

你的心聲

徵稿啟事

本版歡迎各界人士投稿，來稿內容和題材不限，文責自負，每篇在600字以內，可用實名或筆名發表，但原稿需註明真實姓名和聯繫方法。如刊用將付薄酬。投稿及查詢，請電郵至：opinion@lionrockdaily.com

沒關係

香橙老師

在一年級課室內單打獨鬥，動作要很敏捷，不然望漏半眼，可能就有「小冬瓜」滾在地上。偷得半秒把手伸進簿櫃取簿，拿出來感到刺痛，原來是被層板邊緣將右手食指一小片肉削去。我立即把手收到身後，暗暗到課室藥箱拿取膠布，乖乖們沒有一個發現我受傷。直至我把手指伸進實物投影機指導功課，才有學生發現我手指滲血，連膠布都濕透，就七嘴八舌關心我。香橙習慣在學生成功時跟孩子擊掌慶祝，幾天後孩子見我手指仍貼有膠布，小手都特地擊得輕力一點。女兒最擔心我，硬說要幫我塗藥膏。

不知哪裏來的一句話：「有關係，就沒關係；沒關係，就有關係。」平日跟孩子關係友好，到孩子出事時，大事都變成沒關係的小

事。一天到運動場工作，路上迎面走來一名爸爸，他剛把女兒送到場地正門，讓女兒自己進去找老師。父親笑着跟女兒說再見，女兒走不夠五步就仆倒，哭着轉身追上找爸爸。我立即努力回想，卻找不到多少次兒女受傷時找我求助的片段。

在運動場工作當日，香橙負責管理秩序。學生知我辛苦，一個個向我送上零食，又有學生問我買雪糕要多買一杯給我。有學生進入決賽向我報喜，有學生輸了比賽向我訴苦。前輩教落，不要以為自己是老師，學生就一定聽話。學生不怕老師，只怕愛自己的老師傷心。育兒也是一樣，好關係令大事變成「沒關係」，就算父母不在自己身邊，孩子也會覺得「沒關係」。

一個人的跑步

一葉

讀書的年代，我從不踏足田徑場地，因為我很容易跌倒，特別在跑的時候。為了避免被要求參加田徑比賽，但又能爭取社分，我每次申請做啦啦隊隊長，這個職位做到中學畢業。那時候，我內心非常討厭跑步。可是，畢業後開始工作卻慢慢發現，可以再一起打籃球或排球的女性朋友不多了，她們或因為工作繁忙，或因為結婚生子要照顧家庭。漸漸地，我開始跑步，因為這是一個人便能做到的運動，而且在跑步時，也是思考人生的好時刻。

跑步是孤獨的，需要意志和毅力，需要堅持，但是跑步帶來的獨處卻是快樂和寶貴的。村上春樹在《關於跑步，我說的其實是……》一書中寫到：「至少在跑步時不需要和任何人交談，不必聽任何人說話，只需眺望周圍的風光，凝視自己便可。這是任何東西都無法替代的寶貴時刻。」

我在跑步的時候，內心想法的確和村上相同，頗有共鳴。

在運動場跑步，一圈又一圈，起點就是終點。人生不也如此，也是一個圈。運動場有筆直的跑道線，也有彎曲的跑道線。人生是一帆風順，還是會走很多彎路呢？還是兩者參半呢？在跑道上跑着，總會令人想起人生。但是，無論如何，人生掌握在自己的手上，要怎麼走，如何跑，自己選擇。

有時，跑步時會想着自己還能跑多少圈呢？但不知不覺就跑了10圈以上，還可以繼續跑，我卻選擇停下，不想為了美好的數字，令身體過於疲累，這樣反而會適得其反。人生也是如此，別太堅持和執着，否則傷身又傷心。不過，也要警惕自己，如果經常以忙為由就停跑，會變成終生都沒法再跑了。就像村上春樹所說：「繼續跑的理由很少，停跑的理由則有一卡車那麼多。」

「演藝嘉年華2023」活動詳情

地點：沙田大會堂

時間：10月22日14:00至17:00

光影交響

藝術盛宴

文化

「演藝嘉年華2023」將獻上多樣的藝術節目，相信能夠滿足喜愛音樂劇、舞蹈、戲曲的大家。香港演藝學院的學生將為觀眾獻上原創音樂劇《給我一個五千七的家》（選段），講述四位劏房住客在同一屋簷下，尋找「家」的心路歷程。相信音樂和戲曲愛好者將會沉浸在管樂合奏音樂會和粵劇折子戲《雙仙拜月亭》之「搶傘」等演出之中。嘉年華更將呈現舞蹈《Inside Out》（選段）、《今朝》、《海盜雙美人舞》與《一念》等劇目，讓大家充分感受舞蹈的魅力。

除豐富的演出之外，「演藝嘉年華2023」更同場加映特別延伸活動，讓大能親身參與到藝術表演之中。粵劇營運創新會舉辦的粵曲賞析會將由當代名伶黃碧琪與鄧美玲親自講解粵劇戲曲，鍾意粵劇的觀眾更可參與現場互動。一路青空舉辦的互動劇場體驗將呈現迷你·遊樂劇場《鴨鴨仔穿新衣》，更啱與小朋友一起參加。流空藝術工作室舉辦的心流藝術工作坊將提供多個舞蹈與水晶球工作坊，帶來不一樣的藝術體驗。

是次活動免費入場，但因名額有限，座位先到先得。延伸活動的門票將於當天中午12時在沙田大會堂詢問處開始派發，記得早點攞飛呀。無論是藝術愛好者或是希望帶小朋友一起欣賞節目，都不要錯過這次難得的機會，約上家人朋友一起參加「演藝嘉年華2023」，共同感受藝術的魅力吧！



■粵劇折子戲《雙仙拜月亭》之「搶傘」

■流空藝術工作室將會呈現動態紗舞工作坊。

■香港演藝學院木管和銅管合奏團將會參與演出。