴。只要我們跟隨排好的優次實行目標，便能達到成功——完成自己的目標。



在一個漆黑的夜晚，當我正想散散步時，卻路過一個女人，她站在散發着暖光的路燈下愁眉苦臉，我想了想還是走了過去，沒想到這樣卻改變了我的一生。

當時，她身上不出意料地果然一大陣酒味，我還記得那酒味大到令我也有點暈乎乎，看着她身上鮮紅的衣服還有與她漂亮外表不相配的悲傷表情，我輕輕地拍了拍她，企圖這樣的動作至少可以安慰到她悲傷的內心，接着她用迷迷糊糊、眼神飄浮不定的雙眼看向我，突然她一下子抱着我痛哭流涕地哭了出來，但更想不到的是有個男人向着我們走了過來……

自從那次之後，那個女人很感謝我那天的安慰，我喜歡上了她，我漸漸地每天都會準時到她家吃飯、看着她向我抱怨生活的不滿，我們就像對老夫老妻，我很喜歡她那溫暖的家。

後來，那個女人帶了上次的那個男人回家，真討厭，那個男人自從上次幫忙扶她回家後便時不時過來，而且每次看見那個男人，我心中總會感到酸酸的！

今晚的天空上星星特別亮也特別閃，她點了蠟燭，暖烘烘的燭火把整個晚上都照亮了，只可惜那個男人也來了，他們互相相擁，我想她終於找到她的歸宿了，而我……

作為一隻流浪貓也只能坐在旁邊吃貓糧看着他們接下來的「旅程」了吧？



在一個平平無奇、風和日麗的日子裡，微微暖暖的陽光照耀在我的面前，我坐在大樹旁的樹根上，用着有點皺紋的手拿着刷子刷著手中的皮鞋。

在這個時候，一個黑影擋住了陽光，我抬頭看到一個穿着白色裙子的女生出現在我眼前，略帶微曲的髮絲，眼角裏有着一絲絲的淚跡，那白如雪一般的小手拿着一雙男款皮鞋。她略帶一點哭聲問我能不能幫她擦這雙鞋，我微微地點一點頭。我接過了她手中的那雙皮鞋，我看着她的那雙皮鞋閃得發亮般，不帶有一點皺紋的皮鞋，無一都在說明這雙皮鞋的主人有多麼細心的去照顧它。

我帶有一點疑惑地望向那個女生，這個時候才發現她已經走遠，正當我打算開口的時候，旁邊又來了一個客人，一時之間忙得騰不出手腳，而我看着她的背影，陷入了沉思。



過去 25 年最影響全世界的科技

5A 陳栢皓

科技的進步，象徵人類的文明。科技的改變，象徵人類的歷史。歷史！是我們對過去的回眸。文明！是人類一步一步留在世界的記印。科技的進步，是我們慢慢征服世界的證明，亦是人類一次又一次超越時空的牽絆。

我認為虛擬實境是最影響世界的科技。古人走過了山川五嶽，哥倫布發現了新大陸。他們早已為了我們，帶來世界的道。而虛擬實景，帶來走向世界不同地方的路。看！那世界至高的珠穆朗瑪峰。看！那不與培塿為類的西山。前行吧！在不同的空間一起演奏夢幻曲。感受吧！與過去的人與物一起共鳴。慶賀吧！我們在與世界法則的較量上，取得不容質疑的勝利！

大江東去浪淘盡千古風流人物，我欲藉以與萬化冥合，觀祖國之勝狀。我欲將身心致於世界，經歷歐洲的文藝復興、體會侘傺之感，重新與過去的世界，搭起喜鵲橋。歷史，現在早已不是只能用來緬懷，而是我們搭起羈絆的橋樑！

始皇築長城，連六國。在當時的時代背景，顯得何其夢幻，何其不可思議。即便太空人在降落時，長城也是鶴立雞群。虛擬實景，連繫了世界，甚至與過去的時空建立了連繫。我們早已超越了始皇！虛擬實景，不只是人類科技的結晶，更是開啟新世界的鑰匙！

夫科技之所長，窮人心之進，含吞吐天下之志也。科技，如龍翱翔於世界，不動而爾，動而使天下色變。讓我們走進虛擬實景，迎接那名為新世界的變革吧！



飲食與健康

1B 李柳芳

無論是動物還是人類，飲食是我們每天都要做的事。飲食關乎著身體的健康。每天的三餐是必不可少的，我們都講究早飯要吃好，午飯要吃飽，晚飯要吃少。

隨著人們的生活條件越來越好，大家會經常買一些對人身體不好的小零食、路邊攤一些不衛生的食品，我們要學會鑒別垃圾食品，樹立健康的飲食觀念。同學比較喜歡的食品：辣條、薯片等一些膨化食品。但是許多小學都沒意識到垃圾食品的危害性。甚至有的家長給的吃飯錢買那些垃圾食品，給同學們帶來了很大的健康問題。我們要學會科學飲食，要學會控制飲食，要學會不要暴飲暴食，不吃不衛生的食品。

還有至今甚至有些人認為肥胖是指身體健康，是有福氣的象徵。肥胖對青少年的危害不僅在於心理，更會引起一系列生理損害，造成高血壓、糖尿病的年輕化，對青少年未來的影響不可輕視。肥胖並不是一天造成的，治療肥胖也不能一蹴而就，這和患者本人的飲食習慣和生活習慣有很大的關係。目前看來，單純性肥胖需要靠患者的日常鍛煉和飲食控制來減輕體重。而對於合併有其他疾病的患者而言，除了日常鍛煉和飲食控制外，還需要治療，由肥胖引起的一系列併發症，只有兩者相輔相成，才能真正使肥胖者的情況好轉。

醫生常說：「病從口入，病是吃出來的。」其實，細心琢磨不無道理。很多病是我們在不經意間攝入體內，給病毒創造了機會，留下隱患。所以，我們為了身體健康，要管好自己的嘴，少飲酒、少抽煙，杜絕不良生活習慣。樹立良好的生活習慣，為健康奠定紮實的基礎。有好的身體，健康的體魄，我們才能分享快樂人生生活。

