

逢周一、周四刊出

# 何福堂師生採寫長者故事

## 活力校園



特稿

中華基督教會何福堂書院與匯蝶公益（何君堯律師創辦）協力完成《一人一故事》，並於6月22日在沙田馬會會所舉行發布儀式。《一人一故事》一書收錄了32位長者的生平事跡、生活點滴，他們的故事個個洗滌人心，段段激勵意志。

撰文：何福堂書院師生

發布會上，何君堯律師簡述「一人一故事」的理念、構思，冀望以生命（長者）影響生命（學生），同時以記錄形式回饋長者往昔對社會的貢獻。學生代表黃家勁、鄧浩銘分享參加活動的感受，談及訪問時用上投其所好、因勢利導等的說話技巧，言辭間充滿感激。學校計劃負責人胡梓璋老師指出學生得着真要叫人心靈豐盛起來，他們的心智豐滿起來，甚至對人生、社會有了更廣闊的心胸、更多的感悟、更大的視角。

第一期的「一人一故事」計劃圓滿成功，新書如期出版便是最好見證。當日除了發布新書，何君堯律師、一眾小作家也為長者簽名留念，同時為六月生日的長者慶生。何律師同日宣布匯蝶公益開展第二期的「一人一故事」計劃，偕同中華基督教會何福堂書院，並加入仁愛堂陳淑芬紀念中學、青松侯寶垣中學，攜手服務社區，推動公益事務，讓一個個美麗的「故事」繼續下去。

謹摘錄部分參與同學的感受：

現在的青少年缺少了責任心，對很多事情都不負責，馬虎了事。長者們的故事正好讓我們反省自

己：我是不是也就如他們所說這樣呢？是的話，我們馬上改；不是的話，我們要繼續維持下去。長者的話如鏡子一樣，照出我們的陋習。希望這些「鏡子」能一直照亮我們。

（4A 陳建業）

經過這次訪問後，我發現老人家以前的生活是十分艱辛的，過去他們不少連買米的錢也沒有。現在我們這一代只懂得「雞蛋裡挑骨頭」，不懂得惜福，我倒覺得我們應該好好珍惜現在的資源。

（4A 曹皓銘）

在我訪問的長者中，一位是曾經歷過日本侵華的，當時香港非常混亂。他的故事讓我感同身受，如歷其境。總括而言，這次活動加深了我對長者的認識，也提升了我的語文涵養。

（4A 黃家勁）

令我印象最深刻的是：一個老伯伯雖不擅言辭，但他原來為香港付出了很多。他犧牲了不少青春歲月（家庭相處的時間）才換取今天繁榮成功的香港，可他對此無怨無悔。現在他退了下來，他的兒女因工作的關係就把他送進老人院。他在老人院



◀一人一故事，讓何福堂書院的學生親身感受老人家的生活和智慧

雖然認識了很多朋友，但他總是希望他的兒女能多些陪伴他。我總希望未來大家可以多去關懷這些香港的真正功臣。

（4A 鄧浩銘）

我以前也是一個害怕跟老人家溝通的人，不過經過上上次去廣西交流和這一次訪問老人家後，我開始大膽起來，不再靦腆害羞。我勇敢地踏出溝通的每一步，這就是我這一次最大的收穫。

（3B 周健超）

經過這次活動，我學會如何與老人家相處、溝通。我深切領略「不聽老人言，吃虧在眼前」這道理。我知道探訪老人家要注意些什麼，縱然以前沒有這種體驗，自此後我又長進了。這次體驗勾起了我的回憶，使我有點後悔自己以往沒有珍惜和爺爺相處的時光。期望將來自己也多些服務社會，讓自己開拓視野。

（4A 陳世樂）



## 校園新語

### 找回一份自然

余非

這四五年的生活有點像倒水般過去。一眨眼便是一年。

父親患腦退化及帕金森已七年。這病不會好，是世紀絕症，只可減慢衰退。再減慢，七八年下來，腦退化及帕金森已雙雙走到晚期。老父沒了語言概念，不知道我們是他女兒，除吃東西仍可以自主，睡在床上連轉個身都要人代勞。可喜是沒牙的父親仍常笑，笑甜得像嬰兒。

幾年下來，姊妹們都長年無休。上班時上班，凡星期六日及公眾假期沒備照顧父母就由我們照顧。父親有一定高度，好重，扶他走幾步路要兩個人，托他上落座椅要三個人。姊妹自娛，說患上「紅日恐懼症」，日曆凡紅日即勞工假期，菲備放假我們就沒放假。

生活也奇妙，習慣了便不以為苦，且自有趣味在其中。平日讀書、讀資料要用腦，回家照顧父母不外是餵吃藥、清理大小二便、托上椅托上床，都不用腦。生活內容置換，倒也是另類休息。

另一意外收穫是看了韓國電視節目《花樣爺爺》和《Running Man》。父親已沒有理解能力，可是只要他醒了，電視就開着陪他，讓他有畫面看有聲音聽。父親的肌肉要按摩，為他按摩時就跟他一起看電視。用小米盒子看《花樣爺爺》和《Running Man》是首選。

