

辛亥校訊
二零一零至二零一一年第一期
目錄

編者的話	頁 1
聯校畢業典禮	頁 2
東華三院中學聯校上海世博學習團	頁 4
家教會之窗	頁 10
輔導角	頁 11
莘蕾園地	頁 12

編者的話

隨着互聯網的普及使用，以及為環保出一分綿力，校訊由今期開始將只以網上瀏覽方式出版，希望各位支持！

本學年的校本主題是「明是非，辨對錯，勇承擔，見真我」，在這個是非觀念日益模糊的年代，要做到明辨是非對錯，除了靠家長、老師的教誨，還有賴年輕一代自身的努力和定力。做到明辨是非是第一步，繼而積極面對人生，勇於承擔責任則是第二步。在過去的三個多月，校方舉辦了不同的活動讓同學參與，如早會小講、月會、徵文比賽、壁報設計比賽等，希望同學多思考校本主題，不知大家有何體會？

校訊的前半部分包括幾項報告，包括聯校畢業典禮的得獎生名單和參與東華三院中學聯校上海世博學習團同學的心聲。這兩批學生有一項共通之處，就是他們都十分珍惜學習的機會。要在東華三院聯校畢業典禮中獲頒獎學金，殊不容易，必須有無比的意志與恆心，在校內考試或公開試有優異的表現。相比之下，時下很多學生只顧玩樂，只懂虛耗光陰，實在值得向他們學習。

此外，一批獲選參加上海世博學習團的同學以文字娓娓道出他們的所思所感，也同樣值得我們注意。近日有報道公布國際學生能力評估計畫(PISA)的調查結果，首次參加評估計畫的上海學生在全球六十五個國家和地區的十五歲學生中，表現位列第一，在閱讀、數學和科學成績更有卓越的表現，同時超越香港，成為華語地區的翹楚。希望同學抽空細閱本校同學在上海之旅的感想，反思本港學生的優勢和局限。

聯校畢業典禮

熊意玲老師 升學就業輔導組

東華三院中學聯校畢業典禮已於 11 月 25 日假灣仔伊利沙伯體育館舉行，是次典禮，邀得香港中文大學校長沈祖堯教授主禮及頒發証書和獎學金。

於 2009-2010 年度，獲東華三院頒授獎學金的同學名單如下：

東華三院獎學金 (2009-2010)

會考成績優異獎

陳鈞灝	6B	\$200
呂穎彤	6B	\$200

謝婉雯醫生紀念獎學金

郭健俊	6A	\$1000
林芷慧	7B	\$1000

KMO 獎學金

吳嘉偉	7A	\$200
-----	----	-------

去年全級第一名

周彥成	2B	\$100
莊燕翹	3A	\$100
衛樂豐	4B	\$100

辛亥年總理獎學金

張遠玲	陳美儀
張靖楠	黃健陽
姚鳳儀	鄭醞淳

(各 \$1,000)

高級程度會考成績優異獎

張遠玲 \$1,000

黃乾亨獎學金

張遠玲 \$1,000

李兆忠紀念獎學金

陳少冲 \$20,000

另外，去屆七甲班畢業生張遠玲，剛獲東華三院頒發李兆忠紀念獎學金，金額為每年兩萬元，三個學年合共獎學金六萬元正。特此恭賀張遠玲校友。

希望在學的同學能好好把握學習機會，於校內或公開考試中，爭取優良成績。（有關典禮的詳情，同學可到圖書館參閱典禮的場刊）

東華三院中學聯校上海世博學習團

2010 年，中國首次於上海舉行世界博覽會，以「城市・讓生活更美好」為主題，引起全國以至全球關注「城市發展」與「社會文明」的關係。適逢東華三院成立 140 周年，東華三院與香港青年交流促進聯會聯合於 30/6 至 4/7 舉辦東華三院中學聯校上海世博學習團，共有 18 間中學師生參與。

本校由黃瑞森校長、梁雲鳳老師帶領 5 位中六級同學及 3 位中四級同學前往上海，一方面讓學生參觀世界博覽會，就其主題「城市・讓生活更美好」進行思考及探究；另一方面安排學生參觀上海著名學府及景點，與上海青年進行交流向當地青年介紹東華三院的服務。透過是次活動，培養學生對祖國經濟發展、社會文化的認識，以及提升其對國民身份的認同。

感想

吳鈺玲 中五甲

經過五天的交流活動後，我對上海的看法改變了許多。出發前我認為上海只是一個普通的城市，有典型的商業大廈，縱橫交錯的道路等。不過，當上海舉辦世博後，上海變成一個國際化的城市。

在短短的行程中，我最難忘的是參觀上海市的洋涇中學和著名的同濟大學。我知道內地的學生都非常用功學習，爭取每一個讀書的機會。然而，在上海這個國內大都市的中學和大學的學校環境，與香港相比，落差實在太大，不論是洋涇中學還是同濟大學的課室內都沒有空調，但同學依然專心上課，加上上海的天氣炎熱，我們參觀時都走到汗流浹背，內地學生刻苦耐勞的學習態度實在令人佩服。

除了參觀中學和大學，能參觀世博的中國館更是值得紀念的事。館內的清明上河圖生動有趣，成為拍照的一大熱點。館內的其他展覽令遊客對中國近年的科技、環保產業有更多的資訊。除此之外，中國館內掛上來自不同省市兒童繪畫的國畫，展示了一份童真。

總括而言，這次交流活動使我成長不少，學會了內地同胞力爭上游的精神，以及學懂了忍耐和等待。

李麗華 中五甲

「敢夢想飛，遊走大地」——這是學習團其中一句口號。它一直縈繞我心，似乎給了我莫大的啟發。

敢夢想飛，從來都是年青人的專利。不是嗎？年青人如姚祖輝先生在分享會所言，「nothing to lose」。追尋心中嚮往的理想，似有點不切實際。但我深信，有夢想的人才能形塑人生的方向。一直以來，我都沒有機會一嚐乘飛機的滋味，也無緣離開廣東省這塊細小的土地，然這反而讓我有更大的想像空間。因為渴望，所以敢夢。另一方面，我不會因此而讓自己的眼界變窄，我知道，只有努力讀書，才有機會讓自己的夢想成真。所以別以為夢想一定是虛無縹緲，它可是我們學習的動機。這次的學習團正正就是一個很好的例子。我有幸獲選參加這次學習團，在出發前，不斷地想，上海是一個怎樣的地方。我欲飛遍藍天，衝上雲霄，勇敢尋找心中的夢。

遊走大地，擴闊我們的視野。自香港回歸以來，廣大青少年逐漸意識到，香港未來的發展，將與國家的前途命運息息相關。不到上海，便不知中國內地發展如此迅速：不進世博，就不知世界原來那麼大，我們的影子實在太小太小；不與內地學生交流，定不會明白責任何解及其重要。然我得到的，豈止這些？遊歷的同時，也總會認識一些新朋友。我很幸運，能與其中一位青年大使住在同一房間，在閑談中，得知她的興趣和理想竟與我不謀而合，更讓我對人生以至世界多添一份熱誠與信心。

余家雯 中五乙

這次上海之行確是感觸良多，先是能親身體驗今非昔比的上海，能進入在中國舉辦的世界博覽會，又可夜遊著名的黃埔江，讓人看清今昔相對的上海；後可與百多名東華學生一同慶祝東華三院一百四十週年的盛事。能於上海慶祝這兩件盛事，我感到非常榮幸。

作為東華的一份子，咱們於機場拍大合照作為旅程的序幕，等待多時終可到達目的地——上海。到達上海浦東機場，卻總有在香港的錯覺，可能是思鄉，但更可能是因上海有香港的縮影。今天的上海已可稱得上是新時代的城市，更可比美香港，不但將會興建迪士尼公園，更成功爭取舉辦世博的機會。難怪別人說，「上海很快便會『跑贏』香港」，那究竟上海有甚麼可勝之處？

暫不說世博會，單單是上海市的夜景就可跟香港的維多利亞港相提並論。上海市分為東、西兩岸，以黃浦江分隔，跟香港的地形相差無幾。但觀賞完上海外灘的景色後，亦難以再說維港的景色是最美的。正因為外灘是由兩岸所造成，更能顯出今昔的上海，讓上海變得更美。展現現代新科技的浦東，加上古典建築的浦西，確是目不暇給。五光十色、風格各異的大廈，拼出今昔不同的夜景。相比起只有現代化幻彩詠香江的香港，確有點失色。

行程的第二及第四天終可進入世博園區內，一睹上海世博的風采。早已聽聞園內每天有上五十多萬人遊覽，只有約五萬多人才可有幸進入中國館，親眼目睹有名的清明上河圖，而我們更是最幸運的一小撮人，能夠免去排隊進入的時間。當中我最愛觀賞那充滿各民族孩子笑容的電影，因為這些笑容溶化了我，即使是排隊的艱辛，亦因此消散，確是一清熱解凍的良劑。

正如今次東華團的口號「敢夢想飛，遊走大地」，我們出發前渴望觀看世博，遊歷上海。及後，這些皆令我們「放眼世界，學滿天地」，因為世博使我們更懂世界各地的風土民情，亦因遊歷上海令我們學會去珍惜現有的東西。

林泳欣 中七甲

二零一零年六月三十日，東華三院中學聯校上海世博學習團正式出發！

這次是我國首次舉辦世博，東華三院正好給了我一個前往上海一睹此盛況和向內地及東華三院聯校學生學習的機會。雖然只有短短五天的行程，但所見所學所感受到的是畢生受用的經驗。

