

李家超：提供有利環境 讓青年充滿盼望

香港文匯報訊（記者 黃子晉）作為2024年香港青年節的開幕和亮點項目，首屆青年發展高峰論壇昨日舉行。特區行政長官李家超致開幕辭時表示，香港是實現夢想的好地方，青年人是社會未來的棟樑。特區政府以培養具有全球視野、有抱負和正向思維、愛國愛港的新一代為願景，努力為年輕人提供有利環境，讓他們對未來充滿盼望。他強調，香港的發展潛力無限，在香港發展的青年空間廣闊。他鼓勵青年活出香港精神，永不放棄，追求卓越。

與鄭雁雄等出席青年發展高峰論壇

在首屆青年發展高峰論壇上，李家超主禮並致辭。中央政府駐港聯絡辦主任鄭雁雄，外交部駐港特派員崔建春，及特區政府政務司司長陳國基等出席開幕式，共同啟動2024年青年節。

李家超致辭時表示，隨著粵港澳大灣區建設和「一帶一路」倡議的提出，香港在連接內地與全球傳統市場和新興市場，以及連接全球投資者與中國市場方面均處於有利地位，「香港的發展潛力，以及每一位加入香港的年輕人的發展潛力都是無限的。我們一直鼓勵年輕人抓住這些機會，更多地參與到為國家的整體發展作出積極貢獻。」

李家超特別提到中國香港代表隊在巴黎奧運會上的出色表現。他讚揚，香港運動員除了奪得獎牌外，每位運動員都表現出了極大的決心、堅定不移的努力、充滿活力的激情和強烈的團隊精神，「這些都是香港精神的寶貴品質，他們每個人所表現出不屈不撓的專業精神和體育精神讓我們感到自豪。」

「雖然我們不能都成為奧運冠軍，但我們都可以成為自己故事的冠軍。我們都可以在我們的追求中踐行奧林匹克格言『更快、更高、更

強、更團結』。我相信香港是實現這一目標的好地方。因為在這裏，你們都可以感受到香港精神——『永不放棄的精神，永遠努力做到最好的精神。』」李家超說。

陳國基解釋青年政策四方向

陳國基在論壇的主題演講環節「賦能新生代」上，進一步解釋了特區政府青年政策的四大政策方向：

- 一是探索，向年輕人灌輸強烈的民族認同感；
- 二是希望，特別支持年輕人在國家「十四五」規劃提出的「八大中心」建設中追夢，積極鼓勵整個粵港澳大灣區的青年創新創業，為有潛力的年輕企業家提供啟動資金、創業支援和孵化服務等。
- 三是賦能，致力促進年輕人的身心健康，使

他們能夠迎接生活中的挑戰；

四是貢獻，為年輕人提供更多參與社區建設和積極貢獻社會的渠道。

陳國基指出，出戰巴黎的中國香港隊健兒，包括金牌得主張家朗和江旻憓等，都抓住了這個機會，探索遠遠超越自己的舒適圈；為了能夠在國際舞台競技而成長；獲得了精神和體力的激勵，克服一路上的挑戰；以優異的表現、堅強的決心和非凡的韌性為社會的進步作出了貢獻，激勵着所有人，「年輕人的活力、創造力和韌性是塑造社會更光明未來的力量。」

全國青聯主席徐曉在同一環節作視頻演講。香港特區政府民政及青年事務局長麥美娟在昨日下午的專題論壇開幕致辭時表示，香港擁有獨特優勢，機遇處處，能讓擁有各種才能和抱負的青年盡展所長，追求夢想。特區政府會協助所有香港年輕人釋放潛能。

特區政府民政及青年事務局昨日（10日）舉辦首屆青年發展高峰論壇。論壇以「攜手起航 共譜新篇」為主題，包含主題演講、專題論壇等環節。在「培育青年正向思維 共創美好明天」專題論壇環節，巴黎奧運會女子重劍金牌得主、香港劍擊運動員江旻憓結合自己備戰奧運等經歷作出分享。她表示，在感到迷惘時需要學習和傾聽不同觀點，並找到什麼對自己最重要。她鼓勵所有青年：「你們每一個人都很特別，非常獨特，非常亮眼。」她表示，每一個努力成長、努力學習的人都是冠軍。

