東華三院辛亥年總理中學

自理自立 知恩識責

校本徵文比賽得獎作品集

TWGHs Sun Hoi Directors' College 莘亥卷二十六



中一級
冠軍

平凡中的不平凡

羅紫瑩 中一乙

我最敬佩的人是工友陳姨。她在我們學校工作了十幾年，負責打掃走廊和操場。她總是面帶笑容，就如太陽般溫暖着我們。

還記得上個月，我弄丟了媽媽送給我的新手錶，焦急得像熱鍋上的螞蟻。陳姨知道後安慰我，說道：「別急，別急，阿姨幫你找。」結果，她在教室的角落找到手錶，並親自拿給我。「下次要小心保管啊！」那一刻，我覺得她變成了手電筒，把我的心情照亮。

她日常打掃時，如果發現桌椅的螺絲鬆了，便會立即拿工具修理。她檢查清楚後，還會貼上警示牌，確保學生的安全。我又怎會不敬佩她呢？這幾天天氣寒冷，鐵扶手冰冷刺骨。陳姨連夜趕工，為扶手包上了厚布，令學生們摸到溫暖的扶手，心裏感動。

陳姨雖然只是一位校工，但她用實際行動，在平凡的崗位上展現出不平凡的精神。她樂於助人，認真負責、處處為人着想的品格，讓我十分敬佩。我要向她學習，長大後也要成為一個能帶給別人溫暖的人。

老師評語：

文章選材真實且具備温度。透過觀察身邊平凡的校工，利用細膩的日常細節展現「平凡中的不平凡」，深入刻畫了校工樂於助人與盡忠職守的形象。文章善用行動描寫和語言描寫來刻劃人物，感情真摯，結構完整，是一篇優秀的記敘文。

中一級 亞軍

永恆的榜樣

謝旭希 中一甲

媽媽是我最敬佩的人，她廢寢忘食地工作，為我們提供安穩的生活。即使家庭不太富裕，但有一個為我們而努力工作的媽媽，實在是我的福氣。我經常想為她分擔壓力，但她卻只想我努力讀書。

每天天還未亮，我們仍在夢中沉睡時，媽媽已在為我們煮早餐，然後才出門上班。當我起床時，只能看到她離開的背影。每天晚上，當我們準備進入夢鄉時，才聽到開門的聲音——是媽媽回來了。看着她疲倦的樣子，我為她按摩和做家務，希望讓她放鬆和得到充足的休息。

媽媽還是一個望子成龍的人。每當考試快要來臨時，她即使有堆積如山的工作，仍會先陪我溫習，讓我十分感激。媽媽語重心長地說：「兒子，你要努力讀書，考取好成績，將來當一個對社會有貢獻的人。」正因為她的支持和鼓勵，我才能考取好成績。

每當我受傷時，媽媽都會立即替我消毒和包紮傷口，十分體貼。媽媽安慰我說：「下次不要那麼粗心大意，應該安全地玩耍，避免受傷。」她從不責罵我，只會教導我如何避免受傷和注意安全，讓我獲益良多。

媽媽沒有顯赫的家世，沒有驚天動地的成就，但她用無盡的愛，為我鋪墊了一條通往未來的安穩道路。媽媽是我人生中的第一位老師，也是最永恆的榜樣，是我最敬佩的人。

老師評語：

文章從生活中取材，透過「辛勤工作」與「體貼照顧」兩個核心層面，突顯母親對子女的關心和疼愛，成功捕捉了母親在日常生活中平凡而偉大的形象。文章情真意切，文句生動，細緻地刻畫及交代母親對家庭的貢獻。

中一級季軍

皺紋與厚繭的背後

戴思瑤 中一丁

父親是一個普通的工人，雙手裹着厚繭，矮矮的個子裏卻藏着我最敬佩的形象。

父親額角的皺紋像摺皺的紙，眼角貼着淺淺的魚尾紋，笑起來嘴角有兩個酒窩——這是他最顯眼的模樣。上星期下暴雨，我忘記帶傘，正站在學校門外發愁。這時，我看見一個熟悉的影子，是父親！父親從雨幕鑽出，短髮沾滿了一顆顆晶瑩剔透的水珠。他的雨衣裹着泥沙，褲管全濕，卻仍脫下外套裹住我，用沙啞的聲音囑咐我：「快穿上，別着涼！」原來父親擔心我忘記帶傘，所以提早下班，只為來接我。他因着急在路上摔了一跤，但卻毫無怨言。