上海是中國其中一個發展中的商業城市，商業大廈林立。我們到達上海時已是晚上。首站是遊覽陸家嘴，璀璨的燈飾照亮整條黃埔江，上海的繁榮盡現，亦見得中國正在迅速發展。在發展的同時，上海亦保留了某些西式建築物，彷彿見到上海昔日的面貌。

第二及第四天是遊上海世博園的那兩天，雖然天氣炎熱，但絲毫不減旅客們的熱情。一進場，一座宏偉的紅色建築物——中國館便映入眼簾，完全能感受到中國作為主辦國的氣勢，我以身為一個中國人而驕傲。在世博園內，遊客大多只留意到外形特別的國家館，但卻忽略了世博之能順利舉行的背後，是靠一群在炎熱的天氣下卻毫無怨言的義工，場內的多名義工即使汗流浹背但仍面帶笑容緊守崗位，相比下，我只進園兩天已不能忍受這高溫，可見這些義工為了讓中國世博會成功所付出的努力值得我們尊敬。

除了在世博園內認識到不同國家的科技、文化，交流團亦走進洋涇中學和同濟大學了解當地的教育情況。走進上海洋涇中學，他們石碑上的校訓雖然只有「負責」二字，但已簡單地帶出不論做學生或與人合作時必備的態度，亦讓我想起今年的校本主題「守責承德，樹己立人」，洋涇的學生銘記此訓，做事認真，勤奮刻苦，正是現時處於父母愛護下成長的香港學生應學習的地方。除了上海學生，在東華聯校的學生和青年大使身上亦讓我發現自己的不足之處，同時，他們在台上的自信、熱情、言辭談吐以及把握了每個發揮自己的機會，讓我了解到自己仍有很大的進步空間。

最後，感謝東華三院給予我一個認識自己和開闊眼界的機會。

鄭詠豪 中七甲

在剛剛過去的七月初，上海的平均氣溫高達三十四度，猛烈的陽光遇上濕度高的環境，熱得難以忍耐。但在這個時候，一百八十名東華三院中學的師生不怕炎熱天氣，到上海參觀世博會，而我能成為其中的一份子，感到十分榮幸。

世博會首次在中國舉辦，主題為「城市，讓生活更美好」，多個國家在世博會展示了以城市改善人類生活的實踐。例如韓國展示了以尖端科技便利人類通訊、日本展示了用水來產生能源、瑞士展示了利用技術準確計算時間、香港展示了智能卡的應用等等。參觀者也可藉此了解各地人民的風俗，對世界各國以至各個城市有更深入的了解，世博會可視作全球各國的縮影。

這次世博之旅，我們的學習團十分幸運。在世博每日約五十五萬參觀人次裏，只有五萬人才有機會進入中國館參觀。主辦單位為我們爭取了中國國家館的「入場券」，這是十分難得及珍貴的安排。中國館有以動畫形式展示的《清明上河圖》，它結合了傳統的藝術及現今科技，描繪了北宋時汴江市區的街景。館裏還有介紹中國以環保科技改善市民生活的展覽等等。

世博會另一特別之處是香港館座落在中國國家館旁邊，感覺就如設在國家館的後花園裏，設計與香港背靠祖國、面向世界的地理環境吻合。

這次學習團除了參觀世博會外，也有輕鬆的遊覽活動。大會安排我們乘船遊覽黃浦江，欣賞上海夜景。在船上，我看着浦西岸上的歐洲式建築物，耳邊聽着同學唱「夜上海，夜上海……」，感覺自己正置身在三十年代的上海裏。

最後，我鼓勵各位學弟學妹如果時間合適的話，在暑假期間與家人一起到上海參觀世博會，擴闊自己的視野，認識世界，增加自己的知識層面。

龍佩筠 中七甲

我很高興有機會參加東華三院聯校上海世博交流團，給我一次很難忘的經歷。這次旅程中，不但參觀了上海世博園區，還到上海的著名特色景點，包括夜遊黃浦江欣賞浦東和浦西兩岸夜景：又到城隍廟品嚐馳名的小籠包和地道小食。而最重要的是有機會與當地中、大學生進行交流，我們分別參觀了上海洋涇中學和同濟大學，讓我更了解他們的生活模式原來比香港簡單，娛樂活動較少：而學習環境比我們寬闊舒適。

這次交流團的重點當然是參觀世博園區，園區分開了浦東和浦西，我主要參觀了中國館，香港館和澳門館，以及其他主題館和一些比較有特色的聯合館。中國館內最觸目的清明上河圖生動仔細，讓我感受到圖中熱鬧的氣氛，使我猶如置身其中。而香港館以電子技術為主題，當中有很多互動的遊戲，讓我們可以發揮創意，自製電子手信給朋友，既環保又獨一無二。最令我留下深刻印象的是澳門館，透過一個故事，帶出澳門用兔子為館身的原因，和能夠把澳門的特色表達得淋漓盡致，如賽車、豬扒包、賭場等。

這次除了與當地學生交流外，更有機會與東華三院十八間中學的同學認識，交流和合作，發現了東華確是精英雲集，各學校在分享會上發揮創意，以不同表演形式介紹上海與香港的文化及環保的發展。那晚的表演真令我樂而忘返。

這次交流團是東華三院與香港青年交流促進聯會合辦的，青年交流聯會大使在旅程中協助我們，他們分享了寶貴的交流經驗，以及告訴我們關於上海的特色文化和注意的地方。他們就好像哥哥姐姐一樣細心地照顧我們，使我們的旅程十分順利和愉快。他們有時更會在車上跟我們玩遊戲，讓我與其他學校的同學更容易互相認識和投入於旅程中。

在這裡我感謝東華三院給我機會參與今次的交流團，讓我從中加強了與人溝通的技巧，認識了很多新朋友和對上海的了解更多，更深，真是獲益良多。

鄧雅榕 中七乙

我是個「大香港主義」者，從未到過上海的我一直以來都覺得如果以香港與上海比較，無論教育、政治體系、人民素質，抑或是硬件和硬件的配合方面，香港都較上海優勝。今次有機會到上海一闖，卻使我明白到我只是「井底之蛙」。

上海地大物博，據資料所得上海的發展空間是香港的六倍，加上上海的人均生產總值由 07 年剛被受重視到 10 年短短三年間已超越香港，可謂勢不可擋。此外，在交流團中與當地學生交流發現他們從小培養刻苦耐勞的精神，例如他們可在高溫下忍受在無冷氣的房間中上一整天課，我作為一個在無冷氣日」也感到慘痛不已的香港學生來說，對於他們這種忍耐力實在甘拜下風；對於將面對的高考，他們的目標也很明確，專心考入大學，可惜是中國的大學不能收錄全中國的高考生，相反，在香港，有三分之一的高考生有機會考入大學，其他學生也有別的升學途徑，身在福中不知福的我們還每天浪費時間於「面書」、MSN 這些虛擬空間，你說慚愧不慚愧。

回到香港後，我一直都在問自己，當別人在努力讀書時，你在幹什麼？所以我很感激東華三院和校方給予我是次難得的機會放眼世界，除了見證上海的發展、中國的起飛，也增強了我努力讀書的決心，令我再一次腳踏實地面對自己、面對世界。

黃樂儀 中七乙

今年世博於上海舉行，是次交流團讓我有機會到場參觀，十分高興。

到達上海那天，導遊安排我們到黃浦江附近遊覽。那時，我感覺自己沒離開香港，那兒的建築風格和夜景與香港維多利亞港兩旁的無兩樣。

在整個交流團中，我們有兩天遊世博。即使到場參觀的人數極多，每次進會場都要等待片刻，但會場的人流控制完善，我們在等候入場時，亦有坐位休息，沒有混亂的情況出現。

場內令我印象最深刻的是中國館。它由紅色柱子搭建而成，外面是個組成「華」字的倒三角形。館內即擺放了中國古典文物，亦展出較高科技的發明。當中動感清明上河圖最能吸引我。在長長的熒幕上，清明上河圖內的市民有的在流連，有的在和朋友對飲，十分真實。

中國館亦展出一些環保科技，如電動私家車。在館中央還有一個圓形水幕，它以控制出水時間，形成一段段文字在水幕中出現，這水幕既環保，又有美觀作用。

除了遊世博，交流團亦安排到洋涇中學及同濟大學作交流及參觀。兩所學校都給我同一印象——大。特別是洋涇中學，單是有關美術的課室，已佔了一整層，設備十分完善。

上海是個發展迅速的城市，當地學生的刻苦耐勞是最值得我們學習的。



家教會之窗



黃慕貞老師

第十三屆會員大會已於十月九日舉行，新一屆的執行委員正式上任，委員的職位分配如下：

職位	家長委員	教師委員
主席	石陳秋琮女士	
副主席	馮樹財先生	黃慕貞老師
司庫	張陳少琴女士	鄭傳媛老師
秘書	葉梁敬雙女士	黃雪茵老師
康樂	林耀華先生	阮肇基老師
聯絡	徐周麗娟女士	伍毅慈老師
總務	邱黃佩玲女士	葉存楫副校長、文少薇老師