◆香港文匯報記者 胡恬恬

江旻憓勉勵青年努力追夢 「你們都是冠軍！」

出席青年論壇分享正向思維 籲迷惘時學習傾聽不同觀點



◆江旻憓鼓勵所有青年：「你們每一個人都很特別、很獨特、很亮眼。」
香港文匯報記者黃艾力 攝



◆首屆青年發展高峰論壇開幕禮昨日舉行，李家超、鄭雁雄等主禮。
香港文匯報記者曾興偉 攝

是次論壇匯聚來自不同地區主管青年政策的領導官員、科創專家、創意產業專家、青年企業家、青年組織代表和業界精英擔任演講嘉賓，吸引逾2,400名青年登記參加，其中約500人來自內地和海外其他地方，包括新加坡、日本、老撾、馬來西亞、菲律賓、印尼、泰國等。

昨日下午共有三場專題論壇，在「培育青年正向思維 共創美好明天」論壇上，香港賽馬會公司事務執行總監譚志源、立法會議員兼中華全國青年聯合會副主席霍啟剛、香港劍擊運動員江旻憓和鋼琴家張勝量（牛牛）分享了如何通過正向思維的力量啟發和賦能青年，並探討培育青年正向思維的重要性。

江旻憓在分享時提到，自己曾在疫情中一度感到迷惘，因為既要準備比賽，又要擔心自己和家人，因此她花了很多時間思考和反思，找出自己所做之事的意義。大學時，她的一位教授曾教他們寫下自己的價值清單，要求她從20項逐漸刪減到10項，再刪減到3項。她認為這做法可以幫助自己正確認識優先事項，從而更容易做出艱難決定，尤其是感到迷惘、覺得失去自我、自我認識不足的時候。同時，要學習和傾聽不同觀點，並找到什麼對自己最重要也很關鍵。

談到今次應對奧運比賽的經驗，她說：「每次我感到緊張，就會把所有精力投入到訓練，我愈緊張，訓練就愈多，這給予我自信，我已盡自己最大努力。」她還不斷自我鼓勵：「我不該害怕，我不該擔心，我可以做得更好，比這更好。」她形容最後得到結果，「I just focused on one touch at time, and then I won.（我只是專注於一次又一次的擊劍，然後我贏了）」。

年輕人需尋找對自己最重要的事

被問到如何在社交媒體不同的資訊和信息中保持正向思維。她以自己在疫情期間進行訓練的經歷為例，建議年輕人尋找對自己最重要的事。「當時世界發生很多事，我理應全心關注自己，保持健康，希望贏得像這樣的東西（金牌），但當時我覺得劍擊不像可改變任何事，所以我思考和反思了很多，去為我做的事尋找目標和意義。即使劍擊是我熱愛的，我可以整輩子每天都做，我都要為它尋找一個目標，就是可以回饋，希望可以啟發到更多人，更多年輕人追夢，努力享受每一天。」

江旻憓更鼓勵現場所有的青年說：「每一個努力成長、努力學習更多知識並成為更好的人，你們都是冠軍！」「Everyone of you is very special, very unique, very beautiful（你們每一個人都很特別、很獨特、很亮眼）。」

鋼琴家張勝量（牛牛）透露，身為一名專業音樂家，在疫情期間，他因為所有音樂會被取消而感受到巨大的精神壓力。然而，他仍積極走訪香港的多所中小學，以實踐他對社會的責任感和展現同理心。

雕塑家冀青年獻力傳播中國文化

在「啟發青年創意 共建可持續未來」專題論壇上，為香港帶來「俠之大者——金庸百年誕辰紀念」展覽的雕塑家任哲表示，整個時代正從物質消費轉為精神消費，產業亦開始由原來以物質為主，創新成為更具思維、感知的行業。

他表示，文化藝術行業非常具魅力，希望為青年帶來從藝術角度感悟的人生觀和世界觀，將創意放在自身感興趣的事上，有更多年輕人投身到文化周邊產業，為中國文化傳播盡一份綿薄之力。