父親的腰不好，卻總搶着搬重的貨物。上次買米，他扛着二十斤的米袋爬樓梯，額角的筋都繃了起來，卻笑着說：「這點重量不算甚麼。」放下米袋後，他偷偷揉腰的動作我看在眼裏，酸了鼻尖。

父親的容貌平凡，卻把對家的責任、對我的疼惜，刻進皺紋與厚繭裏。他從不訴說辛勞，只默默地撐起這個家。這樣的父親值得我一生敬佩，更要一生銘記與學習！

老師評語：

文章展現了觀察力與文學素養。文章沒有直接歌頌父親的偉大，而是透過細膩的外部描寫（如老繭、皺紋）以及兩個鮮活的生活情境（雨中接送、扛米袋），勾勒出一個沉默、堅毅且充滿責任感的父親形象。文章情感真摯，文句通順自然，結構完整有層次。修辭運用豐富，語言凝練，感染力強。

中二級冠軍

責任感

林彥稀 中二丁

這次活動中的小波折，令我獲益良多，讓我明白責任的重要。

那天是星期天，我拖着疲倦的身軀走進老人院做義工。進去沒多久，社工就開始講解探訪工作的程序。我左耳進右耳出，腦子還在回味前一晚打遊戲的場景。終於活動開始了，我按照社工說的一步一步做，希望老伯伯快點吃完飯上床睡覺，不打擾我看手機就好。就在我做完所有工作，想坐下來稍作休息的時候，老伯伯說：「你可以帶我去洗手間嗎？」我抬起頭不耐煩地看着他並說道：「你自己明明有腳，自己走過去啊，只會給我找麻煩。」他看着我，無奈地搖了搖頭，自己扶着牆慢慢地前往洗手間。我看着他的背影，心中冒升出了一股不好的預感。

就在我看手機視頻看得入迷的時候，吵啞的叫聲打破了這份安寧。「救命！救命！」我心想：「熬夜還會有幻聽嗎？」直到另一位老人家走進廁所發現倒地的伯伯，我才知道原來那不是幻聽。我一時竟然像木頭一樣，杵在原地一動不動，大腦一片空白。我眼尾的餘光，看到老伯伯花白的頭髮染了一撮鮮紅。我沒交代幾句就匆忙地離開了，一路上都在想如果自己有盡責任，可能就不會出意外。一回到家，我終於忍不住，內疚地大哭一場。

最後，我買了幾件保暖外套和水果籃，還寫一封道歉信叫社工轉交老伯伯。文字難以表達我的歉意，我堅信他一定不會原諒我，但我最後也沒勇氣去見他一面。現在我依舊懷着那顆慚愧的心生活下去，我終於明白責任感的意思，也對這個詞有了新的定義。

老師評語：

透過一次義工服務，與老人家相處的事件，「我」從不理解老人家的需要，到明白責任的重要，描述了「我」的成長，詳略得宜，深入淺出帶出道理。文章成功刻劃出「我」在經歷事件後的成長與轉變，細緻入微，詞彙運用多樣而準確，情節推進自然流暢，內心感受深刻而真摯，令人讀後產生共鳴，充分體現了文字的力量與思想的深度。

中二級亞軍

責任擔當

李美璇 中二丙

教室裏鴉雀無聲，沉寂得如一潭死水。每個人都低垂着頭，眼神彷彿在傾訴着怨言。

那天，老師如同宣讀聖旨般，將運動會缺人參賽的事告訴大家。這份聖旨猶如千斤重的鐵塊，將我的身心壓成一灘肉泥，心情瞬間跌入谷底。運動會的班際接力比賽，猶如一場校園生涯的審判，若跑得好，會受到眾人的追捧與崇拜；但若腳步慢了，使集體期望落空，努力卻無功而還的隊友和落力打氣的觀賽者便會對你進行一場無聲的埋怨。沒有人有勇氣做出這場命運的「賭博」，所有人都選擇成為一個「普通人」。