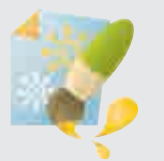
兩套節目好奇自己為何看得津津有味。《花樣爺爺》沒有劇情，更無節奏可言，就看四個70歲上下的韓國甘草演員跟年輕男星李瑞鎮外遊。某次看完港式電視娛樂節目後忽然明白了——是一份自然。

順載、申久、根澄、一雙的你一言我一語毫不作狀，四人的氣質及言行有一份難得的平常。看來也活得樸素（買給家人的禮物都以實用為主，花的是心思）。四個老人沒人搶對白，不囂張，也沒人出位搶戲。連那個李瑞鎮也型、帥得健康自然，舉止有禮。自然也者，指五個人的交流對答沒有誇張的語氣，更不用搞爛笑話，就平平常常、淡淡定定，很生活，也有個性。看得人十分舒服。

對比起來，港式真人騷也好，遊戲、綜藝，乃至近年流行的冷知識節目也好，都呱呱嘈，完全不敢留白。交代那麼一丁點的資訊，卻用上以倍計的無聊事來引入；表面熱熱鬧鬧，沒意義的廢話卻奇多。無線電視版的《花樣爺爺》我不愛看，三個甘草對話不是故意去「窒」人（用說話刺人），就是太刻意搞噱頭來製造戲劇效果。造假的味道蓋過真人騷應有的生活氣息。港版《花樣爺爺》內的三位甘草也太明星氣，言行舉止鏡頭自覺太強，不及四位韓國甘草有演員氣質。

近幾年的香港，社會少了自自然然地生活的空間。韓國版《花樣爺爺》及《Running Man》之所以紅遍亞洲，一再加拍，成績大出製作方和演員意料，我認為功勞在於一眾有「自然」氣質的韓國演員。

政改被否決後，手機收到幾條內容相近、很合我心意的短訊。短訊說：好了，大家可以過過生活了！對啊，相信不少人都盼望着久違了的一份自自然然與平平常常。



## 英語百子櫃

### 附帶影響

葉澱澱

上月中旬，美國食品和藥物管理局發布最新的進口警報，繼續禁止不能通過檢驗的日本食品進口。這不得不叫人想起這是2011年3月日本福島核事故的影響，而福島核事故發生後人們重新思考和討論核安全的問題。「The threat of radiation sparked fresh debate about nuclear safety 25 years after the fallout from Chernobyl rained across Europe.」句中「fallout from Chernobyl rained across Europe」所指的是1986年切爾諾貝爾核電廠爆炸，輻射性的塵埃瀰漫着歐洲。

「fallout」解核爆炸後放射性塵埃。切爾諾貝爾核電廠4號反應堆爆炸，放出輻射性塵埃，迫使數十萬計的烏克蘭、白俄羅斯和俄羅斯西部的人民遷離家園（「Chernobyl's No 4 nuclear reactor exploded spewing a cloud of radioactive fallout and forced hundreds of thousands from their homes in Ukraine, Belarus and western Russia」.）。

「fallout」也有另一個解釋，與核無關。撰文之時，筆者閱報得知，韓國又再增多四名中東呼吸綜合症的個案。韓國財政部部長上週表示政府會增加撥款，以協助中東呼吸綜合症擴散所帶來的經濟影響（「Finance Minister vowed last week to increase budget to help overcome the economic fallout from the spread of the MERS virus」.）。「fallout」在句中所指的是附帶影響。「fallout」也可解作附帶後果。要注意的是，這些影響和後果往往都是預計不到的。

食物及衛生局局長高永文上週表示，韓國仍然持續出現中東呼吸綜合症的零星個案，所以暫不可以解除對韓國的旅遊警報。若必要到韓國的朋友，還是要加倍小心！



## 文學之星

初中組全國一等獎

### 風箏與線

港大同學會書院 張曉心

陽光灑遍大地，藍天下的空氣中夾雜着落葉的氣味兒，一隻隻色彩繽紛的風箏在秋風的伴隨下翩翩起舞。孩子們的歡笑聲和鳥兒吱吱喳喳的歌聲在山頭上此起彼落，好不熱鬧。

一隻新的風箏被一小男孩用雙手捧着，來到了這片藍天白雲之下。這隻風箏在強勁的竹枝的支撐下，身上披上一塊紅彤彤的布料，臉上淌着緊張興奮的神色，抬起頭遙望天空中一隻隻正在翱翔的風箏，心裡不禁羨慕起來。

「終於是我上場的時候了！」風箏一邊看着男孩把牽在自己腳下的線慢慢地放長，一邊興奮的說着。線愈放愈長，把風箏愈送愈高。終於，風箏來到了能與其他風箏並駕齊舞的高度了，它快樂的隨風起舞，一時往這邊，一時往那邊跑。線也不嫌辛苦，風箏往哪跑，它也隨着。