請大家一定要記住均衡營養，不吃垃圾食品、「三無」食品。為了我們的健康，我要再次呼籲：大家一定要管住自己的嘴，懂得科學飲食，養成良好的飲食習慣，吃的營養，吃出健康。

飲食與健康

1B 黃櫟桐

俗語說：「廢寢忘餐。」意思是指為了某一件事而忘了飲食，亦不睡覺。然而這個成語正正在形容現今的年輕人，他們為了工作及學習，總是犧牲這些本應該做的事情，完全忽略了飲食與健康的重要性，因此本文會介紹一些飲食方法來令身體變得健康。

首先，有一種飲食方法相信大家對它都不陌生，那便是食物金字塔的飲食方法。食物金字塔分為六類，分別為穀物類、蔬菜類、水果類、肉類、奶品類及油、鹽、糖類。穀物類會吃得較多，因為它能提供能量給我們，令我們有更多精力做事。而蔬菜類及水果類都是帶給我們一些身體所需的營養，例如各種維他命和礦物質，它們都是對人體非常有利的。肉類和奶品類各有豐富的蛋白質，它能促進新陳代謝和修補人體組織，對於正在發育的少年及少女十分重要，不過每天適量食用便可以了，如果大量食用肉類和奶類製品也是會使我們的體重增加的。至於油、鹽和糖類是應該吃最少的，因為它們容易令我們患上各種疾病，例如高血壓、高血糖及高血脂，這三種疾病是都市人最容易患上的疾病，如果嚴重的還會中風，所以我們都要盡量避免吃高油、高鹽和高糖的食品。

另外，還有一種較新的飲食方法叫做間歇性斷食法。這種方法是指在一天內有連續十八小時不進食，而其餘六小時內可以隨意進食各類食物。不少人都會利用這種方法來減肥，因為讓身體空腹至少十四小時會消耗體內的葡萄糖和肝糖，等這兩樣都消耗完畢後，便會燃燒體內的脂肪。但其實除了有減肥的效用，它還有其他的好處，例如能控制血糖、降低胃和腸的發炎風險等效果。不過如果剛實行這個飲食方法時還是會有一些缺點的，例如感到飢餓和情緒起伏不定，所以使用間歇性斷食法前要考慮自己的身體是否適合才實行。

總而言之，以上便是一些較有效的飲食方法，但是不論是食物金字塔的方法，還是間歇性斷食法都要配合着運動和健康的生活作息，才能令我們變得更健康。

飲食與健康

1A 王婭楠

太多人不明白健康的可貴，對於他們來說健康就好像吸取氧氣般平常，但人們總是失去了才懂得珍惜，而健康與飲食脫不了關係。

首先，我們要養成不挑食的習慣，應該多吃一些粗纖維，以及容易消化易吸收的食物，少吃一些富含高膽固醇、高熱量、油炸食品，同時要注意適量地攝入各種營養。

其次，我們需要注意鹽的用量。每日食鹽的攝取量不應超過六克，過多會導致血壓增高，過少又會引起低鈉血症，所以一定要把握好鹽的攝取量。

此外，在飲食過後，還要進行適當的運動。比如慢走，可以增強腸胃功能，有利於消化食物和幫助吸收營養。散步，有助促進腸胃蠕動，加快食物消化。

再者，要健康飲食，同時也要保證三餐的量度。根據自身的需求來決定食物的多少，一日三餐總熱量大約是一千五百千卡。同樣，進食的時間也要注意，固體由食道到胃部約三十至六十秒，在胃中停留四小時才到達小腸，因此，一日三餐要間隔四至五小時。

最後，為了我們自己的身體，我們要健康飲食，養成良好的飲食習慣。有了合理的飲食，才能有健康的身體。



世界名人——羽生結弦

2B 鍾熙彤

有這麼一個運動員，他參加了今次的冬奧會，還未比賽就引起熱論。紐約時報將他稱為「冰上邁克爾傑克遜」，奧運會二連冠，花滑史上第一個超級大滿貫，打破19次世界紀錄。他「容顏如玉，身姿如松，翩若驚鴻，婉若游龍」那個不待揚鞭自奮蹄的選手，他就是羽生結弦。

他取得今天的成就，值得全場觀眾鼓掌的回饋。

羽生結弦，這是一個讓冰雪為之沸騰的名字。他4歲學習滑冰，13歲說要拿兩個奧運金牌，23歲成為66年來第一位蟬聯冬奧會男單冠軍的花樣滑冰選手，把自己的人生活成了一部熱血動漫，背後要經歷甚麼呢？

可能每一位天才的成長之路並不是一帆風順，這位也不例外。羽生結弦自幼患有哮喘，這對要在冰上進行強烈運動的花樣滑冰，明顯就是致命的缺陷，他卻沒有從此放棄，他為了完成一個動作，會用正常人十倍、二十倍的努力和時間。甚至在一次賽前熱身中，與一名中國選手相撞，導致頸部流血不止，即使如此，他也沒有放棄比賽，而是扎上繃帶，繼續滑向冰場。

在索契冬奧會前夕，日本發生了311大地震，令他所在的冰場變得狼藉，無法使用。事後他說：因為地震，我失去了我的溜冰場，當時我非常消極，真的想放棄滑冰了……那段時間，家沒有了，連同放滿着夢想的房子一起搖晃。後來，他能做的事只有磨練滑冰技術，報答家鄉，成為冰上王者，家鄉的驕傲。

他說「我覺得能按照自己的感覺來舞動是很幸福的事，能夠滑冰是快樂的事。」

他在冰上寫詩，步步生蓮，生生不息。他在傷病和曲折面前堅持，舞台上只能記住他笑的樣子。他在災難面前垂首卻從不停下滑行的腳步，終於用王者之冠致敬哀傷。以勇者姿態攬下一個屬於他的時代，人們以為他已經站在了頂峰，可他只是淡然一笑，因為夢想的征程沒有終點，他要做的依舊是勇往直前。

