

逢周一、周四刊出

港專生寶島實習啓迪人生

暑假期間有人去外地遊歷、有人去遊學、有人去旅遊。在港實習就聽得多，一眾香港專業進修學校學生於六月參加「大中華實習體驗」赴台，根據自己的學系及興趣分派工作崗位，在台北實習體驗。實習日數為42天，在這段不長也非短的日子裡，有人實習啓發反思、有人要照顧弱能人士、有人一股衝勁跑上山、有人病到「入廠」。有人歡喜有人愁，但都為他們青葱的歲月裡，沾上同遊寶島的時光。

撰文：香港專業進修學校企業傳訊及英文二年級 林樂蓉



特稿

照顧他人日常生活並不容易，就讀社工系高級文憑的李芷澄同學更被派去照顧弱能人士，兼且是一對一的形式。她坦言：「服務對象的自理能力較低，例如每天要用手協助他們張開嘴幫他們刷牙，帶他們去上洗手間等。其實不是每個人也可以輕易接受這類工作，幸好我在港時也有接觸過這類服務對象，過去的經驗令我較能以平常心去實習。其實大家都是一樣，只是他們比較單純。」她補充，實習機構讓他們先照顧成年的服務對象，再照顧年幼的服務對象；如果未來工作上有機會再接觸時，便能以是次經驗為鑑。

凡事從基本做起

「在拉坯的過程中必需經過六個步驟才可上釉，最後要經過一千二百度的高溫燒製後才能成爲一件陶瓷。人一開始就好像是一個未經拉坯的陶泥，平平無奇。因此需要經過塑造，才能成爲一件『陶瓷藝術品』。」就讀創意藝術的劉綺玲同學是在次台灣實習中學會了如何去完成一件陶瓷，她又笑言：「以上的比喻你

未必會認同，但這是我學拉坯陶藝時所思考出的，爲了鼓勵自己，凡事不要想着一步登天，要由基礎做好，最後才能得到良好的收穫。」

身處外地，身體健康最要緊，就讀酒店及旅遊系高級文憑的賴家俊同學卻於抵台兩星期就生病了。起初只是輕微感冒，他自己也不太爲意，以爲很快康復。後來卻發起高燒來，更要入醫院打點滴。他憶述：「躺在醫院的病床上，人在異鄉，感覺分外孤獨。忽然傳來食物香氣，原來是實習單位的同事帶著四神湯前來探訪。我們相識只有兩星期，但這份雪中送炭的心意卻令我感動一輩子。」

難得出走倍珍惜

是次台灣實習，其實小記我亦有份參與。當得知台灣有隨時可借還的Ubike後，我當下便萌生出踏自行車去看日出的念頭，就「柴娃娃」連同三五知己出發去。猶記起我們在清晨時分，往石碇千島湖看日出的途中搞不清楚方向；我們一行三人、三輛單車，在冷清的公路



上向一輛迎面而來的電單車揚手。不料他卻飛快溜過，絲毫沒有要停下來的意思。原來是我們停的位置他不能停車，卻特意拐個彎回來找我們。後來他領我們走了一段路，一輛「鐵包皮」領着三輛「皮包骨」在高速公路上奔馳，場面好不好笑？

曾聽說一個人要習慣一樣新事物需要約三個月時間，港專的同學於暑假赴台的日子卻是四十二天、六個星期。他們對寶島由陌生、熟悉到習慣；並用餘下的時間去了解、喜歡以及關懷。人不瘋狂枉少年，有機會跟友人一同瘋狂的機會更應該珍惜。尤其在外地實習工作，港台兩地生活節奏不一，是一個可以趁機了解當地文化及工作方式的好機會。在港實習也是很好的體驗，可人生有多少個可以出走的機會？



▲人不瘋狂枉少年，有機會跟友人一同瘋狂的機會更應該珍惜
◀香港專業進修學校的學生於六月參加「大中華實習體驗」，在台北實習體驗

2013/14讀書樂得獎作品

高小組 三等獎 第一篇

命運在我手

祖堯天主教小學 5C 陳凱怡

讀後報告：

命運在我手？命運不是早已經由天注定的嗎？其實，以前我真的是這樣認爲的。自從看過《命運在我手》這本書後，發現到書中人物都是以積極的態度和行動來改變本身的因局，爲自己創造成功的條件，我才漸漸改變了以上的想法。

對一顆花的種子來說，命運早就注定了它要開出一朵花而不是一棵樹，基本上這是不可以改變的事實。這朵花最終能否孕育出來，能否茁壯成長，也很大程度取決於周圍環境對它的限制。但是，這並不說明這朵花完全沒有改變命運的可能。當植物生長在陽光不足的地方時，它們總會長得特別高特別長，盡量爲自己爭取更多接觸陽光的機會。由此可見，即使是生活條件顯得較爲被動的植物，也一樣會爲自己的生命創造條件，爭取出路。作爲人類的我們，生活條件比植物更爲優勝，亦較有自主的能力，我們當然更有可能掌握自己的「命運」。

