阮樹瑞張

在大學唸書已經是第二個年頭了，現在才開始有實感。剛開始踏進大學時，因為要面對新的人事及與中學不同的學習形式，種種的不熟悉感都讓我吃不消，壓力隨之而來。但慢慢地，當我學會清空自己不必要的煩惱和如何瓦解排山倒海的壓力後，才發現新的校園生活是多采多姿的。

例如在舉辦一個校內的飲食文化的展覽中，我讓自己放鬆心情，把它想像為一個嘉年華，做起事來不只事半功事倍，更能樂在其中。適當的壓力當然會成為進步的推動力，但過多的話會限制自己的可能性。懂得適時放下壓力，才能真正享受學習。

畢業生

2013