世界名人

2A 梁芷洩

「天才就是長期勞動的結果」，你們知道這句說話是誰說嗎？這就是我們十分尊敬的一位科學家，也是現代科學之父牛頓。

牛頓出生在英國的一個偏僻村落。他因早產，身體衰弱多病，沒有人相信他能順利長大，但奇蹟地他生存下來。他個性比較內向、孤僻、害羞的。小時候，牛頓在學校的成績並不優秀，但他也有一顆好奇心，對於他不明白的事情都感興趣。因此，牛頓在小時候已經發明了水鐘、風車及燈籠，又稱他是一名「少年發明家」。

牛頓在劍橋大學畢業後，由於當時的黑死病十分嚴重，所以躲回家鄉。在家鄉的這兩年是他這一生創造最顛峰的時期，因為奠定了他一生中三大發明。

在他的三大發明令我最深刻的是萬有引力，因為有天，牛頓在一棵蘋果樹下沉思。忽然有一個蘋果掉落到地上。因此，他發現所有東西一旦失去支撐必然會墜下，繼而他發現任何兩個物體之間都存在着吸引力，最終總結出萬有引力定律。

但為何是我最深刻？因為蘋果樹我想大家都有站過，也應該有不少人目睹過樹上的蘋果掉下，但又有多少人會想認認真真的研究這個定律，這只有牛頓一位是第一個認真的發現了，所以這一點我十分尊敬他，因真的想發現一些那麼複雜的事，所花的時間也一定會很多。如果是我的話，我不會有這個耐性去研究這麼複雜的事。

在牛頓的萬有引力故事讓我更明白「天才就是長期勞動的結果」這個道理，因為牛頓十分聰明，我不太認為，但他能發明和發現這麼厲害的物件都是靠自己的努力和好奇心，所以這句說話讓我覺得即使讀書不好的學生或自己也可以好像牛頓一樣厲害。



世界名人——牛頓

2B 陳芷昭

大家都知道「萬有引力」是由我們稱為「科學之父」的牛頓提出的理論，是在很久以前，牛頓坐在一棵蘋果樹下休息，突然被樹上掉下來的蘋果扔中頭部，於是就有了「萬有引力」。除了「萬有引力」外，牛頓也證明了很多不同的理論，例如《光學》、《微積分學》和《牛頓法》等理論。

牛頓出生於英格蘭東米德蘭林肯郡，然而他的童年並不快樂，在他三歲時，母親改嫁，把牛頓托付給了他的外祖母，年幼的牛頓不喜歡他的繼父和生母，並對他們持有敵意。

除了「萬有引力」外，牛頓還有一個較著名的理論是《光學》，他研究了光的折射、性質和應用，直至現在《光學》被廣泛利用，在光學物理和工程光學上有着很大的貢獻，在現今的物理學、天文學和醫學等學科密切相關，很多關鍵科技都能找到有關光學的研究果實，包括鏡子、透鏡、望遠鏡等。

在數學上，牛頓與戈特弗里德·萊布尼茨分享了發展出微積分學的榮譽，他也證明了廣義二項式定理，提出了「牛頓法」，為冪級數的研究作出了貢獻。

在二零零五年，英國皇家學會發起了一場「誰是科學史上最具有影響力的人」的民意調查，在皇家學會院士和網民投票中，牛頓的排名高於愛因斯坦。

牛頓是一個偉大的科學家，他的理論和研究為往後的我們和社會作出了很大的貢獻，用自己的努力證明自己的假設是正確的，我們應該學習他的堅持和努力的心態。



走進「洪水橋」

3B 葉柔纓

香港，是一個說大不大，說小不小的地區。如果問內地人認識香港的哪個地方，他們或許只知道太平山、維多利亞港這類較出名的地點。但誰又知道香港還有個小社區，名為「洪水橋」呢？

我從小學二年級起便搬到了洪水橋居住，在到達這個地方的第一瞬間，我便感受到了滿滿的老舊氣息。

與香港大部分有名的城市不同，洪水橋的高樓及大型建設可謂十分少。除了當時新建成的公共屋邨設有一個小型商店街外，洪水橋甚至連一間較為正式的商場都沒有。

這樣介紹洪水橋的大概環境，相信也不難理解洪水橋的「舊」是哪種舊吧。但這種「舊」也是讓我對洪水橋這個地方越發有歸屬感的原因之一。

小學時的我，時常會同朋友在洪水橋輕鐵站附近一帶玩耍。大家分別住在洪水橋的三個地方，想出來見一面，自然會選擇和大家最接近的輕鐵站了。

我每次前往輕鐵站的路上，都會經過一條小路。那裡因為離車道比較近，所以很少人會選擇走那條路。途經那裡的時候，經常會看見一些商家貼在鐵欄上的廣告。

三室一廳、維修電器……這種廣告貼得到處都是，小時候看見廣告底下的電話條，便總是會撕下一兩條來。現在想起也總是會感嘆小時候的幼稚。

但除了廣告，這條小路上還有很多受時間影響而開始磨損的路徑。原本鮮紅的路磚經過長年的踩踏後，變得灰濛濛的。有些路磚也因為被重物打擊過，出現了一條條細小的裂縫，較為嚴重一點的甚至開始移位，形成了一個小坑。每次下雨天過後，小坑便會積滿水。

小時的我便常常同朋友在下雨後來到這條小道上，一起踩着小水

坑，一起聊着最近發生的各種趣事。只可惜現今大家都考上了不同中學，為了更方便去學校，大家都搬到了很遠的地方。學業繁忙，聯繫也變得越來越少，要想約出來聊上兩句，估計也是難過登天了。