另外，本會亦邀請明愛賽馬會屯門青少年綜合服務單位主任麥磊樂先生以「處理子女情緒的竅門」為題演講，提供有效方法讓家長了解子女的成長。

此外，家長教師會於11至12月舉辦4次瑜伽班及於11月26日家長日舉辦親子理財工作坊，兩項活動的反應理想。瑜伽運動可使人身心舒泰，完成活動的家長都精神奕奕。親子理財工作坊則同時令家長及同學掌握運用金錢的正確態度及妥善管理資源的技巧。

輔導角

電腦是天使，還是魔鬼呢？

輔導組 梁雲鳳老師

在家長而言，以上問題，答案大多數是後者，因為很多家長都反映，自從家裡有了電腦，與子女的關係不斷變化，甚至急速惡化！究竟電腦是否一定邪惡呢？正所謂『水能載舟，亦能覆舟』，最重要是我們如何運用它呢！

一個學生，沉迷電腦不會是一朝一夕的，家長們你會想起學生們何時開始沉迷電腦呢？一個人的行為模式一定會有一個歷程，才可以成為一種習慣。既然成了一種習慣，相信家長們都希望知道如何處理！以下是一些小貼士，不妨引為參考：

1. 態度溫柔而堅定

- 在管束孩子沉溺電腦遊戲或活動時，必須溫柔而堅定。溫柔可避免與孩子產生衝突，引起孩子的反叛情緒；但對於孩子因自制力不足而沉溺於電腦時，父母必須堅決地給予限制。

2. 訂立清楚規則

- 不應指出上網行為是錯而制止他們上網，因為這樣容易造成衝突。要與孩子商討怎樣不會因上網而影響日常生活及學習。訂定清楚的準則、限制上網時間，與及違反限制的後果。

3. 制定合約

- 與孩子一起訂定合約。清楚用紙張列明孩子每天上網的時限及違反約定的後果，然後雙方分別簽名作實。

4. 改變使用電腦的環境

- 將電腦安裝於當眼的地方，如客廳等，以便能了解子女上網的情況。

5. 安排其他活動

- 家長如可能的話，多留在家中陪伴子女，減少他們獨自上網的時間。又或為子女安排其他有益身心的活動，讓孩子有多元化發展的機會，為孩子提供電腦以外的選擇。

6. 培養自律精神

- 體會明白孩子逐漸成長，對獨立、自主的需求越來越大。因而在教養孩子的過程中，培養孩子的自尊感及自律精神，讓他們對自己的生活負責任，才是管教孩子最有效的方法。

（節錄自香港明愛青少年及社區服務出版『關心孩子上網家長手冊』）

最後，如果以上的小貼士都幫不了你，當然要尋求協助，讓老師、社工和你一起面對吧！

~~~~~莘蕾園地~~~~~

## 開課第一天

張芷君 中一丁

「對了！你的中學生活怎麼樣？感覺如何？班主任好嗎？」面對小學朋友的提問，不期然令我想起第一天上中學的情況。

第二天要上學了，我仔細地檢查新校服和文具，看看有沒有遺漏甚麼的。我躺在床上，一直在想：不知道我的老師是怎樣的呢？同學們友善嗎？想着想着，我便睡着了。

「叮——叮——」鬧鐘響了，我起床梳洗，然後穿上淨白無瑕的新校服。抵達學校後，就看到操場上密密麻麻，穿着白色校服的人們在興高采烈地談天，想必他們都十分期待新學年的到來。我一步一步地走向操場，突然看到幾張熟悉的臉孔。啊！原來是我的小學同學，我走了過，聊了幾句，便聽到老師宣佈叫我們到露天操場排隊。天啊！那麼熱的天氣！幸好，老師宣佈的時間不是很長，之後，我們便跟隨老師返回課室了。

到達課室，老師為我們編排座位，我跟後面的同學寒暄了幾句便慢慢熟絡起來，也許是因為我們來自同一間小學吧！

過了不久，下課的鈴聲響起了，同學們一窩蜂地走出去，聊天的聊天；玩耍的玩耍。一天就這樣過去了。

「不錯啊！中學環境不錯，老師們也很友善！」我這樣回答朋友的問題。

## 我的摯友

張晉杰 中一丁

我相信每個人都會有很多朋友，至於「摯友」，那應該只有一位。我的摯友只有一位，他便是周錦綸。他身形肥胖，有一雙小小的眼睛，一個小小的鼻子和一張大大的嘴巴。

為甚麼我們會成為朋友呢？其實是有幾個原因的。首先，我們早已認識了，因為我們由幼稚園至中學都是同校的，所以我們一起玩耍的時間就多了。其次，我們除了是同學外，他還是我的親戚，所以我們的關係就更親密了。還有，我們所喜歡的事物都很相近，例如我們都非常喜歡做運動，雖然運動有很多種，但我們都是不約而同地喜歡足球、手球、乒乓球、籃球等。籃球是我最喜歡的，也是我們最擅長的運動項目，因此，我們就加入了學校的籃球隊，還期望今年能夠取得三甲之內的佳績。因此，我們就成為了好朋友。

他是我的好朋友，但為何他能夠成為我的摯友呢？其實是因為一件事情，以至我對他的印象非常深刻。事情是這樣的：那天是星期六，我們不用上學，於是我便相約他到籃球場打籃球。正當我們玩得很開心時，突然有兩個大約十六、七歲的青少年走過來，把我的籃球搶去後，走到另一邊玩耍。於是，我便走過去跟他們理論，但他們竟然兇神惡煞地跟我說：「我喜歡拿你的籃球，不滿意的就打我！」我感到非常害怕，頓時不知所措。但周錦綸就挺身而出，替我搶回籃球，還對他們說：「要是你們再生事，我們就報警，讓警察拘捕你們這兩個壞蛋！」他們聽完那番話後，便死氣沉沉地離開了，我們非常開心，因為我們一起擊敗了兩個壞蛋。就是因為這件事，我對他印象就越來越好了。

直到現在，我們差不多每天相約外出玩耍，我們的感情也越來越深厚，可說是一對難捨難離的好兄弟，正所謂：「好兄弟，有今生，沒有來世」，我覺得他是一個非常勇敢的人，因為他救了我，也令我變得堅強，不容易被人欺負。

## 但願友情不會減退

李文進 中一乙

我的摯友名叫何偉庭，他是一個十項全能的男孩子，又是一個喜愛幫助同學和熱愛運動的人。他身形強壯、短頭髮、有一隻明亮的眼睛。

在我小學三年級的時候，有一位同學相約我們到體育館打羽毛球，何偉庭也在其中。我跟他打了一場單打賽，我們的球技不相伯仲，但到了最後一球，他竟飛身撲救，還把球打在網上，球垂直墮下，結果他勝出了。之後，我們合作打雙打賽，我們合作無間，結果勝出比賽。在比賽中，我發現自己跟他很合拍，所以我們就做了朋友。

結識他以後，我細心觀察他，發現他是一個熱心助人的人。那天，我打羽毛球後回家途中，看見一個婆婆坐在地上，表現得很辛苦。忽然，何偉庭跑上前扶起婆婆，還帶她到一個陰涼的地方休息。接着，我問他：「你為甚麼會幫助這個婆婆？」他說：「助人為快樂之本！」那時，我便清楚知道他是一個怎樣的人。我們一同參加了很多比賽，屢戰屢敗，又屢敗屢戰，終於，我們在屯門區分齡羽毛球雙打比賽中取得冠軍，之後，我們經常加緊一起練習。

我很開心能結識他，雖然現在我們不是就讀同一所中學，但我仍然會經常聯絡他，相約他打羽毛球，希望我們的友情不會減退。

## 壓力

余妮薇 中一戊

我的……壓力好大好大……  
一本一本的教科書壓在我的  
背上……  
頭上……  
好累……好累……

我好想……好想……  
睡上……一百年

# 愛

吳泳鏗 中一戊

我用雲，  
在天上寫了一個字，  
希望她看到。

我用風，  
在空氣中寫了一個字，  
希望她感受到。

我用愛，  
在心裏寫了一個字，  
希望她知道。

## 派發試卷的一刻

霍亮 中三乙

今天是期終考試派發試卷的日子。大清早我回到課室，便看見同學都對成績議論紛紛。其實我心裏清楚，這次的期終考頗困難，但我仍希望能得到好成績。

忽然，課室突然變得鴉雀無聲，原來老師已經來到課室了。

今天的老師和平時很不相同，她一向面帶微笑走進課室，但今天她的表情卻很嚴肅。我看着她眼睛，嘗試從中讀取一些資訊，但是，她冷冰冰的目光卻令我愈看愈心寒。老師走到老師桌前，說：「這次的期考有很多同學的成績不理想。」她的聲音充滿了失望，我聽起來像地獄之音，我抽了一口涼氣，本來平靜的心，一下變得狂跳不止。

派發成績單了，我看着一個個同學到老師桌前，接過成績單後的愕然、驚慌表情。最後，他們全流露出傷心的神色，臉如死灰般活像戰敗的士兵。甚至，我已經聽到有人在低聲飲泣了。我的手心在冒汗，額角也冒出了大豆般的汗珠。