掌握命運不是一件容易的事，世上也不存在一個絕對的方法讓人創造命運。《命運在我手》一書刻畫的一個又一個故事人物，都是用不同的智慧來嘗試超越限制。他們有的憑信心在逆境中勇往直前，有的從多番失敗的經驗中不斷自我完善，有的了解到自己的不足因而比別人加倍付出加倍吃苦……總之人人不肯和現狀妥協，總是要爲那些看似不可能實現的目標創造條件，尋求出路。歸根究底，他們這份不服輸的信念和精神，正正是讓人能夠在現實人生中戰勝挑戰、創造奇跡、改變命運的法寶之一。

有人認爲只有虛構的故事人物才能夠成功在充滿限制的環境下實踐不服輸的精神，這種說法無疑有幾分道理。不過，若果大家有仔細觀察身邊所發生的事情，大家就會知道創造奇跡並不是虛構人物的專利。就以去年香港一個文憑試考生曾芷君爲例，她失去了視力、又有弱聽及觸感障礙的缺陷，幾乎完全失去了一切閱讀、聆聽和學習的能力，但是她並不因爲遇上這樣的噩運而放棄學業，她利用自身僅存的嘴唇觸覺，憑毅力自創以嘴唇咬讀凸字的方法來學習。過程中固然比別人的艱苦，卻「奇跡」地突破了障礙，甚至考取了比一般健全學生更爲優異的成績。可見，在現實生活中，只要願意付出，有限的能力未嘗沒有改變「命運」的可能。

上天到底賜給我們怎樣的能力和條件，我們確實沒法控制。但是，能否把既有的條件和能力高度發揮，這點卻可以由個人的意志來決定。不同的取態往往帶來不同的局面，也影響了往後人生的走向。聰明的朋友，你會選擇認命甘於現狀，還是憑自己的意志，在局限中爭取新天地呢？假如你仍然猶豫不決的話，不妨先讀一讀《命運在我手》，然後再重新考慮。希望你們的命運最終都掌握在自己的手裡！

闖闖新天地

楊尉寧 香港培道中學 六信

《得與失》

失去的，永遠不比手上握住的的多。雖然失去的感覺並不好受，挫敗感和無力感更會充斥個人思緒。可是，當你仔細「拆解」這個「失」，也許你會發現「得」總比「失」多。

力克·胡哲，因患上罕見的「先天四肢切斷症」，以致他自出生以來就失去了四肢。若以一個健全人的心出發，必定會可憐他不幸的遭遇。可是，這個「失」卻使他得到信仰，對生命的信心與盼望和一個完整的幸福家庭……雖然他得到的並非物質上的享受，但是卻令他生命得到了改變。縱然他失去了四肢，但正因爲這個「失」才令他有機會上教會，認識他的信仰和妻子。更令他對自己的生命有新的體會，重新尋找自己生存的價值。他更加藉着這個「失」到處演講，希望以自己生命影響他人生命。現在的他認爲失去「四肢」並不算得上是什麼了，因爲他認爲他得到的是更多、更好，而且十分滿足。他那笑容可掬的面孔不就告訴了我們嗎？

相信越王勾踐「臥薪嘗膽」的故事對大家並不陌生。他忍辱負重，在吳王夫差面前自辱盡失，甚至連皇者的姿態也失去了。他知道這樣做可以令吳王夫差相信他，使他更易奪回他的領土。雖然他失去了皇者的風範，但他得到的是更多！在他回國以後，銘記住自己在吳國所受的屈辱，知道以高壓的手段去治國並不理智，提醒自己要當個明君。最後他成功振興越國，重新建立自己的尊嚴，令人對他的品格和忍辱負重的精神十分敬仰的。即使他失去了自己的自尊，可是卻能得回人民對他的尊敬，且上了寶貴的一課。難道不是證明「失去的，不會比得到的更多」的有力證據嗎？

「塞翁失馬，焉知非福」塞翁雖然失去了他心愛的馬匹，可是他並沒有怨天尤人。當鄰人替他可惜的時候，他卻認爲他將會得到更好的。果然，他的馬不但跑回來，更帶來另一匹別國的駿馬回到他身邊。雖然他曾經失去，可是他現在得到的是更多。當人替他可惜的時候，他卻等待更好的來臨，而非只顧願望自己失去心愛的東西。最後他不但失而復得，更得到了自己無預料的結果。這不是再一次證明，失去的不比手上握住的更多嗎？

總結來說，「失去」在我們日常生活中是最「家常便飯」不過的事。但只要我們細心回想，必定會發現我們得到的是更多。所以當我們面對失去的時候，千萬不要自怨自艾，反而以正面的態度去面對，我們一定會發現之後得到的是更多！