部分與會者送給青年的話

- ◆「你們每一個人都很特別、很獨特、很亮眼。每一個努力成長、努力學習更多知識並成為更好的人，你們都是冠軍！」
——中國香港「微笑劍后」江旻憓
- ◆「走出舒適區，擁抱更多可能性。」
——立法會議員霍啟剛
- ◆「和昨天的自己比，不要和別人比。」
——雕塑家任哲
- ◆「保持熱情，適應變化。」
——Villepin集團主席潘雅德
- ◆「對信息有所選擇和取捨，讓信息為自己服務。」
——MAD建築事務所合夥人早野洋介
- ◆「要有全球視野，讓世界成為自己的舞台。」
——新世界發展有限公司行政總裁鄭志剛
- ◆「永遠積極，永遠對未來懷有期待。」
——民青局副局長梁宏正

整理：香港文匯報記者 胡恬恬

「盡力就好，不害怕，不擔心結果」

記者手記

在全球化日益加深的今天，不同地域、不同文化背景下的青年一代，似乎都面臨着相似的成長煩惱——如何在追求成功的道路上，保持內心的平和與堅韌？中國香港奧運金牌得主江旻憓以「盡力就好，不害怕，不擔心結果」解釋了正向思維的心態。在江旻憓看來，找到個人價值的真正排序，明確自己的內心所向，是抵禦外界壓力、實現自我超越的關鍵。

民政及青年事務局副局長梁宏正亦鼓勵青年用正向思維去應對壓力、挑戰與失敗，保持一顆積極向上的心，相信明天會更好。這種信念會指引着青年人在成長的道路上不斷前行，即使前路坎坷，也能心懷希望，勇往直前。

正向思維，不僅僅是一種心態，更是一種生活哲學。它教會我們如何在逆境中微笑，在挑戰面前展現勇氣。微笑，是內心力量的外在展現，它傳遞着樂觀與堅韌；勇氣，則是面對未知與困難時的不屈不撓，它讓我們敢於邁出舒適圈，探索未知的可能。

◆香港文匯報記者 凌瀚

青年看好灣區潛力 積極累積兩地實習經驗



◆Simran（左）與歐同學（中）、周同學（右）

香港文匯報訊（記者 凌瀚）青年發展高峰論壇吸引了來自五湖四海、膚色各異的逾千名青年才俊積極參與。香港文匯報記者昨日在現場採訪多位參會青年，他們紛紛表示，看好粵港澳大灣區的發展潛力和機遇，並在求學期間已積極累積兩地實習等經驗，為未來職業發展做足準備。

自幼在香港生活的印度裔青年Simran，目前正於香港中文大學攻讀商業分析專業碩士學位。她不僅能說一口流利的普通話，還具備出色的中文書寫能力。Simran表示，雖然從小就常聽到「一國兩制」的概念，但對其具體含義一直較為模糊，「但當我參與到社會實踐中，接觸到內地與香港在社會經濟、金融市場等多個領域的互聯互通，我深刻體會到了『一國兩制』為香港帶來的獨特優勢。」

畢業後將面向灣區發展事業

身為YDC青年大使計劃的一分子，Simran曾到廣州和深圳進行市場考察，深入地了解大灣區內地城市的創業環境。她表示，自己在實地考察中深刻感受到了整個大灣區蓬勃的發展活力和巨大的潛力，畢業後也將面向整個大灣區發展自己的事業。

在香港恒生大學讀大三的歐同學專業是人力資源管理，未來希望朝金融科技和資產管理方向發展。她指出，內地的變化日新月異，「耳聽為虛眼見為實，我鼓勵香港青年都應該去內地看一看。」

她透露，自己已經投遞了上海的實習崗位，希望除香港外，還能在上海收穫更多的專業經驗，為未來職業生涯打下堅實基礎。

香港浸會大學大二學生Hailey就讀金融專業。她表示，香港各界都很重視與內地的合作，學校會提供很多到內地交流、研學的機會。Hailey計劃在下個學期參與粵港澳大灣區內地城市實習的項目，希望藉此進一步提升自己的專業能力和實踐經驗。

就讀於成都大學藝術設計專業大二的周同學特地為此次論壇來港。周同學說，自己喜歡插畫和IP形象設計，今後也想從事這方面的工作，她看準大灣區的發展機遇，並表示自己會考慮來香港讀碩士。

圖：香港文匯報記者 凌瀚