

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

天天都是好日子

雯雯

農曆新年已過去，有人認為氣氛不夠，感覺「過年如過日」，但我覺得只要日子過得開心快活，為何不可以是「過日如過年」呢？

「富貴大戶過的必然是好日子，貧困家庭的生活一定享受不到快樂」這種言論在坊間仍有市場，但其實日子過得好還是不好，主要取決於個人心態。不管是影視作品，抑或是現實生活，「爭產風波」的戲碼不斷重複上演，不少快樂都是出自基層。

有長輩十分注重「吉日」，「出遠門」、「還神」等都要「擇吉日」，就連宴客，甚至理髮、預約「打針」也要「黃道吉日」才進行。當然每個人都有其生活習慣的自由，只是我覺得無需如此執着。

有人嫌陰天會令心情鬱悶，不喜歡下雨時諸多不便，又怕大晴天陽光猛烈。

其實陰晴冷暖，四季更替乃大自然正常規律。俗語說：「春有百花秋賞月，夏有涼風冬賞雪，若無閒事掛心頭，便是人間好時節」，真是充滿智慧的好詩句。當寒流襲港，我暗喜保暖衣物可以「出籠」；遇上潮濕大霧，到處濕漉漉雖令生活不便，但大霧瀟灑，遠山近樹若隱若現的景致，都是「期間限定」！

宋代大詩人蘇軾名句：「回首向來蕭瑟處，歸去，也無風雨也無晴。」表現出作者無懼惡劣的環境。不管是道路上，還是人生上的風雨，都能笑着面對。今天假若有對抗外在環境紛擾的定力，必可減少煩惱。人人都將「活在當下」掛在嘴邊，日子並沒有分好壞對錯，也非以金錢物質來定義好與不好，把自己的「抗逆商數」提高，即使遇上寒風雨雪，仍可一樣好好生活，不論吉日凶日，天天都是好日子。

故鄉的夢

石少華 作家

最後一顆星星是掛在城門樓頂上的。

昨晚的夜，將一把閃亮的星星撒給了這座群山環繞的山城。星星驚訝地在小城的夢裏看見：木質窗櫺格小夫妻喃喃私語的剪影，踢開了被子的頑童淌着口水的閃亮，還有吱吱呀呀的石磨下流淌豆腐漿的潔白。星星還驚奇地看見：酣然入夢的我，睡意闌珊地枕着城外河流歡騰的浪花，吮着綠草上閃爍幽婉光芒的露珠，任思緒融入血液的熱浪全身氾濫，漫無邊際地蔓延四溢，一顆晶瑩的淚珠掛在眼角。

大雄寶殿古剎的鐘聲幽遠清涼，冰冷的月華瀉滿了古佛青燈，斑駁了枯枝殘影，紛擾了繽紛落英。夢中的我獨倚幽窗，聞古老的小巷飄散的淡淡煙火，看泛光的青

石板遺落的歲月滄桑。轉角處，一柄久違的油紙傘悠悠飄來，能看到你的衣裳，能聞到你的體香，能聽到你的呼吸。可是晃晃的油紙傘卻遮住了你的容貌，恍惚的記憶也遮住了累積的時光。美夢如蘭，在浪漫中昇華；美夢如煙，縹緲着小草悄然鑽出地皮般的激情。

小城在星星的夢裏，你在我的夢裏。夢如一葉輕舟，飄盪在我一生的生命裏。月影婆娑，暗香浮動。

城門樓頂上最後一顆星星不見了蹤影。清晨亮麗的流嵐讓我想起昨晚，想起故鄉的情人。徘徊在夢鄉，徘徊在故鄉，卻不敢驚動田壠地間那些靜悄悄開放的花朵。

時光似水，日子若蓮。大山沉穩如初。

放電嘉年華慈善步行

親子覽美景



不少家長都會在周末帶孩子放電，最佳活動莫過於在戶外盡情放鬆一下！千萬不要錯過四月的「奧比斯慈善步行一放電嘉年華」。一家大細動起來，讓天地的藍和綠滋養眼睛，在郊野中享受珍貴的親子時光。活動有兩條步行徑，6公里輕鬆的家樂徑，以及10公里挑戰性較高的遠足徑。步行後就輪到重頭戲，小朋友最開心的嘉年華會，現場有十多款不同類型的攤位遊戲。保證大人細路樂而忘返，盡興而歸。

完成後參加嘉年華

一年之計在於春，新一年要多做運動，舒展筋骨，做有意義的事，展望今年有更美好的生活。大潭郊野公園行山路線輕鬆易行，大部分屬混凝土路，沿途還會經過具有百年歷史的石橋，一家人可在有

山有水的景觀下留影，非常適合親子出遊！參加者可選擇6公里家樂徑或10公里遠足徑，在綠意盎然的大潭郊野公園，享受珍貴的親子消閒時光。

步行回來後，參加者可在香港國際學校的「晴」彩嘉年

華繼續放電！在一大片適合野餐的草地，讓家長帶領身邊孩子慢活、放空一番，感受樸素簡單的快樂。

家長在帶孩子放電的同時，可以趁機教育他們認識世界，並身體力行幫助其他眼疾兒童重見光明。



歡樂彩虹傘



大潭郊野公園水塘

蒙眼瑜伽

親子

奧比斯慈善步行 2024 「放電嘉年華」

活動日期：2024年4月7日(星期日)

截止報名日期：2024年3月18日(星期一)下午5時正

活動網站：www.orbis.org/hkwalkforsight

查詢電話：2595 0263

活動內容：完成步行後可於綠草地上享受野餐，大會備有三文治及飲品，亦設有舞台表演、蒙眼體驗及特色遊戲

參加費用：

個人：港幣\$500/人

家庭三人組：港幣\$1,200/組

(組員最多為兩名成人及一名3-15歲小童或65歲以上老友記)

家庭四人組：港幣\$1,400/組

(組員最多為兩名成人及兩名3-15歲小童或65歲以上老友記)

團隊：4人或以上，港幣\$450/人