激情的背後

戀戀情深

孫慧玲

青少年不單讀書遊樂上網打機，還知道爲弱苦人士服務，更能關心社會，爲不平的事發聲，值得支持，更要表揚。這樣的青少年，有理想、有志氣、有激情，能走在一起，必有一番作爲，是一股正能量。想當年，自己正是受「風聲雨聲讀書聲，聲聲入耳；家事國事天下事，事事關心」這名句的影響，走出象牙塔。

但是，如果一個青少年，他的激烈社會言行，不是出於天真純真的自發，而是背後有某股勢力，在指導、在牽引、代策劃，甚至幫忙動員，而他只不過是被捧出來的旗手，這樣的話，實在使人懷疑和擔心。旗手心甘情願被「栽培」，成爲社會動亂撕裂的搞手；或基於不諳歷史和國勢情勢而盲目衝動；或禁不住金錢物質的利誘而出賣靈魂，只要社會運動愈激烈，他的得益愈大，但其他青少年呢？你們看得透政棍和外國勢力利用年輕人影響年輕人的伎倆嗎？你們對情況透徹了解嗎？被號召上街當炮灰，顯示血氣方剛的力量，成就那股勢力捧出來的旗手和實現他們不可告人的陰謀，破壞和平，你們願意嗎？

物質包括金錢的回報是凡人所難抗拒的，何況是出身並非富裕家庭的青少年？造王者和外部勢力，當然不惜運用各種手段以捆綁貪婪者，不然，那些政棍視棍棍又怎會甘於受利用，沆瀣一氣，彼此聲援呼應？搞亂的目的，不外是不給睡獅有整頓弊政，重振國力的機會，如果年輕人以國家民族的發展爲重，一定會看到國家進步的意願和步伐。

令人嘆息的是，肯「衝擊聽話」的回報是如此豐厚，豪華奢侈的享受

之外，更吸引的是，在「衆位有勢有力有頭有臉的人物」的重視、「好心」指導和讚美聲中，感受到被尊重被看得起，如果得傳媒厚愛力捧，出了名，有地位，又有了影響力，風頭勁過諸多老將，不夠二十歲的青少年，學幾個拳頭，喊幾個口號，已累積了政治本錢，搗蛋破壞犯法毀了前途；對青少年領袖來說，哪用擔憂？他有內外勢力照住，他有fans，大可出來競選做議員，區區一萬票，已可以月入十萬，還有許多尊貴議員享受到的優渥……

其他青少年呢？你們真的以爲應聲罷課「佔中」做了炮灰是五四青年般反平等條約反國際欺凌的義舉嗎？你們正直天真，甘冒犯法之險去搗亂自己的家園和製造國際笑柄，讓居心叵測者陰謀得逞，實在使人慨嘆。

自由的背後是責任是承擔，民主的背後是和諧是我，今天的香港，已成爲野心家以空泛口號去欺騙去煽動的基地，唯有通過學習，增加對世界政治和中國歷史的認識，才不會人云亦云，被那些空泛激昂、打着民主反民主、表面道德的口號吸引。想想看，從召集人與大亨策劃「反國教」開始，去學校搗亂，製造國教版圖，恐嚇學校，到「佔中三子」的所謂「真普選」「真民主」實爲真篩選方案、入學校「洗腦」……幾時有真正尊重過的多數人的民主自由？

同學能夠藉此事件思考香港、反思民主、認識中國，的確是好事。請明白國內外情勢的老師校長大學講師，也利用這次機會，爲同學講解一下中國歷史與國際政治，讓同學能擴闊眼界，不再受騙吧。

英語百子櫃

傳染病

葉激澂

上月底世界衛生組織表示期望於三個月內控制伊波拉疫情的擴散，但卻同時預警這個於西非出現的傳染病宗數最終可能會高達二萬宗（The World Health Organization warned that the caseload in West Africa's epidemic could eventually top 20,000）。於疫區生活或工作的人士必須做足準備工夫，以減低受感染的機會。

上文提到的"epidemic"，所指的是傳染病或流行病。另一個經常用上"epidemic"的就是流感"flu epidemic"。大家要注意的是，用上"epidemic"這字所指的傳染病或流行病是限於局部地區爆發的疾病。撰文之時，伊波拉的疫情暫時只限於非洲，所以用"epidemic"。

提及"epidemic"，筆者也想談談"pandemic"。"pandemic"所指的是傳染病或流行病，但不同的是，"pandemic"是影響廣泛地區的傳染病或流行病，而當中廣泛沒有全球性或全國的意味。