輪到我了，我慢慢離開位子。我是坐在距離老師桌最遠的位置，但是當時我卻覺得只是近在咫尺。我生平第一次希望這段路永不會走完，老師平日和善的身影，今天看起來極像一名冷酷的劊子手。我感覺到我的心快從胸膛中跳出來了，雙腿活像灌鉛一樣。我一步一步艱難地走到老師桌前面，生怕取到不理想的成績單，辜負了媽媽的期望。我伸出顫抖的雙手接過成績單，然後打開……和目標成績一樣。我長長地呼出一口氣，懸在心頭的大石一下子放下，心情變得輕鬆起來。

這次的成績雖然不高，但也達到了目標分數，算是沒有令媽媽失望了。還有下次期考我一定要更努力，增加自己的自信心，免得下次取得成績單時緊張。

## 我與好朋友相處的一件難忘事情

許霆 中三乙

「咔嚓」的一聲，醫院病房的門被我打開了。我慢慢地走進去，怕會驚動躺在病床上的好友。我沒有想到多年不見，居然會在這裏與他相見。

昨天晚上，我多年不見的好友陳明母親致電給我。帶來一個令我震驚不已的消息。陳明居然患上了肺癌。一向健康的他，居然……

我慢慢地走到陳明的母親身邊，看着躺在病床上的陳明，他比我認識的陳明消瘦多了。雖然他患上肺癌，可是睡覺的神色卻沒有露出一點痛苦的表情，他還是一樣的堅強。我輕輕地把陳明身上的被子往上拉，蓋過陳明的肩膀。曾幾何時，陳明替我這樣做過。

在我小學六年級的時候，我曾經生過一場大病。我很害怕，以為自己會病死。可是，就在這個時候陳明出現了。他安慰我，鼓勵我，讓我感覺到有人支持我的。就在陳明臨走的時候，他輕輕把我身上的被子往上拉，蓋過我我肩膀，這個小動作使我充滿力量。也在陳明探病後的幾天，我就病好了。

躺在病床上的陳明緩緩地張開眼睛，看見我後，臉上露出一絲的笑容，說：「你來了。」就這樣短的一句話，卻讓我感到陳明對我的掛念。我也回了一句：「是，我來了。」也是很短的一句話，但我相信陳明能感受到這句話當中蘊含對好友的掛念。

中學二年級的時候，我參加了學校的籃球隊，我是抱着玩樂的心情去參加的，殊不知這原來是一個「地獄」。籃球隊每天都要練習，非常辛苦。而且還有嚴厲的教練，我一做錯就會罵我。我真的很想放棄，離開這個「地獄」。可是，陳明卻鼓勵我參加下去，使我不會半途而廢。因為他，才使我有現在的成績……

「明，你知道嗎，我加入了國家籃球隊。」我看着陳明說。

「真的嗎？你真厲害呢！」陳明充滿笑容地說。

「這都是因為當年有你的支持，我才會有機會加入國家籃球隊……咳……康復……咳……後，我們來……咳咳咳……一場比賽吧……咳咳……」陳明辛苦地咳嗽着，「我真我很高興能再次遇見你呢……霆……」

「嘟」的一聲，陳明身上探測心跳的儀器顯示陳明的心跳開始下降。陳明也慢慢合上眼睛，喃喃地道：「我……看見光啊……我要……走了嗎……」此時，醫生進來立刻為陳明進行急救。這時，我偷偷轉身拭掉流下的眼淚。

陳明母親在我身旁痛哭，我一邊安慰她，一邊想：「明，你一定要康復啊！我等你跟我比賽呢！」

## 五年前的盛夏

文泳欣 中三乙

夏日炎炎，公園裏的楊柳被暖風吹得左搖右擺，好像搖曳多姿的少女一樣隨風起舞。我坐在陽台的安樂椅上，享受着這一刻的悠閒謐靜，思緒卻不禁飄回五年前的盛夏。

那年的某一個夏日，我回到我的家鄉——一個充滿鄉村風情的小村落。村民見到我回來都笑容滿臉，有幾個叔伯還跟我搭訕了幾句，問我能否適應大城市的生活，城市裏的人是不是爾虞我詐，弄得我一時不知所措。雖然在這小村落生活了十多年，但體驗過城市人的狡猾奸詐，這一刻還是要感嘆上蒼留下的這一塊淨土。沒有爾虞我詐，只有一份純樸的美好。

走過五、六條蜿蜒的小徑，來到奶奶的門前。大叫了一聲：「奶奶，我回來了！」奶奶踏著緩緩的步子走出來，說了聲：「你回來了！」雖然聲音裏沒有多少感情，但從她眸子裏點點的淚光可以看出喜悅之情。

跟奶奶吃著午飯時，米粒的淡淡清香讓我回想起小時候的事情。自幼父母雙亡，依靠奶奶耕作來維持生計，亦都是奶奶讓我唸上村裏的私塾。雖然唸書的機會難來不易，但我對四書五經實在沒有好感。上課時，我最掛念的是奶奶煮的白飯。有一次，我告訴奶奶：「奶奶！奶奶！我不要上學了，我要與奶奶一起下田耕種。我不要做大懶蟲！」奶奶對我說：「妹妹，讀好書，將來才有好的作為。否則，就要像奶奶一樣幹一輩子苦活。況且，耕種太辛苦了，等你長大才算罷。」

又有一次，我問奶奶：「奶奶，我長大了嗎？」奶奶望了我一眼，笑著地說：「妹妹，長大了！長大了！」聽了奶奶的話，我高興地問奶奶：「那我是不是可以下田？」奶奶詫異地道：「傻孩子，耕種不是易事。等你學有所成的時候，奶奶就會讓你感受一下耕作的艱辛。」後來，我問了奶奶這樣的話很多次，但耕作這件事情都在奶奶的回答下不了了之。後來，出到城市工作，更沒有機會下田。

「妹妹，想什麼入了神？快把飯吃完。」奶奶一邊吃飯一邊說，我道：「奶奶，還記得小時候我最想做的事嗎？」奶奶說：「當然記得。你提及下田耕作這件事不下二十次了。我真不明白你為什麼對這事念念不忘。人家的孩子，每個都想在私塾唸書。唯有你這怪胞呀，對下田情有獨鍾。不會現在又想下田耕作吧？」我道：「當然。你孫女我是不到黃河心不死的人，不會這樣就放棄。奶奶，你就行行好吧！」「好啦！好啦！都二十年了！人都長大了，還撒嬌，羞不羞人呀？」

夏天是稻米收割的第一季。跟著奶奶下了稻米田，雙腳踏在堅硬田地，望著一大片稻米田，純樸的氣息迎面而來。稻米高於我的小腿，金黃的稻米迎風搖曳。下午的太陽雖沒有正午的太陽猛烈，但都已經讓人汗流浹背。奶奶一邊為我講解割禾技巧，一邊收割稻米。不等奶奶說完，我已經蠢蠢欲動。拿著鐮刀，狠狠地割了一下。我不禁嘆了口氣，心想：沒經驗的初學者真是太對不起這些稻米了。竟然比奶奶割的多出一大吋，真是罪過罪過啊！奶奶當即鼓勵我，告訴我不要放棄。得到了奶奶的鼓勵，我又有了信心。心想：出來創業這幾年的艱難時刻，我都捱過去了，還有什麼能比這更辛苦。

割呀割！割呀割！奶奶和我都已大汗淋漓。奶奶突然停下對我說：「年紀大了，奶奶不能像你一樣精力充沛，我到田邊休息一下。」我「嗯」地應了一聲，就繼續割禾去了。事後，當我想起奶奶的累顏時，都會追問自己為何不多關心一下奶奶，以至留下這麼一個遺憾、內疚。

黃昏的到來，結束了我半天的收割工作。吃過晚飯，與奶奶告別後，我又趕回我的工作窩奮鬥。

上車前，奶奶跟我說了很多話。當中包括要我注意健康和做人的道理，但令我最不能忘懷的是奶奶說的一聲「再見」。話內包含傷感，遺憾等多種複雜的別離情緒。正當我察覺到不對勁，想追問的時候，車已經走遠，奶奶的身影已離我而去了！我亦沒有深究箇中原因。

直到一段時間，家鄉的村民致電來告訴我奶奶去世的消息，我才知道自己已錯過一些無法挽回的事情。

遺憾已經留下，傷心也漸漸減輕。唯有奶奶對我的愛和回憶，以及教導我做人的道理永存心中。當然，「誰知盤中餐，粒粒皆辛苦」這句話亦成為我教導孩子的至理名言。

## 期終考試

余穎琳 中三丙

臨近考試，學校的氣氛慢慢變得緊張。每一位同學都開始著手準備自己這一學年最後的，亦是最重要的考試。每逢小息和放學，同學都手拿著書本，以便把握時間溫習。而我則在家溫習至通宵達旦，這樣做只是祈望獲取佳績。

考試當天，看見身邊每個同學都好像胸有成竹似的，不免為自己擔心起來。上到課室，老師便派發試卷。當老師一開口說開始，同學就迫不及待打開試卷。我也不敢怠慢，立刻目不轉睛地閱讀試題。課室裡一片寂靜，靜得連嚥口水的聲音也能聽見。我抬頭看着同學，他們全部專心注視著試卷，自信地寫著答案。再看看我身旁的同學，他眉頭緊鎖，好像遇到困難解不開，十分苦惱。我開始重新專注在考試卷上，繼續答題。

考試時間即將結束，但我還有一大頁的試題未完成，於是寫字的速度愈來愈快，奮筆疾書，手心冒汗。我不時抬起頭望望時鐘，希望能爭分奪秒作答。幸好，到最後一刻終能完成試卷，整個人在瞬間鬆了一口氣。

