

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

時光煮雪

尚慶海 作家

輕盈的雪花飄落在房頂、飄落在柴垛、飄落在小河，飄落在時光之上。陪伴着它的是凌厲的風。等待着它的是怒放的梅。念着它的是遠方的人。

等雪落成詩，白雲之上也堆積了厚厚一層，風踩上去，發出「啾啾啾」清脆的響聲，像青春的發卡，敲擊時光之音。

靜坐窗下，煮雪，烹茶。手邊放一本還沒拆塑料封膜的詩集，薄薄的一本，書名微暖，有雪的氣質。我不會打開這本詩集，更不會吟詠裏面的詩句，那些已老的青春，還未喚醒裝睡的人。

但時光未老，時光依然年輕。如雪般光潔、純淨；如雪般高尚、溫潤。多像年少的你我啊！那張徘徊在夢中容顏，是時光給予的厚愛。清澈的雙目，溪水流淌般叮叮咚咚的笑聲，像個無憂的孩子那樣可愛又任性，那都是時光的寵溺。

時光公平地對待每一個孩子，像雪一樣，來了，就覆蓋所有的事物。不管誰是龐大的，誰是矮小的，誰是高貴的，誰是低微的，誰是黑的，誰是白的。

時光總會攜手雪，走進每一個生命。

在抵達和漸進中，時光依然未老，時光依然年輕。雪依然高尚溫潤，依然光潔純淨。

時光對於雪，終是一如既往地鍾愛。如你我，鍾愛自己的父母、愛人和孩子。

鍾愛時光的人，必然鍾愛雪。鍾愛雪的人，又豈肯虛度時光。

不如和時光相擁，慢慢地，走過原野和山川。等雪把一顆心抱緊，等雪悄無聲息地滲透進每一條奔湧的血管之後，我們輕輕坐下來，平靜地和時光交談，時光會像鍾愛雪一樣，鍾愛我們，會像我們鍾愛自己的父母、愛人和孩子一樣，鍾愛我們。

神話中的中華力量

銀鶴

西方的神話，處處體現天神無遠弗屆的威力。聖經中的「創世紀」，上帝用了七天創造地球，並安排日月星辰山川湖泊等自然景觀，人的出現，是上帝精心的安排，人是被動創造出來的。中國的創世紀卻有力量得多，被困在宇宙渾沌當中的盤古，掄起巨斧，把渾沌劈成兩邊，上升為天，下沉為地，日月星辰森林湖泊全是盤古的骨肉毛髮孕育出來的，中國的「地球」，是由人創造出來的。

而在洪水暴發，淹沒地球時，西方是由先知挪亞，按「信者得救」的原則，把上帝信眾與一雄一雌的動物物種，擠在方舟內在汪洋中漂浮，其餘不信神的民眾便由他們淹死算了。而中國神話的洪水故事卻勵志得多，大禹號召民眾拿起竹筐鋤頭，築堤開渠，攔水引洪，勇戰天災。大禹又聯絡華夏各地部落首領，共同進退，協同防洪工程，這個艱巨的協調工作，卻成了中華的國家雛形。

正當埃及人的先祖築方尖碑崇拜太陽神，以示敬畏，中國的后羿卻嫌炎炎烈日為禍人間，拈弓搭箭，把十個太陽中的九個射下來，並訓導剩下的一個要好好調節地球的溫度，造福人群，何等氣概。

最後還要講一宗上古的血案。聖經中的牧民「亞伯」與農民「該隱」，為了向上帝奉獻祭禮的問題竟弄致兄弟反目，手足相殘。而中國遠古也同樣有農牧之爭，胡漢衝突，但最終還是能做到農牧統一，胡漢和解，成為中華民族統一團結的基礎。在神話的世界中，處處體現人的勁力與智慧，這就是中華民族的特質。



學生進入俗稱「啤房」的模擬保護房參觀。

精神病在社會上被視為禁忌，但其實每7個港人就有一人出現不同程度的精神健康問題。青山醫院早前在院內設立全港首間「精神健康體驗館」，邀請學校團體參觀。館內展出多項具歷史價值文物，展示香港精神科服務發展及青山醫院歷史，並設有虛擬實境設施，讓一眾學生代入患者角度感受他們的處境，釐清對精神病的迷思。參觀人士亦會與支援員即場交流，了解他們的康復歷程和內心世界。

甫進體驗館，參觀學生便要登記個人資料、戴上手帶，猶如正式「入院」。走進時光隧道，體驗館先介紹香港精神科服務的發展，包括展示不同年代的約束衣演變，亦有其他與精神科有關的文物，例如病人紀錄手稿等，參觀學生可進入讓患者獨處和冷靜、俗稱「啤房」的模擬保護房。

而重頭戲之一的「徵狀體驗室」，則用科學角度讓參觀者了解精神病成因，學生會先戴上VR虛擬實境眼鏡，模擬精神病患者出現視、聽、觸等幻覺，親身感受病人經歷。中六學生何衍蔓表示，「我理解精神病會影響患者生活，但沒想到影響如此嚴重，透過模擬體驗才明白患者的精神，會處於長期緊張、擔心的

繃緊狀態。」

朋輩支援員 Jecko 曾患思覺失調，20多年前初次發病出現幻聽，常在家中「聽」到樓上發出搓揉膠袋聲或打樁聲，之後更「看見」有人頭從抽濕機冒出來，或感到昆蟲在身上爬行的感覺，幸經求醫和按時服藥，情況有所改善，他希望向公眾帶出「精神病是可以康復」的訊息。青山醫院副顧問醫生蘇璋琳形容，社會上仍有小部分人對精神病人的行為及情緒存在誤解，希望通過精神健康體驗館，讓大眾獲取更多精神健康資訊，明白相關疾病能被治癒，身邊人有需要時應鼓勵他們盡早求醫。



學生戴上VR虛擬實境眼鏡，模擬精神病患者出現幻聽幻覺。

■體驗館內展示不同年代的約束衣。

教大設全球芬蘭教育研究所

芬蘭教育制度以着重創新、活動教學等而聞名，香港教育大學近日宣布，成立全球芬蘭教育研究所（GRIFE），藉此深入探索芬蘭教育方針，期望可以促進並推動香港特區、大灣區以至世界各地的教育發展，長遠擬就教育政策提出意見，為培育教育工作者及社會領袖出一分力。

據了解，GRIFE與多所芬蘭大學早已建立

合作網絡，包括拉普蘭大學教育學院、坦佩雷大學教育和文化學院特殊教育研究組、奧博學術大學教育與福利研究學院等。教大計劃透過成立研究所，於未來進行不同研究、專業培訓等，並探討開辦相關的碩士課程。

教大校長李子建表示，教大將不斷提升國際合作，以協助香港發展為國際教育樞紐。