而上了中學的我，也認識了住在附近的同校學姐。她紮着條高馬尾，戴着黑框眼鏡，長得不算高，是個中規中矩的女生。

因為住同一個屋邨的緣故，我們經常會互相串門。她家小小的，僅僅幾個人在房子裡走動一下，都會讓人感覺稍微有點擠。

我經常和她在臥室裡談論學習有關的事，偶爾也會一起玩桌遊。如果實在沒事做的話，甚至還會下樓，一起圍觀老大爺們的「刺激」棋局。

這個公共屋邨同洪水橋一個姓，名叫洪福邨。這裡的長者不算少，而政府似乎是知道這點，於是整個屋邨到處都是印有棋盤的桌子，供給老人們用作消遣。

我和學姐時常會圍觀老人們下棋，雖然我不懂象棋的玩法，但依舊會被他們激動的語氣和肢體語言帶動，讓自己也沉浸在其中。

老人們偶爾也會指點我倆怎麼下棋，語氣裡總會帶着一種自信的感覺，但每次的結果都是以一種慘淡的方式落敗，讓人忍不住發笑。

但這種景象也漸漸消失了。

學姐上了高中後便因為某些原因退學了，而我們的關係也開始慢慢疏遠。

沒有了學姐的陪同，我也很少再去圍觀老人們下棋。但每天放學後依舊能聽見他們下棋時激動的歡呼聲，讓整個屋邨的人情味都變得更加濃厚。

可能還會有人不明白，洪水橋這種地方，又小又舊，甚至連港鐵站都沒有，我又怎麼會對這地方產生歸屬感呢？但其實不然。

或許洪水橋沒有如大市區般發展得成熟。它沒有名牌商店、沒有金融大廈、沒有國際名人。但它有熱情的老大爺、互相關心的鄰居，和陪伴自己成長的朋友、家人。這些就是洪水橋這個地方的魅力所在。

老舊的紅色路磚、貼滿廣告的柵欄、偶爾會聽到的叫賣聲，無一不突顯着洪水橋的生活氣息。比起大市區的一成不變，還是充滿人情味的洪水橋讓我覺得更加不可取代吧。



走進「天水圍」

3B 陳宏一

在大多數香港人眼中天水圍究竟是個甚麼地方？悲情城市？不是！農耕地？不不不！絕對不是！到底天水圍是個怎麼樣的城市呢？天水圍的前身是個漁塘，但在經歷大大小小的翻新重建後，搖身一變，變成了香港的新市鎮。現在就讓我們一同走進「天水圍」。

從屯馬線上聽到「天水圍站到了」，一踏出西鐵，迎面看到的便是全香港最長的鐵路車站——天水圍站，全長四百六十米。站內有不少店舖，不得不提的是其站頭與站尾各開了一間壽司店——爭鮮，可謂是天水圍站的特色之一。在站內的長廊上走着、走着，在旁邊的落地大玻璃前平視就能看見至今已經屹立了三十年的伊小正校。它是在仍未完善時的天水圍，在一九九三年時建立在水圍的第一間小學，也是我的母校。而在左手邊的是在幾年後創立的伊小分校。走到本站的最尾，我便直接前往地下乘坐輕鐵。相信大家對「輕鐵」這個詞匯倍感陌生吧。輕鐵就是專屬於元朗、屯門、天水圍的交通工具，基本上輕鐵能到達屯元天內的任何一個地方！

「叮叮叮叮」輕鐵到站了，踏入輕鐵，腦海中浮現了僚數個熟悉的回憶畫面。它是見證我成長的人，它是我每次出行、每天上學、放學都要乘搭的交通工具，它是我心情不佳時、疲憊時休息的地方之一。輕鐵幾乎見證過我的喜、怒、哀、樂。例如，在我非常不愉快、非常累時，我踏上輕鐵，遊天水圍一圈，讓腦袋放空，休息一下。輕鐵已成為我生活中不可或缺的一部分。不知不覺我已經乘坐了五個站。

途經天慈、天湖、銀座等站，我終於到達了天秀站，前往香港濕地公園。可能有人會問輕鐵鐵路地圖上顯示了濕地公園站，為甚麼不在那個站下車並前往呢？在地理位置上在該站很難到達濕地公園，因為它的對面沒有任何行人道能前往，而天秀站就不同了，在它的旁邊便是一條地下行人隧道，從那條路一直走到盡頭，重見光明，便是濕地公園的售票口。濕地公園的門票非常便宜，每次入場只需要十五元。因此我小

時候，週末和放假都會前往那裏遊玩。在濕地公園，我能看見很多小動物，而在我小時候我最喜愛的動物便是離入口沒多遠的鱷魚貝貝。除此之外，我還非常喜歡園內二樓的小遊戲。在夏天時，我能在這裏躲避刺眼的陽光，是個避暑好去處！濕地公園在四季都有不同的特色，在春天和夏天是觀賞蝴蝶、蜻蜓及花卉的最佳季節，我們能在這裏欣賞春回大地、繁花盛放的美麗景象。而在秋天和冬天會有成千上萬的候鳥到訪，而當中有不少都是瀕危雀鳥，如黑臉琵鷺等。非常值得我們一去，能增長不少知識！

在這短短的一段時間，我便能說出那麼多關於天水圍的特色。天水圍的特色真是用十隻手指頭都數不完。到底天水圍真的是悲情城市嗎？答案可想而知。相信這也能改變大眾對天水圍的印象。對我而言，天水圍的空氣較市區清新，環境較市區優美。天水圍沒有市區的喧嘩，我非常享受這種感覺，讓人感到格外舒適。



走進「天水圍」

3A 鄭家慧

扶著白色茶杯，在茶液中加入一勺糖，輕輕攪拌，凝視著砂糖融化的過程當中，鄰座的客人隱隱約約地傳來談話聲響「……考慮過移民……算了……」即使只有只言片語也不難聽出是最近正流行的移民話題。

我偶爾會想，這裏的天空不會比別處更藍、這裏的月亮也比不得別處的圓，卻仍能吸引許多本能遠走高飛的人駐留，這到底是為甚麼呢？天水圍有甚麼特別吸引的？想法在腦海一閃而過，突然起了興致，不如趁今天去看看天水圍的各個景物？

首前往的是天水圍西鐵站附近的屏山天水圍文化康樂大樓，樓高八層，主要以其館內的圖書館聞名，我小時候經常被帶來這裏，琳瑯滿目的一排排書籍，讓我一次又一次地沉入浩瀚的書海中，忘記了時間的流逝。

