

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

半稱心

陳虹

母親今年九十有餘，沒多少文化，也不會講什麼大道理，可是她開朗樂觀，知足常樂，在她眼裏沒有發愁的事。

記得小時候，家裏貧窮，吃的都是粗茶淡飯，每次看到鄰家孩子飯菜裏有肉，我們就哭鬧，母親笑着說：「精米細麵養人，粗茶淡飯也養人啊，人家碗裏的肉是五分香，咱們碗裏的菜是五分淨，留一半給希望，人才會往好日子那邊走。」

我上初中那年，父親做生意賠了錢，天天垂頭喪氣。母親說：「賠了錢算什麼？當花錢買教訓吧。在哪兒摔倒就在哪兒爬起來，這生意還得接着做，把賠了的錢再賺回來！」父親在母親的開導下，也豁然開朗，抖擻精神，繼續家裏的茶葉生意，終於在市場上賺了第一桶金。

有一年，我去杭州旅遊，

在靈隱寺看到一副對聯：「人生哪能多如意，萬事只求半稱心。」此聯短短兩句，卻蘊含哲理，半稱心就是知足、不貪多、不奢求，蘊含了隨遇而安的心態和知足常樂的生活態度。看到「半稱心」這三字，我就想起了母親，母親雖然目不識丁，可是活得通透，能從平凡的人生參悟到這一層哲理。母親常說，誰都想自己事事稱心、一帆風順，可是生活哪有萬事如意的時候？都是一半如意一半失意呀。

「半稱心」，並非消極心態，而是樂觀豁達，知足常樂。以一顆平常心看待榮辱得失，以一種淡泊的情懷對待世事紛紜，如此就能領悟「酒飲半酣正好，花開半時偏妍。」人生的路，悲喜都要走，天遂人願自然皆大歡喜，而事與願違也不必愁眉不展，「半稱心」也該足矣。

因我而起的「蝦碌」

黎鴻亮

我是一名坐輪椅的男士，但無奈卻天生擁有一把好像女性的聲線，於是在日常生活中，無數尷尬的事情便隨之發生。每當我在素未謀面的人前說話時，對方總誤會以為我是女性，「蝦碌」的情境亦隨之出現，以下分享一些真實例子，讓大家輕鬆一笑。

有一天我進入洗手間時，遇上一位準備清潔的叔叔，我請求他幫我移開門口的障礙物，但他二話不說：「女廁在隔離！」

巴士站內，遇到一對排在我前面的父女，父親友善地叫女兒向我說：「叔叔早！」我也禮貌地回應了一句：「早呀！妹妹！」女孩的父親聽到我的聲音便說：「啊！對不起！原來不是叔叔！」更糾正：「快叫聲姨姨！」我急不及待澄清：「不！不！你們沒錯！我是叔叔！我是男性來的。」女孩的父親更添尷尬：

「對！對不起！叔叔！」

另一次在醫院排隊等照X光，到分流室時，護士給我一件紫色袍並說：「更衣時請將身上所有飾物除下，包括胸圍。」

到餐廳用膳時，女侍應替我移走一張椅子，好讓我的輪椅能進入餐桌，我說了聲謝謝，女侍應臉上出現了一個錯愕的表情，我主動澄清：「你沒搞錯，我是男的。」女侍應裝作若無其事地說：「沒關係，我們這裏無論男女都歡迎。」

我從沒介意別人誤當我是女士，因為那完全是合乎常理的反應，只怪我的「缺陷美」誤導他人而產生誤會。

然而，我也體會到，眼裏所見的未必是事實的全部，外表的觀感也不一定是你所預期的，凡事不要過早下定論，我們要抱有開放的態度，去包容彼此之間存有差異的地方。

校園壁報板

有特殊學習需要 (SEN) 的孩子在傳統學習上往往面對挑戰，甚至影響自信。就讀浸會大學工商管理學士生周欣璇在中學時確診讀寫障礙，學業成績並不突出，卻在烘焙世界找到一片天，她早前成立社企「Small Potato BIG Dream」，教導同路人烘焙、烹飪技巧，同時培養他們的溝通、合作等軟技能，協助他們拓展未來就業的可能。



周欣璇對烘焙充滿熱誠。

烘焙社企一團火 SEN 生培育同路人

周欣璇表示，她受到熱愛烘焙的母親影響，在耳濡目染下培養出過人的手藝，曾在中學時獨自製作300個月餅送給親友好友，而在高中修讀應用學習科目「西式食品製作」，正式接觸專業烘焙技巧，中五時更挑戰「世界技能大賽香港代表選拔」烘焙比賽並成功入圍，今年6月再度



社企學員需要負責食物包裝環節。lg 圖片

另外，她亦憑該社企計劃書，在浸大創業大賽「院長盃 (BIG) 10.0」中勇奪冠軍。今年6月再度入圍，今年6月再度入圍，今年6月再度入圍，今年6月再度入圍。

技能大賽」的資格。

她指出，今年5月與友人創立的社企，以租用外間的廚房定期舉辦烘焙工作坊，吸引大批學員一同學習製作月餅、曲奇、果撻等，「不少特殊學習需要人士都有出色天賦，只是待人接物技巧需更多指導，而烘焙正是培養這些能力的好方法。」另外，她亦憑該社企計劃書，在浸大創業大賽「院長盃 (BIG) 10.0」中勇奪冠軍。



參加烘焙社企的學員變得自信滿滿。lg 圖片

筲官小新課程培養學生航天夢

為配合國家「科教興國」的方針，筲箕灣官立小學新學年推出「太空科學學習計劃」校本課程，讓學生能緊貼國家在航天的發展步伐，培養學生對太空知識的興趣。

學校日前舉辦「探索星際夢X校園開放日」，介紹多項航天體驗，包括太陽能人造衛星及太陽能月球車工作坊、無人機火箭體驗、VR太空艙遊戲等。此外，學校亦安排各科組以相同主題設計活動，例如數學科以不同星球的蘋果重量誘發學生對引力的興趣；又以太空故事作背景，讓學生以AI生成故事書；將視藝元素結合STEM元素，製作動感火箭；以mbot讓學生體驗收集太空垃圾等，活動多元而緊扣課程，讓學生的學習變得更生動有趣。



小朋友獲安排試穿航天服。學校供圖