此時教室的氛圍跌到了冰點，大家的眼神好像在踢着一顆名為「責任」的大皮球。終於，老師開口了：「若沒有人願意上場，我們班將棄賽。」這時，我的腦海浮現出他班獲獎時的場景——掌聲如轟雷般響起，在我耳中就像一陣陣噪音，在我的腦子裡橫衝直撞。我看着班裏體育不好的同學那猶豫不決的眼神和顫抖着舉起的手，我下定決心，自告奮勇將這份重擔扛在肩上。

此時，我看着同學們如釋重負的表情和老師欣慰的笑容，彷彿醍醐灌頂，頃刻間明白了承擔責任的感覺。

比賽當天，我不負眾望地完成了比賽，並取得不錯的名次，我和其他幾位隊友沐浴在掌聲與歡呼聲中。閃亮的獎牌掛在我的胸前，同時也在我心裏埋下了「責任」的種子。運動會結束，我拖着疲憊不堪的身軀，可我收穫了責任心，明白了責任感的重要，在成長的路上又向前邁了一步。

老師評語：

文句流暢自然，取材貼近校園生活，題材真實而有共鳴，能巧妙地將比賽場景與盡責精神結合，突顯積極投入與承擔的態度。文章能具體地將主角的內心拉鋸描繪出來，辭彙豐富，能活用比喻，人物生動傳神，情感真摯細膩。

中二級季軍

不做逃兵

謝雨綺 中二丁

暑假前，老師召集全體學生在暑假時參加賣旗活動。想到要站在太陽下曬幾小時，應該沒有太多人會參加吧。正當我盤算如何拒絕時，老師的聲音打破了我的美夢：「這個活動既可以幫助有需要的人，又可以培養同學的責任心，如此有意義的活動當然是人人參與吧！」我連忙把要請假的話硬生生吞進肚子裏。

終於來到賣旗活動的日子，我卻當了一名不負責任的逃兵。在我準備出發時，抬頭看看窗外那個在清晨卻像正午一般火熱的太陽，逃兵終於打上了退堂鼓。我戰戰兢兢地將一個編織得有點粗劣的請假理由，向負責老師發去。

在炎熱的暑假結束後，我迎來了鋪天蓋地的責罵。我不知道原來我這輕飄飄的一句請假，導致同學工作量加倍，內疚感油然而生。幸好負責老師給我和逃兵們一個補救的機會——我們需在下個星期多參加一次賣旗活動。

活動當天，我不情不願地拿起代表責任感的小袋子和貼紙，做出討好人的笑容。但當籌募的金額愈來愈多時，我卻有了一點成就感——我忘記了當初的不情願，取而代之的是對活動的熱誠。不少街坊鼓勵我、支持我，當中有位畢業校友更教導我使過路人捐款的巧招。

最初，我是一名不負責任的逃兵，但後來參加這個補救活動時，才知道當日一走了之，是多麼的不負責任，我為同學、老師增加了負擔。現時我明白到責任感的重要，也改過自新了。

老師評語：

透過主角行為前後對比敘述故事，展現心態的轉變，進而帶出負責任的重要，具體清晰。文句通順流暢，結構清晰，取材貼切而真實，展現出自我反思與成長。

中三級冠軍

感恩頌

黃子璐 中三甲

在一個平靜的清晨中醒來，早冬的暖陽溫柔地映入窗臺，光線剛好不刺眼，整個房間瞬間明亮起來。我揉了揉睡意朦朧的雙眼，伸了個舒服的懶腰，快哉！我的心裏充滿了感恩，我要感恩昨夜沒有蚊蟲的煩擾，也沒有鄰里傳來的吵鬧聲；我要感恩周末清晨的這一份寧靜，沒有汽車鳴笛的喧囂，讓我安穩地度過一宿。