繼續沿路前行，便到了新北江商場，商場內部就像市區裏的一條條小巷子，對新北江不熟絡的人一不小心就會迷失在這座迷宮之中，昏暗的燈光更為它添上了一層神秘又危險的面紗，記得兒時的我走進這裏總是心驚膽跳，非得緊緊捉住同行的人才可以。在這裏，一個個店舖像街上小販般黏合著排列，商品種類各式各樣，豐富多采，店家響亮的叫喊聲，各種小食的芬芳源源不斷地飄來，吸引著途經的路人。

這讓我回想起那一次爬上天水圍淋坑山山頂，微風帶著絲絲涼意，吹刮著身旁幾棵高聳的樹，猛烈的陽光孜孜不倦地曬著大汗淋漓的我，大半小時的體力消耗早已使我飢腸轆轆，香甜的米粒包裹住軟糯的玉子燒，望向遠處被陣陣迷霧圍繞的流浮山，蔚藍海面上零星幾隻飄流的小船，美食美景的搭配，讓我即使到了現在依然回味無窮。

行過又一個牆角，熱烈的喧鬧聲傳入耳中，轉頭望去，一道天藍色鐵門伴著「咿」聲被打開，翹足企首的學生們又跑又跳地衝出校門，

灰色道路上頓時疊滿了黑色影子，他們彼此聊著最近的熱門遊戲又或是新來的老師。我站立在一旁，背靠着佈滿繽紛塗鴉的圍牆，彷彿回到了從前，與同學討論最近的潮流，老師的教誨言猶在耳，那個渴望擺脫幼稚變得成熟的時候，夏天附近的幾棵木棉樹開花，木棉種子被風帶動吹得遍地都是，遠看像冬天的雪，在地上堆成厚厚的一層，我和同學將它們盡數收集後又放手，看它們飛到很遠很遠，成為深邃宇宙中的星星。

走著走著，走到了天水圍公園，小孩子的天堂，有兩個人高的滑梯、一米高的軟橋，小孩子們卻沒有絲毫害怕，興奮地玩著捉迷藏，在這個公園裏亂竄，處處充斥著活力的氣氛，令我聯想起之前在家樓下的公園，有一個約莫三、四歲的小男孩坐在鞦韆上搖搖晃晃，一位滿頭白髮的老伯在背後輕輕推著，有時又稍稍加大力度，數不盡的歡笑聲滔滔不絕地傳來。

我可能明白了。或許，讓我們對這裏留戀的，並不是這裏的風景或別的甚麼，而是那些伴隨我們一同成長的，付出時間後收穫的人和回憶。



如何環保

4C 陳雅珊

科技不斷發展，地球面臨的環境問題亦隨之而來，例如塑膠污染、全球暖化，我認為人們應該從日常生活中作出改變，為環保出一份力。

首先，在日常生活中我們可減少使用塑膠製品。例如外出吃飯時，自備餐具，不使用即棄塑膠餐具，又或是購物時自備環保袋，不使用膠袋等等。但在某些情況下，實在是無可避免地需要使用塑膠製品，也可試試物盡其用，例如將膠樽製成花瓶，既環保又節省金錢，這不是一舉兩得嗎？目前全球每年生產高達4億噸塑膠，若按照現況持續，2040年的塑膠出產量將成長一倍，若人們願意在日常生活中做出這些小小的舉動，相信塑膠生產量將會漸漸下降。

其次，全球暖化也可透過日常生活中的舉動緩解。例如外出時多步行少乘車，乘車也盡量選擇大眾交通工具，減少駕駛私家車，降低二氧化碳排放量。不僅如此，在家中減少開空調，減少開冰箱的次數，如此簡單的舉動便可達致減碳效果。還有，培養少肉多菜的飲食習慣也是可以減碳的，吃一份牛排會釋放30公克的二氧化碳，相當於開車48公里。事實上，畜牧業的溫室氣體排放量就佔全球排放量18%。只要人人都做到謹慎選擇生活中的每一餐，每一天都能為環境多付出一點點。

最後，全球迅速發展的同時，能源也在不斷消耗，因此能源短缺也是問題之一。而我們可以積極使用再生能源來緩解這個問題，例如使用太陽能發電，太陽能取自太陽，源源不斷，若能做到普及太陽能，相信能節省不少能源。

總括而言，在日常生活中，我們可減少使用、物盡其用塑膠製品，也可多步行及少肉多菜，使碳排放減少。再者，改用可再生能源，這些日常生活的舉動都是環保的方法。



戶外燈光約章是否能有效控制光污染？

4A 郭汶琦

光污染指過度使用戶外燈光裝置，如廣告版、霓虹招牌等，對自然環境和生態等都引起的負面影響。光污染會影響到人類情緒，令人難以入睡，影響睡眠質素，也會擾亂動物的生理周期，令生態失衡。有見及此，環境及生態局於二零二二年宣佈優化《戶外燈光約章》，邀請戶外燈光裝置的擁有人及負責人，在預調時間，即晚上十時至翌日早上七時關掉對戶外環境有影響的裝飾、宣傳或廣告燈光裝置，目的是在預調時間關掉不必要的戶外燈光，為居民提供較理想的作息環境。各界對此都抱有不同的看法，有些人覺得有效，但一些人卻覺得效果不大。然而，我認為《戶外燈光約章》的成效存疑。

首先，該約章並沒有約束力。此約章只受限於參與商舖及戶外燈光裝置的擁有人，無論遵守與否，也並不會被罰，因約章根本沒有任何相關罰則，亦即是說約章只依靠參與者的自律，缺乏法律阻嚇力，約章用處微乎其微。

其次，《戶外燈光約章》亦欠缺針對性。約章只限制有限的參與者，不能控制最嚴重和最大的光來源，如大型戶外燈具、廣告燈牌等。環境局稱已有五千多間單位簽署約章，但有環保團體揭發部分參與的機構，其實根本並沒有大型戶外燈光裝置，然而一些「光污染大戶」卻沒有簽署約章，以致部分光污染嚴重的區域在深夜仍然燈火通明。政府機構無法針對光污染主要源頭，致使約章無法奏效。