新的風箏在空中與秋風玩耍了一會，漸漸覺得有點乏味兒了。它看着那些經驗十足的風箏在更高更遠的地方翱翔飛舞，心中很是嚮往。

「線，我想再高飛一點！你看看，那些風箏多神氣！」說着說着，硬扯着線往高處飛。可線就是不讓風箏魯莽的往上飛，風箏愈是扯得高，它愈是不讓風箏亂飛。

「風箏呀，上面飛的都是經驗豐富的老手，你怎麼才第一次飛就想一步登天呢？上面危險得很，風要是突然大了，我怎麼夠力氣把你拉着呢？你想第一天就斷送性命呢？無論你怎麼說我也是不會讓你上去的了！」線語氣鏗定地說。

風箏滿腔熱血，哪肯聽線的話？一股腦兒往藍天衝過去，可是腳下的線也是毫不退讓，雙方拚盡力抗爭着。別的風箏與線見了，連忙勸它們別別拉了，要是斷了可就糟糕了。但此時此刻雙方滿腦子都被熱血衝昏了頭腦，什麼都聽不進去了。

突然一陣強風吹過，互相奮力拉扯着的風箏與線「啪」一聲，從相連的個個斷成一隻風箏和一條線。風箏被強風捲得遠遠的，剩下線緩緩落下，回到地上。風箏臉上的囂張頓時盡失了，若不是自己貪一時之快要學那些經驗多的風箏往高飛，不聽線的勸告，自己又怎會落得現在如斯田地？回到地面的線呆呆地看着已經不見風箏蹤影的天空，心中後悔莫及，慚愧極了。要知道風箏滿腔熱血，用強硬的語氣又怎能把它勸成？最終現在兩敗俱傷，心裡無論有多後悔，也都無法回頭了。

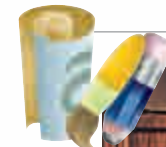
現今社會上面臨的問題可不就是這般？持着不同意見的人互不退讓的爭吵着，最終不但無法根治問題，反而惡化了人與人之間的關係，更會落得雙輸的局面，這又何苦呢？俗語有云：退一步海闊天空。學習聆聽別人的意見，比一味兒堅持自己的想法要高明得多了！



▲基新中學家長代表向每位老師送上小小心意

### 基新中學家長齊敬師

為表達對老師的敬意與支持，中華基督教會基新中學家長敬師會多位家長委員及家長義工於五月四日早會時段，代表全校家長向每一位老師送上彩色小方巾，感謝他們不辭勞苦，循循善誘的教導和關懷學生。



學校動向



### 德貞畢業禮 分享成功故事

德貞女子中學於5月30日在該校禮堂舉行畢業禮。主禮嘉賓為該校校友會主席熊麗萍，嘉賓有教育局深水埗區高級學校發展主任周永光、寶血女修會總會會長鄺麗娟修女、校監蘇尚好修女及家長校董李婉儀。

畢業禮首先奏國歌，繼而由校監蘇修女帶領祈禱，接着舉行傳燈禮，由畢業生代表把燈火傳給在校同學，象徵傳揚基督的愛，共同把德貞精神發揚光大，造福人群。

傳燈禮後，校長李惠芬致歡迎辭。她介紹，主禮嘉賓熊校友從事新聞及財經工作多年，曾赴英國留學，考獲經濟學碩士；擔任校友會主席十多年，熱心推動校友會的發展，積極參與校內活動，樂於為學妹分享工作

經驗，盡顯關愛之情。

熊校友憶述當年畢業時也曾和各位學妹一樣經歷喜悅、彷徨和迷惘等複雜的心情。不過，她認為現今社會的出路多元化，實在比上一代幸福。她指出自己的經歷並非一帆風順，並提醒190多位應屆畢業生要加強中英文雙語能力，在學習過程中要克服內心的障礙，有勇氣與別人溝通。她學在擔任招聘工作時的真實個案，說明無論在升學或就業的面試中，也要有充足的準備，才能取得成功的機會。

禮成後有學生表演節目，包括：舞蹈、朗誦和大合唱，還有德貞幼稚園的小朋友演出助興。整個畢業典禮在一片歡樂的氣氛中圓滿結束。

### 天水圍香島中學畢業禮

天水圍香島中學於5月24日舉行「2015年中學畢業典禮」，由香港中文大學副校長潘偉賢主禮，今年共有83名中六學生畢業。

潘偉賢教授是香島中學畢業生，她援引有「光纖之父」之稱的高錕教授及現任中文大學校長沈祖堯的成功故事為例，勉勵畢業同學。潘教授勉勵同學應為人生定下目標，堅定地朝着自己的理想進發，哪怕前路崎嶇蜿蜒，決不輕言放棄，用恆心和毅力走出屬於自己的路。她提醒同學們應該「活到老，學到老」，適應社會發展，與時並進，不斷努力，終身學習。

天水圍香島中學校長楊耀忠亦在會上發表了講話。適逢楊校長今年榮休，他藉此分享從事教育工作與社會服務40年來的三個感悟：第一要感恩，其次要有信仰、要有理想，最後要先做人，後做事。香島中學校監葉燕平向畢業生頒授畢業證書。典禮儀式後，老師及學生為來賓獻上精彩的文藝表演節目，為畢業典禮寫下完美的句號。



▲天水圍香島中學畢業禮，潘偉賢（左五）、楊耀忠（左六）不約而同勉勵畢業生堅持理想，勇往直前