洗漱完畢，我前腳剛邁入飯廳，一陣蛋香撲鼻而來——是媽媽在做雞蛋灌餅！我掀開廚房的簾子，香味頓時衝擊我的嗅覺，溢滿了整個鼻腔，油鍋上的麵餅被油煎得滋滋作響。我看見一個慈祥又忙碌的背影——媽媽一邊攪拌着盆裏的麵糊，一邊看着鍋中焦香的雞蛋餅，還不忘撒上一把蔥花。媽媽不一會兒就注意到我：「你這麼早就起來了呀！坐一會兒，雞蛋餅馬上做好！」媽媽說着，把我哄到飯桌前坐下。不一會兒，媽媽把香噴噴的雞蛋餅捧到我面前：「寶貝女兒快吃吧！」她轉頭還為我倒了一杯暖烘烘的熱牛奶。雞蛋餅的香味在口腔瀰漫，牛奶的溫度流進胃裏，一股暖流蔓延到全身。不知是不是牛奶溫熱的原因，我扶了扶鼻樑上的眼鏡，鏡片有些濕潤。這頓美味的早餐，讓我感受到幸福。我要感恩全世界最好的媽媽，為我準備這個充滿愛的小小儀式。

從前我不懂得感恩的意義，如今我只想放慢腳步，學會感恩身邊的一切，享受幸福。瞧！路邊整齊的小草都在彎着腰與我們打招呼，太陽公公也笑着給我們帶來溫暖和光明。我感恩每個順利的日子，也感恩每個困難的時刻，因為這都豐富了我的成長歷程，使我成長，使我強大。

感恩之心，人皆有之。

老師評語：

文章以日常生活中的微小事情為題材，刻劃了默默為家庭付出的人物，教「我」如何感恩，詳略得宜。描寫母親做早餐的段落尤為出色，以多感官描寫，營造出具有生活氣息的溫馨畫面。情感真摯動人，能引導讀者留意身邊一切美好事物。

中三級亞軍

學會感恩

趙閬軒 中三甲

一種信念形成一種習慣，一種約束造就一種文明，感恩心靈與物質的回報，讓社會得以持續和諧友愛地發展下去。

什麼是感恩？感恩是一種對他人友好的態度——當別人為你做了一件事，我們便要感謝他。感恩可以是一件禮物，也可以是一句「謝謝」。總之，學會它可以讓你成為更好的人。

感恩能拉近人與人之間的感情。貝多芬是位著名的鋼琴家，他的工作是每日每夜的寫譜子和一場接一場的鋼琴表演。一天，貝多芬的僕人家裏出現了經濟問題，母親去世，父親破產，無疑讓這位僕人的心靈受到重創。在貝多芬彈琴時，那位僕人卻依然強顏歡笑地為他翻譜子，但僕人眼角的淚水還是出賣了她。貝多芬發現了她的異樣，詢問後知道了她的遭遇。「謝謝你！」貝多芬充滿敬佩和感激，感恩僕人在困難時間依然謹守崗位。知道她家中的經濟問題後，貝多芬在往後的每一場演出都會帶着這位僕人，工資也給予雙倍。漸漸地，那位僕人成為了貝多芬的專用翻譜手，更說：「貝多芬，謝謝你！以後你遇到每個困難我都會幫助你。」

感恩的對象可以是任何人，父母的養育之恩，老師的教育之恩，又或是陌生人的舉手之勞，我們都應一一感激。漫長人生中出現的，除了是成長的機會，還有未知的磨難，我們應當學會為周圍的人和事而感激。在春和景明的時代裏，我們當感恩船槳乘風破浪，讓我們可以觀賞沿途和諧美好的山色湖光。

老師評語：

議論框架清晰，開首從宏觀角度切入，點明感恩的意義。其後利用貝多芬的例子，生動展現施恩及報恩的表現。後半帶出人生中接受不少恩典，應好好回報，態度積極正面。

中三級季軍

那碗熱騰騰的麵條

江瑞茜 中三甲

感恩，是人與人之間最美好的橋樑，也是滋養心靈的甘泉。陽光灑落在窗邊，微風爬進窗戶拂過我的臉龐。我坐在桌前，那段讓我學會感恩的記憶如潮水般湧來。

那是一段艱難的時期，家裏遭遇了變故，經濟陷入困境，父母再也負擔不起我曾經錦衣玉食的生活。他們為了維持生計，日夜操勞，臉上寫滿了疲憊。而我，年紀尚小，在永遠凌亂的房間及冰冷的飯菜中感受到生活的壓力，心中充滿了不安和焦慮。