最後，該約章無法有效管制近年興起的光污染來源，例如：發光二極管。科技不斷發展，新興的燈光產品越來越多，這些產品在香港越發普及，但約章並沒有規限新興的各類燈光產品，代表著大量的光污染來源並沒有受限，難以有效減輕光污染。

總的來說，我認為《戶外燈光約章》並不能有效控制光污染。局方應加緊巡查約章參與者，督促履行承諾，亦宜與屋宇署合作，更新招牌登記制度，加入防止滋擾民居及光度的要求，以加強管制力度，減低光污染。希望在不久的將來，鬧市中的人們能享有一個不被光污染侵擾的晚上。

過度消費

4A 李丞哲

你喜歡購物嗎？購物時的快感的確會令人上癮和有助抒壓。可是，這卻容易造成過度消費。你有留意到自己有這個問題嗎？

甚麼是過度消費？過度消費是指超過自己能承受的消費和財政能力的消費模式。人們過度消費，會浪費地球資源，對環境造成影響，是不可持續的消費模式，甚至會影響下一代。

自從網購和快速時裝興起，貨品價格變得便宜，大家購物也變得更方便。很多人會一下子大量購買商品，尤其是在節日或「雙十一」下，商家推出不同應節商品和折扣，令人們購買意欲高漲。可是很多人在網上購物時，都被當下情緒和購物慾影響，而忽略實際需要，最後造成不必要的浪費，增加環境的負擔。根據環保組織綠色和平調查，受訪者每年網購的衣物中，每四件就有一件少穿過兩次便被拋棄，四成人平均穿著每件衣物不超過五次，因為不合身或品質差劣，然後便會拋棄至堆填區。而這些衣物也很難回收，因為品質低劣，根本難以長期穿著和重用，最後造成環境污染和增加堆填區負擔。

除了貨品本身，包裝也是環境污染的來源之一。在生產和運送的過程中，塑膠包裝發揮著重要的作用。然而，很多包裝物料在使用一次或有限次數後便遭棄置。過度消費會導致更多的包裝物料遭棄置，二難以分解的塑膠廢物無疑會對生態環境造成更大負擔。

此外，過度消費亦會消耗大量地球資源。製造一件衣服，就需要用到二千七百公升水，足夠一個人飲用兩年半。而當消費者買了大量衣物，款式不似預期便隨手一拋，造成浪費的同時，也會消耗大量資源，造成跨代資源不平等。

大家購物前，先想一想自己真正需要的是甚麼。如果繼續保持過度消費的心態，「賺到盡，買到盡」，下一代便會承受污染和資源不足的後果。大家都不願看到下一代生活在一個充滿垃圾，沒有水和資源的地球，像人間地獄一樣。那就由現在開始綠色消費吧！以滿足個人需要作為消費原則，購買對環境傷害較低的商品，保護下一代，大家都可以做到。

立體打印技術是福是禍？

5A 李鈞緯

踏入二十一世紀，全球的科技發展日新月異，一日千里。近年，社會上形成了一股「科技潮流」，當中的立體打印技術便十分有討論價值。

立體打印技術日趨成熟，應用愈趨廣泛，無論工業用的模具、食物、服飾、家具，甚至武器等皆可見到其蹤影。可惜的是，任何科技產品都是一把「雙刃劍」，能為我們生活帶來便利，貢獻良多，但一旦落入不法分子手上，便遺禍人間。

要談到立體打印技術對社會帶來的裨益簡直多不勝數，俯拾皆是。首先以房屋為例，一名熱愛立體打印科技的香港專業教育學院機械工程學高級文憑畢業生，早前與三名同學，設計以立體打印技術建成圓拱型房屋的創意計劃，為受自然災害影響的貧困居民以快速、靈活和低成本的方法建造安樂窩，如常受風災和水災影響的菲律賓，展現對全球化議題的關注及同理心。

更值得一提的是，或有一天立體打印技術可製作出不同、可適用的器官。早前台灣有狗隻疑似左前肢傷殘被主人拋棄，屏東科技大學動物醫院運用研發的動物骨骼立體模型列印技術，只需兩天就為其製作了新義肢，並可以外出散步，而成本更只需數十元港幣，可謂動物界的「福音」了。

話雖如此，立體打印技術除了為社會福祉作出貢獻外，其禍害同樣不容忽視。立體打印技術更可用來製造武器，美國有人打印出世界第一枝立體手槍，並試射成功。事實上，香港就有類似個案，二零一五年警方於西貢破獲炸彈工場及槍械庫時，亦搜獲一部立體打印機，警方懷疑他們用作不法用途，可見此事並非杞人憂天。

總而言之，常言道：「水能載舟，亦能覆舟」，科技的好壞並不在於其本身，而是使用者的善惡。我相信科技在未來只會協助人類愈益繁榮。



科技與潮流

5A 陳栢皓

科技，是人類進步的證明。科技，是人類文明的象徵。人類的進步，是我們打破世界約束的序幕。人類的文明，就如普羅米修斯帶來火焰，生生不息。科技，自然是世界的潮流。

社交媒體軟件，早已是世界常見。透過大氣電波，竟可以跨隔千山萬里，傳遞訊息。也許我們已經司空見慣，但若古代有這一種的科技，無論是在戰爭上、或在日常交流上，必定會起一個不可或缺的作用。探討古時候信息傳遞的前世今生，最為人熟知的方法，必定是飛鴿傳書。而飛鴿傳書是十分麻煩。首先是那隻鴿子曾經去過那一個地方，並要加以訓練，這才可以令我們常見的飛鴿傳書誕生。然而這一個古法卻受很多因素影響，例如是天氣、或那一隻鴿子突然暴斃。

而社交媒體卻不同，它既不會受天氣因素影響，亦不需花時間加以訓練。大家是否看見武俠小說？故事中角色常能千里傳音，而達成這一個條件，便是有深厚的內力。然而我們現在只需一部手機，便千里傳音。世界降下一步又一步的阻隔，我們卻一步一步戰勝他。

時至今天，社交媒體早已是我們不可或缺的一部分。小至進餐的時候，大至人生大事的時候。人們早已存在一種「手機先食」的心態，但不能否認，這就是科技進步的證明。然而，科技卻也造成很多的弊端。