經過了幾天的考試後，接着便到學生們最期待的時間——派發試卷。我雙手接過試卷，緩慢地打開它。呼！成績僅僅合格，真是幸運。雖然這次成績未預我所想，但相信下年度我能夠做得比現在好。

## 街舞班

賴君朗 中三丙

天色昏黑了，為何媽媽不允許我？我只是跳舞而已。媽媽的決定令我痛苦、傷感、悶悶不樂，我只好困在房間看天色。

暑假，我正當去找興趣班去學新事物，單張上沒有特別的課程，唯獨街舞班卻吸引了我。我馬上期待媽媽下班回來，詢問她的意見。

六時正，我躺在床上，正在觀看我至愛卡通人物的節目。鎖匙開門的聲音，傳達到我的耳朵，我把傳單放在桌上，更用紅色墨水筆畫了個大圈，圈着「街舞班」，價錢為五百元正。

我扮着專注看電視，看見媽媽看完後卻一走了之，我好奇拿着單張問媽媽，媽媽卻毫不猶豫地答：「不要上這些危險興趣班，我絕不允許！」我已怒髮衝冠，便把單張撕掉，把自己困在房間裡。

看着天色黑如墨水，皎潔的月亮令我覺得在黑暗中還有一絲希望，我看着書桌一張和媽媽的合照，令我回想起一件事……

小時候，我哀求媽媽買一個價值三百元的昂貴玩具。媽媽亦決絕地不買，我只好垂着頭回家。但在這年聖誕節早上，我書桌上有我想擁有的超合金模型，令我開心了好幾天！

媽媽催促我吃晚飯的時間已到，不要再鬧情緒，我只好乖乖認輸。吃飯期間，我想得一清二楚，知道媽媽工作辛苦，不可以亂花她的辛苦錢，亦不可以和媽媽疏遠關係，不可再冷戰！因此，我便說我不報名興趣班。

媽媽卻向着我微笑，我想了想，媽媽道：「我亦想清楚，這是你的興趣，我亦無法阻擋你，而且跳舞也可以強壯身體，但要注意安全，而且價錢要自己分擔！」我當時真的樂極無窮，最後，我和媽媽共吃一餐別有風味的晚餐。

## 農曆新年夜遊花市

陳舒婷 中四甲

今天是年三十晚，是花市的最後一天，我們全家決定到那裏感受一下熱鬧的氣氛。穿過密集的人群，終於到達維園花市。那裏人煙稠密，燈火通明，四周都是人們叫嚷的聲音。

花市裏有各式各樣的檔攤，除了有賣桃花的，也有賣玩具和賀年物品的，令我們目不暇給。檔攤分了乾貨區和濕貨區，類型相似的檔攤總不喜歡羣居在一起，檔攤之間的小巷是狹窄的，但人們卻喜歡在巷裏擠擁。他們有些拿着風車，有些抬着桃花，有些則與檔主激烈地議價，好不熱鬧。

轉了幾個彎，幾首熟悉的歌曲忽然傳來，我們被音樂帶領到一個售賣賀年物品的檔攤。檔攤裏的幾乎全都是象徵「好意頭」的賀年物品，牆上更掛着幾副對聯，為檔攤加添幾分書卷味。我嘗試在一籃賀年物品中找尋歌曲的來源，正當我打算放棄之際，竟踢到一個軟綿綿的東西。啊！原來是這個「財神」公仔在唱歌呢！

走着走着，我們看到一個檔攤裏堆積着一大羣遊客。上前一看，才發現原來這是一個售賣桃花和年桔的檔攤。這個檔攤可真大，地上放滿大大小小的桃花，讓我們慢慢挑選。我沿着通道，欣賞着兩旁的桃花。今年的桃花更勝往年，它們白裏透紅，就像無數美麗動人的小姑娘。檔攤裏的桃花和年桔的價錢都非常吸引，遊客們都爭相購買，以求在新一年裏「大吉大利」，「桃花運」接踵而來。

我們沿着檔攤之間的小巷，一直走到花市的最後。一股香味突然從後撲鼻而來，我們回頭一看，竟發現一列售賣特色小食的檔攤。那裏除了有地道小食，還有來自各地的美食。很多人在完成一輪「掃貨」後，都會在這補充體力，然後才將一袋袋的「戰利品」抬回家。

今天是花市的最後一天，每個檔主都盡最後努力，以求出賣所有貨品，而遊客則竭盡全力，以求買到「心頭好」。儘管如此，在這個熱鬧的氣氛中，每一人的臉上都掛着一個滿足的笑容。這是這裏的一個重要特色，亦是我每年到花市的原因。

## 中秋節夜遊蝴蝶灣泳灘

葉繕渝 中四丙

我沿著小石路，走進泳灘旁的小公園，首先映入眼簾的是一座座高低不平，形狀不一的假山，旁邊大樹的樹葉隨著微風起舞，發出「沙沙」的聲音。再往前走數步，躲在假山後面的是一個小的池塘，池水一片漆黑，但偶爾仍能隱約看見一些小小的漣漪，天上皎潔的月亮映射在池水上，為平靜的池水帶來一點生氣。這時候，天空下起微雨，令池水變得熱鬧起來，我突然想起兩年前的那個中秋節……

兩年前的中秋節，我和爸媽如常到外婆家賞月，我們到達時，所有親友也齊集了。我們走上天台，燒烤的用品已經準備好了，填飽肚子後，外婆像過去十四年一樣向我和表姊妹走來，說起中秋節那個關於月亮的故事。所謂關於月亮的故事，其實只是大家都耳熟能詳的「嫦娥奔月」罷了，不知道外婆是真的因為年老而忘記自己每年都會說一次，還是她喜歡這個故事，令她說過一次又一次，仍是意猶未盡，反正我們每次都會乖乖坐下聽她說。只是，這一次的，和以前截然不同。

「傳說嫦娥在天上會監視著人們的生活，人離開世上後會飛到天上，化為一顆星，善良的人會被安排在月亮的旁邊，讓月光映照著……」我心裡有一種奇怪的預感，但我沒有想太多。回到家裡，一份不安的情緒一直擾攘著我，我躺在床上，看著窗外那神秘的月亮，想著外婆的話，待虛弱的陽光若無其事的灑在我的房間內，我才真的進入夢鄉。

中秋節過後，公式化的生活再次啟動。不久，外婆離世的消息卻突如其來的傳來。

嘈吵的電話鈴聲把我拉回現實。「我到達泳灘了，你在哪裡啊？」我把我的位置告訴朋友，沒多久，就看見朋友從遠處走來。我掛了電話，抬頭看著月亮，發現旁邊有一顆特別亮的星。看著看著，眼前的事物逐漸變得朦朧，我知道，那顆星一定就是外婆。

## 中秋夜

吳志龍 中四丁

中秋佳節，人們紛紛慶祝節日，意表人月兩團圓。人們總會找個好地方，一家老少歡度佳節。此時此刻，我只想到我們一家人每逢中秋節必定會到的地方——海岸。

下午時分，海岸上只有偶爾幾個遊人經過，海灘上更空無一人，人們好像是忘記了今天是中秋節似的。

晚上，我快要到達海岸，遠望過去，無數星光一點一點地隱現，一條條發光的螢光棒在揮舞着，此刻的景象猶如仙景一般，萬千星火彷彿正在呼喚着你繼續前進。我迎着微風，走到沙灘上，踏着軟沙，向人山人海處走去。人群多得寸步難行，當中有的是一家老少；有的是情侶相依，有的是群朋結集。他們都自成一角，用燭光圍住自己小小的天地，有說有笑。他們好像早已相約聚集，一起舉行儀式呼喚嫦娥下凡似的。

在沙灘上已找不到安頓之處，我們便穿越人群，到達灘邊的公園去。公園四處掛着各式各樣的燈籠，形狀有兔子、青蛙、月餅等等，讓人目不暇給。不久，遠處飄來陣陣食物香味，我們便隨着香味尋索，只見幾張石台上放滿了各種慶節食品，人們則圍着石台上談笑歡聚，好不開心，食物發出的香氣更令人垂涎三尺。一群天真無邪的小孩子，一個個提着花燈圍轉，唱着中秋節的經典樂曲，笑逐顏開，整個公園充滿了中秋節的氣氛，這不禁令我想起自己小時候慶中秋的喜悅。

在不著眼處，我們發現了一張小石台，於是我們在小石台處安頓下來，在這裏，我們可以遙望黑夜中的幽深大海，欣賞各種燈飾，望向萬千星輝的灘上，享受人們慶祝中秋節的喜悅。這刻，我發現自己遺忘了一樣最重要的東西，我疑惑地仰望着星空中那一個渾圓、發着亮光的明珠，究竟他為人類帶來了多少次團聚？多少的思念？

## 考試夜讀有感

葉樂兒 中四丁

昨天晚上，當我在清理凌亂的書桌時，竟尋回了去年的文憑考試證書。看著證書上打印著的成績，令我回想那段既艱辛又快樂的夜讀日子。

在考試前兩個月，我還沒有意識到要趕緊溫習，為那個定「生死」的考試作好準備。當時的我還是每天無所事事，不是用電腦上網，就是睡覺。當我知道別人每天晚上都在溫習時，我更取笑他們過分緊張。但當距離考試只剩下一個月時，我開始思索起來，我是不是應該開始溫習呢？就於當晚，我展開了為期一個月的夜讀生涯。