那有什麼病可以稱得上是"pandemic"？其中一個例子就是H1N1。世界衛生組織於2009年曾爲H1N1訂出一個廣泛地區傳染病（或流行病）的預警，即pandemic alert for pandemic (H1N1)2009。另一個"pandemic"的例子就是愛滋病。正因爲"pandemic"與"epidemic"所牽涉的地理範圍不同，"pandemic"所能引起的恐慌較"epidemic"的大。

發現伊波拉病毒的Peter Piot較早前表示這次西非伊波拉疫情會蔓延到香港的機會很小，皆因香港有應對爆發嚴重疾病的經驗。話雖如此，筆者認爲我們也要小心爲上。

布告板

「校本生涯規劃與職業輔導」

講者：樹仁大學輔導暨研究中心輔導心理學家
對象：校長、教師及有興趣人士
日期：10月9日下午2:30—4:00
地點：教協將軍澳中心
(將軍澳寶琳北路欣明苑停車場大廈地下，港鐵寶琳站A2出口)
費用：全免 報名：39961488

真光「傳燈禮」薪火相傳

香港真光書院2013/14年度畢業禮圓滿結束。當日邀請了香港城市大學秘書長（副校長）林群聲教授擔任主禮嘉賓及致辭。此外，不少中六畢業生的家長亦出席典禮，見證子女畢業的重要時刻。

在畢業典禮中，同學一個又一個上台領取證書，結束中學的生涯，迎接未來。林教授在致辭時勉勵學生要學懂珍惜，不管是現在的朋友及學校的生活；並且要懂得飲水思源，回饋母校，因爲母校是培育學生成長的地方，教曉了同學許多的知識及做人處事的態度，故同學要常懷感恩的心。

別具意義的「傳燈禮」緊接畢業禮舉行。傳燈禮是把真理之燈由中六生傳給中五生，寓意是把真光優良的傳統薪火相傳，希望學生成爲俗世清泉，爲世發光發亮。傳燈禮開始時由一班學妹揮動手上的光，在黑暗之中照亮禮堂。「真理之燈」在中六同學的歌聲中傳遞給中五學妹。這簡單而隆重的儀式，象徵校訓「爾乃世之光」一代又一代承傳下去。

林群聲教授接受校園小記者訪問時談及對真光的感受。他表示真光校風淳樸，是一所傳統的學校，學生都很乖巧。對於要面對學習階段的轉變，他提醒畢業生要學懂習慣和適應，便能全情投入，享受大學生活。而在大學面試方面，他建議學生應多了解所選的院校及選修的科目，不要一知半解。最後，他鼓勵現今的學生要多閱讀，培養自己的內涵，豐富自己的知識，爲成爲明日社會的領袖作好準備。

真光書院的傳燈禮是把真理之燈由中六生傳給中五生，寓意是把真光優良的傳統薪火相傳



浸大協理副校長卞兆祥（中）向仁濟醫院屬學校畢業生頒發畢業證書

學校動向

仁濟院屬學校聯合畢業禮

仁濟醫院院屬學校聯合畢業禮已於月前假臺灣大會堂舉行。大會邀得香港浸會大學協理副校長卞兆祥教授蒞臨主禮並致詞。

卞兆祥教授致詞時，以中醫的「望聞問切」來勉勵畢業學生：要細心觀察身邊的人物事；仔細聆聽不同的聲音；遇到不明白的事情要不恥下問；關愛身邊的人。他又寄語學生，要時刻緊記仁濟醫院的辦學宗旨——「尊仁濟世」，終身學習，自強不息，做一個對社會有用的人。

仁濟醫院董事局教育委員會主席鄭承峰表示，該院多年來致力推動德育及公民教育發展，並與教育局合辦「仁濟醫院德育及公民教育獎勵計劃」，以鼓勵全港學校推行具創意及多元化的德育及公民教育活動。

畢業禮上，卞教授頒發畢業證書予應院院屬中小學畢業生。仁濟醫院特設「仁濟學生卓越表現獎」，以表揚學生在公開考試中獲取佳績，以及於全港性公開比賽中獲得的殊榮，如林百欣中學先後獲得多項國際發明創新獎；董之英紀念中學在國際跆拳道比賽上，囊括多項冠軍；何式南小學榮獲澳門杯舞蹈大賽冠軍等。仁濟教育服務始於1982年，至今已先後開辦23間學校，包括6間中學，5間小學及12間幼稚園暨幼兒中心。出席是次畢業禮的嘉賓包括：仁濟醫院董事局蘇陳偉香主席、鄭承峰副主席，總經理鄧肇發、張文嘉、鮑誠業、孫蔡吐媚、鄭李華熙、朱德榮、吳志斌、陳李詠詩、湯振玲；顧問局員兼仁濟醫院董之英紀念中學校監鄧錦雄、仁濟醫院蔡衍濬中學校監蔡少洲及董事局行政總裁黃偉健。