現今的科技繁榮昌盛，故而令很多思想不正歹徒有了可乘之機。例如黑客事件，以盜取他人社交媒體帳號作勒索，從而賺取不法之財。雖說這不可與科技掛鉤，但這亦是科技為我們帶來的弊端。

因此，科技的成長，更需要搭配人民素質的成長，如此相輔相成，才貼合科技的成長。



論科技

5C 李子俊

科技早在二百四十年前就橫空出世，第一個科技產品正是象徵人類邁向工業革命，它正是著名的蒸汽機，這被喻為最偉大的產品可以為其他機械提供動力，亦不受任何地理、天氣的影響。日轉星移，科技已離不開你我半步。但是否有人察覺它漸漸變成一把利器正慢慢地刺入人類的心臟，彷彿宣告誓要成為大反派，要令所有無知人類屈服於自己手下。你若問何人作妖，那不正是我們自身嗎？

科技真的被我說到非黑即白嗎？我倒是不這樣覺得，科技也是有所好處的。

例如科技可以使人們的工作化繁為簡。為了使眾位能更有代入感，我姑且帶大家上時光機回到科技還沒有廣泛使用的時代，一八五零年。當時的人們若想早上喝一杯意大利的卡布奇諾咖啡的話，首先要將咖啡豆烘焙，繼而放入磨豆機，加熱水才能得到一杯四不像的咖啡。九萬多種工序基本上做完也到晚上，但有科技的加持下，只需要用你手指按一下，就可以得到一杯從意大利空運來的咖啡。

除了化繁為簡之外，科技亦幫助人類無必要的行動。例如你仍然在一八五五年，當你要從十四樓下去上班的時候，走到了地面可能你還沒有氣喘吁吁。但接下來你需要走三至四公里的路前往公司，碰巧就快遲到，你也無法使用超人類的速度或耐力。就當你幸運地上馬車準時到達公司，準備開展工作時。就當你是一位金融投資公司的經紀，在一八五五年可沒有任何電腦的存在，若想知道市場的走向你需要一份粉紅單去觀察，但這粉紅單只可以讓你知前天的股價，卻無法得知實時的股價。當你完成一天的工作後，回家先走十四層樓梯，繼而燒水洗澡，大費周章過後才能回床休息。相比之下，回到現在，你卻可以享用科技帶來的好處，節省許多不必要的時間。

除此之外，科技帶給人類的最大好處就是將枯燥又乏味的生活變

得有趣味起來，有了科技後你可以得到任何在現實生活中所有無法得到的物品，例如「俠盜獵車手5」可以讓你體會到無法無天的人生，又例如「決勝時刻」可以讓你不用冒着生命危險卻能體驗到戰場的快感。此外一些例如「旋律」這些遊戲可以陶冶性情或放鬆思緒，還有一些例如「太保煞星」的遊戲就可以使各位了解到在一九四零年納粹德國佔領下的巴黎。這些遊戲都有助改善人們枯燥乏味的生活。

因此我可以在此結論人類若失去科技會比失去上帝或信仰更為重要。新人類的上帝變成了約翰·巴科斯，耶穌變成喬布斯，宙斯變成高錕。這算是一代新人勝舊人嗎？這些新神帶來的新信仰雖能幫助新人類，但也有頗為嚴重的副作用。

我不是在煞有介事去勸諫眾位，舉個例子來說說。

例如有「過勞死、高工時」的日本為例，個人認為因為科技的日新月異迫使「打工仔」需要做更多的工作，漸漸形成一種新風氣。若放在舊時，因資源和科技有限，因此工作量也相對之下比較少，有不少工作需完成也要很多時間。現在不同，科技的進步促使上司「揸乾」每一位員工，為求達到最有效率，工作量自然多起來。日本正正是最典型的例子。

為怕眾位不知科技的意義會對以下的例子有所疑惑或混淆，就讓我說說科技就是科技或科技知識的融合。

一九四五年八月九日上午十一時，美國向日本長崎投擲原子彈，估計死者有十四萬人，佔長崎市人口十分之九。因為科技的進步可以製造出史無前例的武器威脅全球人類安危。試想若這些科技流入不法份子手上後果不堪設想，是的科技的確使人進步，但科技亦拿首鐮刀指向我們。也許你會說這例子過分極端，原子彈在現今社會還不是禁止使用嗎。

繼上文所說例子，科技可以將枯燥乏味的生活變得具有趣味，現在我不得不說，遊戲雖然可以改變生活的苦悶，但增加了兒童或青少年的暴力傾向。美國暴力電玩研究的後設分析中提到，暴力電玩會增加玩家攻擊性行為、警醒度提升或幫助他人的意願下降。有人就反駁研究裏只包括暴力電玩，不包括非暴力電玩，例如解謎遊戲。但問題在於這些暴力電玩是需要或引誘玩家做一些暴力行動和解謎類遊戲理念背道而馳。加上這些暴力電玩正是電玩市場上大行其道、炙手可熱的遊戲概念。因

此兒童或青少年可能因這些電玩受影響而進行例如校園槍擊案、隨機殺人案，這些例子屢見不鮮。

不知各位是否看過《瓦力》這電影，眾位你可別小看這只是一部卡通。這可是預言故事，當人類掌握着最好的科技時，是否會使人類變得無能？這也是有跡可尋的，根據米爾肯研究院的調查報告《科技對肥胖的影響》中旗幟鮮明地把矛頭直指科技，報告指出「科技的發展使人們更多時間躺在家中觀看電視、網站、電子遊戲，同時又攝入高熱量食物，又不常運動，因此導致肥胖問題。」個人認為這也是無比正確。請各位撫心自問，你寧願玩得滿頭大汗還是在「冷氣房」中得到快樂？大部份必然是選擇後者吧。