當我翻開書本時，我頓然感到害怕，那時我才發現，原來溫習的範圍十分廣闊，那一刻我終於如夢初醒了！那天晚上，我一直溫習至夜深，絲毫不敢怠慢，因為我從未作過任何準備。如是者過了一個星期，我還有很多科目沒有準備妥當，有些內容甚至是不明白的。我開始有種「書到用時方恨少」的感覺。看著窗外的月光，我感到很後悔，為什麼自己不提早溫習呢？為什麼我上課時不專心聆聽老師的講解呢？在那一刻，我感到十分無助，書本上的知識，好像怎樣也讀不完似的，令我感到像熱鍋上的螞蟻一樣焦急。到了深宵四時，我終於可以睡覺了。當距離考試只剩下不多於五天時，我竟開始享受夜讀的過程。因為我在做一些練習時，發現原來自己經過這些夜讀日子後，已經掌握了不少知識，我帶著微笑抬頭看著月光，心情跟上次截然不同，我充滿信心。我為自己用心準備考試而感到快樂，而且還充滿著成功感。

其實「夜讀」是一件好事，是一個值得享受的過程。雖然會感到很睏很累，但當你發現自己已把溫習內容熟記了，自然會感到一份極大的滿足感和成功感。那份喜悅比任何事都來得快樂和興奮，因為那份喜悅是自己辛苦又努力地付出才獲得的成果。而且當考試成績公佈時，便會看見自己辛苦考獲的成績，總會感到安慰。

看著這張證書，令我再次回味、重溫了那段相當有意義的夜讀日子。

## 二手店

李麗華 中五甲

或許因為看得李碧華的小說太多，一看到這題目，立刻想起她說的一句話：「千萬不要買二手店的貨品」，因為那些經轉手的物件，可能因被拋棄而產生怨恨，然後……

不過，回到現實，二手店近年大受歡迎：圖書教科書、家庭電器、衣褲鞋襪、甚而月餅也有其市場，可見它必有過人之處。二手店是真真正正體現物盡其用的環保精神：去年買的牛仔褲只穿了三次就不合穿了，棄之可惜；把它賣出去，不僅可避免浪費，還可賣到些錢呢！買的那個又可以低於市價的價錢買到心儀的東西，可謂一舉三得！所以我從來都很支持這種交易方式。

可是，有一種另類二手店我是不能接受的——孤兒院。

你或許會問，孤兒院怎會是二手店？我們會因一時衝動而買了一件根本不合穿的外衣；同樣地，我們會因一時衝動而造了一個生命出來。

你以為孩子永遠停留於那個牙牙學語的可愛階段，你以為你沒有責任負起他的一輩子；你更天真的以為「船到橋頭自然直」，衝動了以後再算……但後來你才恍然大悟，原來奶粉尿片要用錢買的；原來孩子一點也不可愛；原來我不是來玩虛擬世界，你的面前，竟是個會長大的人。然後，你不知所措，迷惘下，你有意無意的走到一個垃圾站。潛意識叫你鬆開雙手，把你的玩物（或產物）放在其他產物身邊，離去。第二天，從報紙的一小角，看到那個曾與你相依為命的孩子。報導中，他被人喚作孤兒，而再送到另類二手店，等候別人來「購買」。人的價值在他身上顯得特別便宜，甚至免費，而你的人性在垃圾堆旁邊顯得有過之而無不及的臭！

你拋棄的，不是一本中史書（以史為鑑），而是一條生命，是一個人啊！人啊，你知道甚麼是人嗎？我想你不是，所以不清楚，讓我告訴你，一個人之所以為人，因為我們懂得思考，有能力追求真、善、美。故我們有血有肉，有感亦有情！誰也不願做一件被人只穿了一次就賣到二手店的外衣吧！而且，在等待新顧客的過程中，他會有多不安和難過，因為他很大可能給其他「貨品」比下去，隨時成了一輩子的「賣剩蔗」！即使終於等到顧客帶你回到一個新的環境，他也不見得會好過；始終不是親生的，心裏隔了一幅永不拆除的牆，那種孤獨與自卑，誰能體會？遑論要「分擔」？

你或許會說我把這事嚴重化了；我說你把這事看得太輕了。

不瞞你，我有一個姐姐和兩個弟弟，但其中一個弟弟正是因為某些人不負責任而遺下來的「二手貨」。自我們家收養了他後，我們每一個人的壓力也增了不少。除了經濟的負擔外，心理的壓力隨時間可把一個氣球壓爆。先說當事人，這裏沒有誰狠心跟他說他的母親已拋棄了他；他說他一直深信她終有一日，來找自己的；然而，誰清楚他心裏已經承受了多少次已落空的願望呢？「有媽的孩子像個寶」，那麼沒有媽的就注定賣到「二手店」嗎？

再說我的感受。升上中五，功課小測已排山倒海洶湧而至，但仍得每天替兩個弟弟看功課、溫習默書，我的時間還可從何而來？其實，二手店的店員，經營得很辛苦！

為什麼不論大事還是小事，你總不能三思而後行？我們是人啊，有血有肉，有感亦有情，為甚麼你要放棄思考？而且為別人作主，放棄讓別人思考的機會？

我家不是二手店，也不想世上再有這樣的二手店，更不希望有一些不是人的人擾亂及破壞常人的秩序及道德。

請你看李碧華的小說，即使是物件也可能因為被賣到二手店而然，何況一個懂得思考的人呢！也請你看畢後把它藏好，不然我怕有一天我會變成，「二手」下的忘魂。

# 瘦就是美

黎兆亨 中五乙

近年社會上瀰漫「瘦就是美」的風氣，情況嚴重。在我們身邊遍佈大大小小的纖體宣傳和吹捧。比方說，每當我們來到地鐵站，總會有十多個瘦身公司的廣告板。在報章、雜誌、互聯網上也有這些廣告的蹤影，無處不在。甚至，無論你是否肥胖，可能下一刻將會收到纖體公司的來電，詢問你是否要接受減肥療程。造成這種風氣的原因主要有兩個：

第一，「瘦就是美」已成為世界性風氣，有些人為了跟隨風氣而盲目瘦身。尤其在模特兒界，幾乎所有模特兒的身形都是纖瘦的。他們骨瘦如柴，穿着不同款式的時裝，因此不少人認為只要瘦便能穿起所有時裝，瘦就是美。大部分女性接收了這種思想，便約三五知己蜂擁至纖體公司，追求她們心中的美。

我認為，「瘦就是美」的風氣必須遏止，這個觀念是錯誤的。大家知道什麼是體重指數(BMI)嗎？它是量度體重的指標，有助我們找出標準的身材。我以為人熟悉的芭比玩具作為例子。世界上追捧着芭比這樣的身材的人多的是，但根據研究，芭比的體重指數小於 18.5，身材標準程度危險，表示營養不足，抵抗力弱，難道我們要追隨芭比的身形嗎？所以，我請各位明辨是非，明白「瘦就是美」的觀念是錯的，不應人云亦云。此外，模特兒界也應摒棄過瘦或為體重指標不及格的模特兒，以阻止錯誤的觀念影響世界。

第二，是傳媒的過份吹捧。無論在電視劇及電影，肥胖的演員大多飾演醜角及配角，主角大多是由纖瘦的演員擔任。另外，在電視廣告裡，我們也經常發現某某明星成功減肥，使觀眾因為明星效應而光顧瘦身公司。

傳媒的纖體廣告已到氾濫的地步。政府應監管電視台播放纖體廣告的次數，避免人們過量接收廣告。其次，傳媒應改變老是讓纖瘦的演員擔當重要角色，因為這樣間接鼓吹「瘦就是美」。

其實，追求和講究外在美並不是錯誤，畢竟打扮外表是人之常情，人性使然。可惜的是，現代人心中的內在美和外在美逐漸失衡。我們倒不如追求內在的美麗吧！只要做到均衡膳食，適當休息、適當運動和妥善管理情緒，相信大家也可做個真正健康又美麗的人！

## 獨來獨往的王允行

阮穎德 中五乙

「數學、物理、化學、生物科全級第一名，五甲班王允行。」在結業典禮上，司儀讀出他的名字後，台下的掌聲轟然響起，但過了半響，還未有人上台領獎。「他又在搞什麼？」「這人真麻煩！」我旁邊的一些同學開始不耐煩地道。在這典禮裏我們一直沒看見他的身影，直到典禮完結後，我才在課室的角落找到他。他正獨個兒看着窗外呆呆地出神，像是思考着甚麼似的，正如我第一次看見他那樣。

回想在開學的第一天，我剛走進課室就看到一位陌生的同學坐在角落。從遠處看來，他長有頭既亂且厚的頭髮，令他的頭看起來很大。再走近些看，見他神情有點呆滯，望着遠方，像是思考着甚麼似的，但漆黑的眼睛像是有光芒綻出。這是一雙不平凡的眼睛。他身穿的襯衣充滿皺褶、長褲過短、鞋上也破了個洞。他這一身的打扮給我一種不修邊幅的感覺，但他那雙明亮而閃爍的眼睛卻給了我一個深刻的印象。

「王允行，你為甚麼剛才不去領獎？」我問道。其實我知道這條問題是不會有答案的。「跟他說來幹啥？他又不會答你。」一心同學跟我道，說時正眼也沒看允行一眼，像是沒有這人存在似的。對於此情況，我也見慣不怪，因為不只一心對他這樣，全班同學甚至老師也是如此。也許他的性格過特別，加上他沉默的作風，所以他不太受大家歡迎。

從他第一天當插班生起，他就坐在那一個角落，一個人孤獨地坐着。眾所周知，允行是一個天資聰穎的學生，各個科目對他來說根本是毫無難度。上課時每當老師發問，他照舊默不作聲，但會在紙上寫下答案。我曾窺視他數次，每皆命中，實是令人自愧不如。從這天起，我已認定他是個天才。