一天起床時，我覺得頭昏腦脹。我艱難地從床上爬起，在狹小的房間換好校服，邁着虛浮的步伐便上學去了。上課時，老師擔心地看着我，問：「你父母知道嗎？需要送你去醫院嗎？」我心裏發出一聲冷笑，忙碌的他們會為我停下腳步嗎？我心裏充滿質疑，更多的是難以言說的委屈。

我曾經是天之驕子，受無數人的寵愛，參加很多價格昂貴的興趣班。然而那一天的出現，讓這美好的一切都如黃粱一夢般消失了。我開始變得沉默寡言，對一切都失去了興趣，我不甘經歷白天鵝淪為醜小鴨的下場。回家看着空蕩蕩的房子，雜亂無章的陳設，簡陋的家具，破舊不堪的牆壁，我心裏湧起一股莫名的悲傷。我開始抱怨，抱怨生活的艱難，抱怨父母的無能，甚至抱怨自己。想着想着，我帶着憤恨的淚水進入夢鄉。

再次睜眼時，一股香味瀰漫在空氣中。走出房間，看見桌上放着一碗熱騰騰的麵條，那是媽媽親手做的。媽媽走出廚房，擔心地伸手撫摸我的額角，說：「你病了怎麼不跟我說呢？還好老師致電給我，快坐下來吃麵吧！」我手中被媽媽強塞了一雙筷子，一口一口吃着，溫暖的湯汁滑過喉嚨。

雖然這只是一份再簡單不過的麵條，卻散發着濃濃的香味。水蒸氣覆蓋着濕潤的眼眶，或許是我太久沒吃到媽媽做的麵了。媽媽站在廚房外，慈祥地看着我，堅定且無聲地告訴我——我永遠是她的寶貝女兒。

那一刻我明白了，即使生活再艱難，父母對我的愛從未改變。他們默默付出，默默承受，只為了讓我能夠快樂地成長。我反思自己的行為，意識到自己的自私和不懂事。我開始主動幫父母做一些力所能及的事情，幫忙洗碗、掃地，甚至幫忙照顧弟弟妹妹。我體會到父母的辛苦，理解到生活的不易，感恩他們仍然堅持，為家庭任勞任怨。感恩的心就像一束陽光，照亮我的內心，驅散了陰霾。

那碗熱騰騰的麵條讓我在困難中找到希望，在平凡中發現美好，也讓我明白感恩是一種責任，學會珍惜，學會付出，學會用愛去回報。如今，每當我想起那碗麵條，都會想起父母的愛。我告訴自己要感恩，要堅強，要努力，因為我知道感恩會引領我走向更美好的未來。

老師評語：

文章主題深刻、打動人心，通過家庭變故的親身經歷，描述「我」如何面對挑戰，展現了從迷惘、抱怨到理解、感恩的心路歷程。人物描寫細緻，情感真摯動人，展現了父母的辛勞和愛。

中四級冠軍

好兄弟

王敏濛 中四乙

在我看來，能共度患難、出生入死的才說得上是真正的兄弟。

我和允行在小一認識，他是個孤兒，而我則來自單親家庭，和父親相依唯命。或許因為家庭背景相似，我倆志趣相投，成為彼此最要好的朋友。雖然允行有養父養母，但他們的關係很生疏，經常吵架，所以允行有什麼事都只跟我分享。

中秋節那天，父親要外出工作，我便相約允行到我家慶祝。我們在買小吃回程的路上欣賞着皎潔的月亮，他感慨地說：「如果我的父母能陪伴我成長就好了，哪怕只是像你心口的項鏈陪伴着……」他說的是父親送給我的項鏈。

到了我家，我們吃着小吃談心，傾訴心中的煩惱。窗外吹來一陣強風，把掛在小陽臺的紙燈籠吹落地上，燃點起旁邊的舊報紙。我們聊得興起，絲毫沒有意識到危險。嗅到濃煙時才知不妙，連忙以滾帶爬的方式向門外直衝。