眾位有否想過古時的智者多不勝數，但現在卻寥寥可數？你可能會說這些智者需要天時地利人和，百年才出一個柏拉圖、阿基米德、居里夫人等等。我可不這樣認為的，古時的人不像現在有這麼多科技帶來的娛樂，古人常完成農業革命後就沒有過多事要做，因此古人想想進行頭腦風暴，思考一些問題，或觀察不同事物和汲取知識。但現代人則不同，因為有了科技所提供的娛樂，人們往往做事時都被分了神，總無法下定決心做一件事情，只能怪責科技帶來的娛樂。若蘇格拉底來到現在也會被科技所抹煞，到時赴死遺言不再是我欠的雞記得幫我還，而是科技是最大兇手。

既然科技被我說得一無是處，那不如立法規管科技吧！請冷靜，當然我們可以選折衷方法，科技的確使我們擺脫不了它，但我們可以減少依賴科技，解決以上所有害處，若不能，恐怕下次黑天鵝事件就是人工智能全面取替人類，別看好好像還離這事有多遠，例如阿爾法圍棋戰勝「世一」李世石、無人駕駛取替司機、工廠被改為全面無人電子化、交易貨幣成了電子支付或加密藝術品、食物可以立體打印而成，所以最後人類是因全面科技化可以不再打拼，享受世界或科技好處，還是政府被人工智能取代？人們到該時會是「揸插蘇」還是為五斗米折腰，請眾位拭目以待。正如古希臘作家希羅多德一句「上帝要你滅亡，必先令你瘋狂」，最後人是否能保其理智都需看其造化。不過改變此世界之前容我看個電影打個電玩再來吧！



奇異點

5A 歐陽梓朗

相信經歷了這數年疫情，恐怕沒有人對上網課有困惑吧？但你們有否想過互聯網早已普及數十年，所謂的「直播網紅」也絕不是甚麼新鮮事。但為何在這次疫情侵襲，人們才想起以網絡教授知識的便利？到底這次的網課是準備已久抑或出乎所有人的意料？

答案十分簡單，網課的出現是人類即將踏入下一個科技奇異點的徵兆。並不是因為網課本身有多刷新我們的認知，而是促成網課的原因大有來頭。這次大流行毫無疑問絕大程度上改變了我們的生活模式，也直接或間接造成了不可忽略的人命傷亡。但為何一次大規模的事件會促成奇異點誕生呢？這問題雖難以利用科學來回答，但縱觀歷史卻無不驗證這一觀點。無論是黑死病為中世紀的歐洲帶來文藝復興以及後來的地理大發現，抑或在一戰和二戰期間的偉人、偉論穎出，例如現在最為人風靡的量子力學便是誕生於一戰前夕，這些例子都印證着在科技發展至一個令任何人類都無法理解的臨界點前，總會由一個史無前例的災難作為契機，進而啟動隱藏在人類深處的某種「潛力」。最後在一個群星照耀之時爆發，形成所謂的奇異點。

那麼到達下一個奇異點時，等待着我們的究竟是甚麼？是最近蠢蠢欲動的元宇宙？是早已被電影用爛的機器人統治世代？事實上，過分在這個問題上「鑽牛角尖」並無意義。因這本就是條沒有正確答案的悖論。若到達奇異點就是要發生令人類無法理解的事情，那我們又該如何認識其自身不能理解的事呢？

因此，我們只能推斷人類是否接近奇異點，而非人類是否到達。

隨着文明的發展，科技也不斷進步。但人類始終面臨着一個無法躲避的問題，便是死亡。但從秦始皇的沉迷煉丹到煉金術士的神秘陣法，就是橫跨數千年也沒出來一個永生的人。那麼，是否證明人不可能長生不老？但願不能吧！而我更殷切希望的是那就是下一個奇異點，那就是下一個令所有人類都震驚的事——我們永生了！

科技與潮流

5D 蔡子澄

現今人們的生活都離不開科技潮流的幫助，隨着科技的發展，人類的生活得到的正面的改變，使人類的生活變得更方便、更快捷。科技潮流的作用遠遠超出你的想像，那麼究竟科技在生活中有怎樣的作用呢？

首先，說到生活方面，我們最需要的東西莫過於就是光了。在科技尚未發達的年代，照明一般都是用火光來作光源使用，不僅危險而又不方便。而在一八五七年，戈培爾用一根炭化的竹絲放在真空的玻璃瓶下通電發光，愛迪生繼而改良出鎢絲燈泡。就是因為鎢絲燈泡的出現，又因為其他科技的進步，令我們的生活從不缺光源，在家中也只是按下光源的開關就能令漆黑的空間瞬間變光亮了，使生活方便了不少。

其次，科技其實無處不在，例如我們每日都會使用到的手機。以前沒有手機的生活，和身處異地的朋友溝通，也只能透過飛鴿傳書，傳遞訊息的時間很久，和局限也較多，但現今手提電話的出現，能讓你傳遞訊息的時間只需僅僅一秒鐘，甚至可以使用視訊通話，使你在想念對方時可以看到身處異地的他的樣子。另外，手機的功能眾多，例如電子支付。這可以使當你有一筆大量的金額，全部都在手機上顯示，不用外出帶許多現金出門，交易時涉及的成本也較低，只需「啣」一聲就能支付了，不用逐張逐張紙幣細數然後結賬，使我們更加方便。

最後，發展至今的醫療技術，也是因為科技潮流的幫助才有現在的設備。現今的醫療技術幾乎可以將生活中所有常有的疾病通通治癒，令人們的壽命延長，從而也間接地令其他的學科技術提升，有更多開發和拓展世界上不同事物的機會，人類在享受科技潮流帶來的福祉同時也為世界有所開發和收穫。

現今科技潮流的作用遠遠超出你的想像，科技潮流每日都令這個社會進步，令我們的生活更加美好。



〈湯中伊言〉編委會名單

- 主編：馬美珍老師
- 校對：鄭秀寶老師 鄧皓明老師
李華生老師 李欣瑜老師
賴家俊老師 鄒文如老師
馬煜焜老師
- 發行：伊利沙伯中學舊生會湯國華中學
- 地址：新界元朗天水圍天華路 57 號
- 電話：26175000
- 傳真：26175222
- 電郵：info@qts.edu.hk
- 網址：<https://www.qts.edu.hk/>

版權所有・翻印必究