然而，天才的性格是獨特的，不為世俗所接受的。他不修邊幅，每天以亂糟糟的頭髮、發黃的校服及散發出異味的身子示人；他每天永遠總是最遲一個進課室，最早一個離開的人。每逢小息，他只會坐在位子上凝望着遠方，靜靜地沉思着。他很聰明，但從來不交功課，令老師們又愛又恨。他沒有朋友，因為他從來不與人交談，這亦使他中、英文會話成績低落，令中、英文科未能考獲第一。同學們說他恃才傲物，目空一切，不屑與我們交朋友。我並不認同，因為天才的想法我們是不會明白的。

我靜靜地看着允行思考着的明亮眼睛。他正在思考，一定是十分深奧而複雜的問題，一些我永遠不會懂的問題。社會上也存在着很多像允行的人，不為世俗所接受，他們做的事令人費解，因為不合乎普通人的邏輯思維。可是他們卻活得很快樂，他們活在自己的世界裏，沒有思想行為上的束縛。電影《南海十三郎》就說過：「天才是不會跟世俗妥協的，因為他們有自己的一套獨特想法。」

「噹噹噹噹……」悠和放學鐘聲響起，允行快捷地背上背包，慢慢地走出課室。我看着他孤獨的背影，我有點妒忌，因為他可以不理會世俗的繁瑣。我知道他並不孤單，因為他的世界有他自己一個已經足夠了。

## 由溝通談起

李文雅 中六甲

兒子因為不滿母親日夜嘮叨不休，不讓他外出玩耍而痛下殺手，舉刀砍親母。這事件其實已不算新鮮，歸根究底，是什麼因素令越來越多的年青人對父母產生如此的深仇大恨？年青人的價值觀、人生觀又產生了怎樣的變化呢？

人們總說「溝通是化解矛盾的良方」，但卻往往不屑於溝通，這現象在父母子女之間最能體現。現代的青少年生活、學習條件優勝於上一代，這促使了他們不屑與知識水平比自己低、視野比自己窄的父母溝通。往往一段對話還沒有關始，便被兒女一句「說了你也不明白」化為炮灰了。說白了，現今許多青少年自以為學富五車便輕視教育水平低或目不識丁的父母。正因如此，兒女更不受教，面對父母苦口婆心的教導，一個「白眼」丟過去，再加上一句「和你有代溝，你不懂」，父母要不就啞口無言，要不就被氣得雞飛狗跳。

現今青少年有這樣不屑的觀念，皆因他們愈來愈缺乏發掘他人優點的意識，一切都以自己為中心和出發點。極其在意他人對自己的評價，一兩句讚賞就飄飄然，忘乎所有，反之，經不起批評，但又一昧批評別人，將別人身上的缺點一再放大，以襯托自認為自己所謂的優點。因此，當父母勸喻子女的時候，子女眼中看不到父母日積月累的生活經驗，只認為父母趕不上潮流，不懂新一代年輕人的想法。傳統被視為「老掉牙」的「父為子綱」等觀念早已被時下青少年擊破，母親的十月懷胎，辛勞艱苦，被青少年視為「理所當然」，從屬關係變成父母從屬於子女，實在令人感慨。

其實受害者又豈只是父母。課堂上，老師滔滔不絕，學生各有各玩，考試成績一塌糊塗卻不自省，反而怪責老師教得不好，當然，這不能全歸罪於學生，校外補習社的老師哪個不是一個勁兒地「踩低」學校老師，學生聽得多，自然潛移默化。最終致使他們從不反省自身錯誤，任何事只要將責任及罪名推卸予別人，便萬事無憂。

時代變遷，人的價值觀亦隨之而變，青少年中有太多的人持有扭曲的價值觀，是社會的潛移默化，還是他們太容易隨波逐流呢？

## 棄嬰

張蔚卉 中六甲

初生嬰孩呱呱落地，又一個新生命來臨，不是值得喜樂地迎接嗎？還有甚麼比嬰兒出生更值得父母欣喜呢？父母擁着嬰兒，臉上流露着幸福滿溢的笑容，是何其美好的畫面啊！

可是，這理應是必然的情節，卻不能每次都順利上映。取而代之的是母親臉上的恐懼與驚慌，甚至心生惡念，棄之不顧。同樣是一件純潔無比的事，但竟有截然不同的態度與處理手法。比如說，近來有數宗未成年少女分娩後因驚惶失措而棄嬰，有的甚至毀屍滅跡。可憐那小小的生命，還未能體驗過愛就離世了。這該歸咎於誰？還未懂事的男少女，其父母，還是現今社會呢？毫無疑問，他們都脫不了關係，要為事件負上責任。

涉案的年輕人，即所謂的「父母」，顯然有不可推卻的責任。他們壓根兒沒有想過履行父母的責任，終令悲劇發生。假若他們不是因放縱情慾而偷嘗禁果；因只顧享樂而不顧後果；因不知所措而逃避現實，那事情則可以避免了，那寶貴的生命就不必失去了。既然做了有違道德的事情，就該清楚及承擔所帶來的惡果。若然沒有承擔責任的勇氣，為何還要去做呢？何不三思而行？這樣的行事態度既愚蠢又自私，罔顧嬰兒的生死，跟殺人沒甚麼差異。

有的人會說，他們年少無知，犯錯也情有可原。看似合理的說法，但細想之下你會發現是多麼可笑的借口。難道他們從未上過學，閱讀報章或觀看電視，以致未接受過性教育，也不知道有前車可鑑及有許多鑑誡警惕着他們？他們會無知嗎？我看只是明知故犯罷了。再說，他們是可以尋求協助的，父母、老師及社工都可伸出援手，但他們卻逃避問題。

其次，有一點令我感到非常困惑，就是女兒腹大便便數月，父母竟未有察覺，這未免太奇怪了吧！可想而知，父母對兒女的關注少得可憐。在這樣的家庭狀況下成長，兒女的價值觀及行為較容易有偏差，以致誤入歧途。而且，沒有父母的體諒及協助，年輕人更是徬徨，終作出無法挽救，悔恨終生的決定。

除此之外，現今社會的道德觀念愈趨敗壞，每況愈下，婚前性行為及未婚生子已是普遍的事，大多數人均接納婚前性行為，這股風氣嚴重影響年輕一輩。

總而言之，棄嬰的行為實在可惡，更是可悲、可恥。罔顧嬰兒性命，棄之不顧，是可惡。本是血肉相連，但竟親手遺棄或殺害親兒，實可悲。年輕人不負責任，一錯再錯，豈不可恥嗎？錯在所謂的「父母」，但為何受罪的卻是無辜的嬰兒呢？被棄的嬰兒長大成人後，該如何面對父母呢？自出生起便被遺棄的滋味肯定不好受，對嬰孩的成長有深遠的影響，甚至留下心裏永不磨滅的陰影。

## 欺凌者的幫兇

黃熙彤 中六甲

對香港學生來說，欺凌一詞並不陌生。近年校園欺凌的問題日益嚴重，引起各界人士的高度關注。校園裏常見的欺凌是言語欺凌和集體欺凌。兩種欺凌方式都會在被欺凌者心中留下難以磨滅的陰影。

學生常以一種集體方式欺負一個學生。膽小怕事的同學較容易成為固定的被欺凌對象；而欺凌者一般是班上較有勢力的人。

欺凌者藉言語或身體暴力的行動羞辱弱小的被欺凌者，從中得到滿足感。欺凌者透過侮辱弱小，向對方表現出自身的優越。他們戴上「有色眼鏡」蔑視弱小的同學，以這種畸形的方式換取快樂。除了這種以魚肉別人為樂的欺凌者外，還有另一種欺凌者，他們以欺凌為手段，為求達到目的——凝聚崇拜勢力。總是有一種人喜歡成為眾人焦點，他們吸引注意的方式層出不窮。某程度上，社會上的滋事分子唯恐天下不亂地惹事生非，都屬於想別人留意自己的表現。欺凌者攻擊同學可算是滋事分子惹事生非的縮影。基於扭曲了的觀念，很多學生認為帶頭杯葛的同學非常有膽識，只因他做了其他人「敢想不敢做」的事。渴望在班中「成名」的人，便一馬當先攻擊不受歡迎的少數分子，以獲取眾人的支持。不出所料，剩下的同學一呼百應，有些倚仗欺凌的頭目，順勢一同以眾欺寡，另一些做旁觀者，在旁邊煽風點火。

不論是哪一種欺凌者，都因為本來不快樂，才去欺負別人。他們大多缺乏家人的關心和教導，因此長期受忽視和傷害，唯有用欺凌弱小的方式宣洩不滿和填補心靈上的空虛。

雖然欺凌者是事件的始作俑者，但是默默啞忍的被欺凌者也要為自己被虐負上部分責任。被欺凌者面對同學群起欺壓，不知如何是好，最後噤若寒蟬。其實，欺凌者就是看準被欺凌者不敢反抗，才肆無忌憚地蹂躪他們。由此可見，被欺凌者默不作聲只會令欺凌者變本加厲。若要改變被欺凌的命運，要做的並不是運用武力抗衡，而是勇敢地尋求老師的協助。說出來不是羞恥，而是有效地保護自己。

在這場「困獸鬥」中，遇有一個常見但不起眼的角色——旁觀者。有些旁觀者甚至像欺凌者一樣，會把事發經過拍攝下來。他們拍攝的原因並不是為了把片段交給老師作指證的證據，而是為了進一步攻擊被欺凌者。他們好像覺得看見被欺凌者受辱未夠盡興，需要拍下過程來重溫，甚至上載互聯網與人分享。旁觀者表面上擺出一副事不關己的模樣，他們不干預欺凌者，也不對被欺凌者施以援手，只是靜靜地待在一旁。然而，這樣不代表他們是中立的。他們不阻止欺凌者，反而在旁拍攝，只會助長欺凌者的氣焰，實際是幫兇。