期間，有一下「滴答」的聲音傳入我耳朵，像是什麼東西掉下，但我來不及多想。離家以後，我們連忙打電話報警，這刻我才發現項鏈不見了。我焦急得哭了起來，應該是逃走時掉下了。看着陽臺的火堆，我卻步了，但允行卻二話不說的衝了進去。

不久，一個身影從門口走到我面前。允行舉起手中緊緊拿着的項鏈，我喜出望外地收下。我注意到他腳踝一拐一拐的，是走進陽臺時扭傷了，我心裏滿是歉意。他說：「沒什麼大不了的，這條項鏈是你爸送給你的，意義重大，要好好保存啊！」

現在允行仍是我最要好的朋友，我們還像昔日一樣經常相約，分享最近遇到的事。允行是一個善良的人，他待人處事的態度是我的學習榜樣。他的恩情，我絕對不會忘記。

老師評語：

文章從燈籠著火的驚險環節切入，襯托出允行捨身救物的高尚品格，並將一條項鏈轉化為友情的永恆見證，情感真摯感人。善用不同的人物描寫手法，塑造人物珍惜彼此情誼的形象，尤其「我」對允行的感激及憐惜之情，均能自然流露。

中四級亞軍

雪中送炭

鍾汶樂 中四甲

允行是我很要好的朋友，我倆從小就認識，小學、中學都是在同一間學校就讀。在我的印象中，允行就是一個隨便，做事不認真的人，對別人的事他也漠不關心。有一次，我叫他幫我一起搬少量作業回課室，他就算是順路、有空都不願意幫忙。因此，他給人的感覺就是有點小氣。但在經過了這一件事後，我對他改觀了。

我和允行在學校中的成績都是名列前茅的，基本上每年都是全級頭十名以內。允行家境較清貧，所以經常申請不同組織發放的獎學金，以幫補家計，而我卻沒有他積極。

前陣子，媽媽突然在家中暈倒，被送往醫院。媽媽正需要一筆錢治病，家中的儲蓄不太足夠，我非擔心，連最愛的電腦課也提不起勁。一天，允行給我一份青年中心的獎學金申請表，說獎學金可以用來應急。原來他從同學口中知道了媽媽的狀況，所以提議我申請。允行細心的教我填寫，提醒我要複印哪些證明文件，又跟我角色扮演，練習面試。結果獎學金獲審批，我用獎學金替媽媽繳付了醫藥費。

事後我找到允行，向他好好道謝。他揮了揮手，說道：「沒關係，舉手之勞。」我深深地被他打動了，那個平日冷漠的允行居然願意主動協助，間接地救了我媽一命。

允行在這件事中所展現的風度，讓我無比感動。是他，無形中扶了我一把，間接地救了我家人一命，這份恩情，我會牢牢銘記一輩子。

老師評語：

文章結構分明，先描寫允行平日冷漠、不願幫忙的性格，對比其後主動提供協助的行動，體現了「成人之美」的君子風度。人物形象立體，允行回應愈是淡然，愈顯他的不求回報、低調為善的高尚品格。

中四級季軍

令人安心的背影

李熙琳 中四乙

允行是我自幼認識的好知己。在短暫的人生中，能夠遇到一位知己，明白心中所想，實在難得。允行是一位非常可靠的朋友，我希望在往後的日子能報答他。

年幼時，我和允行是鄰居，經常到他家中玩耍。我們就讀相同的中學，我在學校是一個令老師十分頭痛的學生，允行往往是幫我收拾殘局的「大好人」。他像大樹般為我遮風擋雨。他成績名列前茅，不時會幫我補課，我的成績也有了很大的進步，由僅僅及格變成班中名列前茅，我的中學生涯幸好有他的出現。

時間如流水迅速過去，我們進了同一間大學。我們的友誼沒有因時間而變淡，我感激他陪伴我跨過每一個難關。正嚮往未來精彩的人生時，我們前往上課地點途中，突然有人拿着剛燒騰的熱水從實驗室走出來。我和允行都沒有為意，大家快要撞上，幸好允行用手擋住了快要濺到我臉上的熱水。