要杜絕欺凌事件的發生，除了不做欺凌者，還望所有人都別當沉默的幫兇！

## 堅毅勇士——羅君左

羅家維 中六甲

一般流行性感冒，相信每人也曾經經歷過，一定明白患病時的痛苦，但只要數日後，病自然會痊癒。但試想想，當你患上疾病，它會困擾你一輩子，永遠無法痊癒。屆時，你又能夠輕鬆自在地面對嗎？

在一年前，藝人羅君左疑因患上糖尿病，其後病情惡化，需要進行截肢手術。最後，他的右腳被完全切除，變成殘疾人士。至近日，因為糖尿病病情惡化，誘發其他併發症，最終不治逝世。

的而且確，藝人羅君左的離世會令人感到惋惜。不過，這個消息同時啟發我，甚至全港市民一番新思維，對日後人生觀有一百八十度轉變。

首先，假若一般人喪失了雙腿，普遍也會自怨自艾，不敢面對其他人。始終這是沉重打擊。然而，羅君左卻用另一番態度去面對人生的挑戰。他身為藝人，相信外貌及四肢對他來說十分重要。試問傷殘人士又怎能在台上演出呢？普遍人均認為羅君左在手術後會立即引退。然而，這一幕並沒有發生。由他手術室出來第一刻，他竟向在場記者展露笑容，沒有遮蓋切除右腿。當時一刻，我感到莫名奇妙。每當人發現自己缺點，會盡量掩飾，不暴露於人前，但羅君左卻與這種做法背道而馳。

事後，他在訪問中透露，切除手術完畢後，他有一瞬間失落；但在下一秒鐘，他跟自己說，與其每天愁眉苦臉的生活，倒不如開開心心的迎接每一天，嘗試活在當下，感染身邊的人，這番說話，深深的感染了我。以往，每當我遇到困難，我只會怪責其他人、怪責上天，但從沒反省自己。的確，世事往往沒有十全十美，只要自己處之泰然，以平常心去對待，前面困局也隱約出現解決方法。

另外，羅君左先生也是一位敬業樂業的人。縱使失去右腳，他依然決定從事演藝事業。他拋開世俗人眼光，把個人經歷搬上舞台。他尊重自己職業，熱愛自己事業，但現今學生就慢慢遺忘了這道理。現時，學生普遍討厭讀書，認為這是一把枷鎖，牢牢的把他們困在學校。學生亦遺忘了學生的責任，甚麼尊師重道，同學之間互相幫助等早已拋諸腦後。他們上課時只愛談天說地而沒有顧及老師感受。同學之間經常有欺凌情況發生。漸漸地，香港青年不再尊重學生這身份，不再享受成為一名學生。羅君左生前樂於助人，死後也一盡己責，幫助有需要的人。他決定將生前所有保險，遺產、基金等全數捐助慈善機構。即使數目不為龐大，但他依然希望盡一己之力去幫助有需要的人。憑這份心意，已經是無價的。反觀，傳統中國中均希望將財產留給下一代。自然，下一代過着富貴生活，成為「二世祖」。把財產捐給慈善機構，既可以幫助到有需要的人，又可令子女不必依賴父蔭生存。這不是一項利己利人的舉動嗎？

羅君左的一生充滿傳奇色彩，接二連三的障礙並沒有絆倒他，反而他堅毅勇敢地面對前路。香港失去這鬥士，無疑十分可惜。但我們希望這顆種子，能夠散播到每位港人心中。

## 戲如人生

陳靜華 中七甲

戲如人生，正正是我看完虎度門的感覺。故事中的主角冷艷心在粵劇的舞台上是一個絕代芳華的花旦，但回到日常生活中都是一個平凡的人。但她的平凡人生中，卻有著一段段不平凡的往事，給人一種人生如戲的感覺。

說實話，在那一天入戲院之前我才知道虎度門一劇是說甚麼的，本以為是一套沉悶的戲劇，誰知，第一幕正式開始後，我就知道。這一次我不會輕易睡著，且要打醒十二分精神，不能錯過一分一秒。

上半場的一、二幕都給人一種高潮迭起，劇力萬鈞的感覺，讓我萬分期待下半場的開始，奈何，我認為下半場卻有點後勁不繼，粵劇的那一幕好像有點過長，有點多餘，讓人莫名其妙，而結局亦有點草草了事的感覺，到底是不是有點剪裁失當呢？我不敢妄下判斷，只能說是我眼中的美中不足。

但這一套話劇，已令我想到了，老倌一出虎度門，即渾然忘我，完全融入所演的角色中。正如我們生活中，每經過不同的門，我們也要投入不同的角色，穿過了校門我們是一個學生，要做一個學生的本份；穿過公司的門，我們就是員工，要做自己的本份。我慶幸，我穿過家門後，可放任自己，做回真我，但又有幾多人可以呢？

戲如人生，人生如劇，舞台劇可以綵排，但我們的人生卻沒有綵排。過了「虎度門」就要認真做好，因為我們沒有第二次機會。

## 虎度門

黎靜珊 中七甲

虎度門，這齣劇目共有兩道虎度門。一道在台上，一道在台後。

台上的虎度門刻劃得很清晰、鮮明。主角心姐面對要離開熟悉的舞台，移民澳洲，當中的焦慮緊張不言而喻。她在這時刻，竟重見親兒，忐忑的心又添了幾重。不過，就算她面對如何艱辛的景況，腳踏出虎度門，就變成了台上的角色。這是專業，更加是對演員的考驗。

在現實生活中，我們都扮演著不同的角色。在家，是母親的女兒；在校，是老師的學生。還有朋友、同事、女朋友等等身份。每個身份的職責或要求都不同。其實，不應把一個角色重疊到另一個角色中。作為學生，讀書考試承受不少壓力，很多時候脾氣回到家就爆發了。可是，難道一個好演員會把情緒帶到台上嗎？固然我們不是演員，也毋須演戲。但如果要當一名好女兒，就不該讓母親承受作為學生時得來的壓力。回到家，脫下校服，就是母親的女兒，就要盡孝道，而不是發泄情緒。

至於台後的虎度門，顯示出演員的一絲不苟。甫進場，台上微弱的橙黃燈光下，主角在梳妝。在於觀眾，戲還未開；但在於演員，戲早已開始了。台上的主角腰板堅挺，優雅地畫眉。縱然我們知道那是戲，但怎能不佩服演員的專注？無論台下是如何的喧鬧，演員依然每串動作滲出戲味，彷彿處於另一個時空中。

現實中，我們身邊也存在紛擾。正如現在選大學，周邊有很多意見，很容易愈聽愈混亂。但若果能像專業演員般，明白自己的工作和方向，就可以找出一條清晰的路。還有演員的專注，畫眉就畫眉，要完美地挺直腰板畫眉。要上大學就要把心一橫殺上去。

看虎度門，感受集中在演員身上。在香港當一名演員——尤其是舞台劇演員——很辛酸。沒有財源，就沒有戲開；沒有戲開，便沒有收入。為什麼演員還要堅定下去呢？我無意考究。不過，感謝一群業的演員，讓我對生活有多一點思考……

## 櫻花——不可玷污的神聖生命

張遠如 中七甲

生命短暫  
開得燦爛  
冰清玉潔  
誰  
不拜倒在她的裙下？

一瞬即逝  
永不貪圖  
長生不死  
誰  
在乎她生命的流逝？

無聲凋落  
雨的傑作  
不污不染  
誰  
忍心不造一個花琢

## 迴轉木馬

陳遠華老師

闊別多年的 迴轉木馬的聲音  
驀然又夢魘般  
在燈火闌珊處 漾起

催狂魔的號召魔笛 由小至大  
食死人的瘋狂猙獰 由遠至近  
一下連一下 一段接一段  
像大笨鐘的鐘擺 一左一右般  
以最大的力度直撼心房  
片斷在昔日與今天之間迴旋  
聲音在生與死之邊緣迴盪  
天與地高速旋轉  
黑暗與光明倏地交替  
連是與非也幾乎在逆轉

闊別多年的 迴轉木馬的聲音  
戛然而奇蹟般  
在燈火闌珊處 熄滅  
白晝驅趕黑夜之魅影  
是即是是 非還是非

## 鳴 謝

各老師、同學惠賜稿件

## 編輯委員會

### 顧問

陳遠華老師

陳一欣老師

王逸韻老師

鄭婉儀老師

蔡小雪老師

### 編輯

5A 何思樂

5A 李麗華

5B 蔡雪姚

5B 洪文雯

5B 李 敏

5B 田淑欣

## 出版

東華三院辛亥年總理中學

校訊乃學校與家長及校友溝通的刊物，為了更理想、  
更有效地發展校政，歡迎各家長、校友以下列途徑聯絡我們。

地址：屯門湖景邨

電話：24645220

網頁：<http://www.shd.edu.hk>

E-Mail: [mail@shd.edu.hk](mailto:mail@shd.edu.hk)