允行是我的大恩人，幸好今次有他在，不然我就毀容了。不過，他的手因此受傷。他的夢想是成為一位外科醫生，外科醫生最寶貴的是能救人生命的手，但他為了我而不顧寶貴的手。事件發生後，我看見他發紅的手，立即帶他去醫療室，幸好他沒大礙。

允行是我的大恩人，他的手留下了不能清除的痕跡。不久之後，我們投身社會，我們的友誼從未改變，會時常一起吃飯、逛街、過節。

我常感慨人生艱難，不論是上班、上學，都有種種難關需要克服，過程辛苦而孤獨。我十分感激有一位這麼可靠的朋友，與我共同走過每一段艱苦的路。能遇到一位交心的朋友，我萬分感激，期望日後仍能看見他那令人安心的背影。

老師評語：

文章結構完整，透過「我」的成長歷程，從幼年鄰居寫到大學時期及投身社會，塑造允行仗義可靠及守護者的形象。立意真摯，表現出友情的珍貴，結語感人，展現了患難見真情的深刻主題。

中五級冠軍

頂樑柱

李國賢 中五乙

年少時，我只有父母半個身子的高度，總是頑皮搗蛋得令他們擔心萬分。那時我並不知道「獨立」的意思，腦海中只有玩和吃。上課時，老師常常氣得把父母叫來學校，看着他們為我低聲道歉，我便大聲道：「我才沒有做錯呢！」父親連忙用手堵住我嘴，向老師表示歉意，老師只有無可奈何地搖頭。

回家的路上，母親彷彿唐僧般對我念咒：「思賢，你已經長大，不要再任性了，你要成熟一點，要獨當一面。」但孫悟空此刻卻在吵着父親要買玩具。我從沒在意母親的話，過兩天又再為非作歹了。那時，我又怎會看見父母眼中無盡的擔心？

時光飛逝，我從短腿的小孩子長成比父親還要高的中學生，可我性子也從未改變。沒想到，一副成熟的加速器卻忽然逼着我成長。

父親病重，如同一把錘子把我重重擊倒。那一段日子，母親蒼老了許多，家中的擔子這座大山壓在身上，令我喘不過氣。我開始收起遊戲人間的心，在家中需要我的地方操勞。我去超市將一袋袋生活用品搬回家中，才知父親走一步停一步的原因；我去繳交家中的費用，才知母親因一串數字而愁眉苦臉的原因。我終於明白父母平日說的：「等你長大便會明白。」這一句似預言，但我高興不起來，心情掉落谷底。

平日父母為我擋下生活的困擾，突然來到的一場大病打破這平衡。面對眼前的母親，我有萬般言語但卻無法表達。母親好像明白我的想法，只是抱着我，輕輕拍我的頭說「沒事的」，就像回到小時候我做錯事的情景。那一刻，我感到自己長大了，不論是心境或是想法。

這次經歷後，我立志成為家中的頂樑柱，感激父母一直以來的包容和教導。

老師評語：

利用一次成長的經歷，描繪了父母愛護子女之心。透過「我」面對父親的病患，描述「我」如何面對挑戰，如何成長，詳略得宜，情感真摯動人，流露積極的思想。文章結尾能從「自理」提升到「知恩」，「我」在親身經歷過操持家務的辛勞後，回想起父母平日默默的付出，這種感悟讓「知恩」變得厚重且有說服力。

中五級亞軍

燒烤大會

黃可欣 中五甲

又是一年中秋，大街上閃爍着五顏六色的光芒，那是為了迎接中秋而掛上的燈籠。中秋是一家團聚的好日子，人們會暫時拋開繁忙的工作，短暫享受團聚的時光。在我家，中秋的固定節目是燒烤。因為我家族是大家庭，每家輪流籌辦燒烤，今年正輪到我家。

中秋節前兩天，母親突然想起內地的舊同學邀請她出席婚禮。母親馬上打開訂票軟件訂車票，然後匆匆收拾好行李便出門了，畢竟到內地需八小時車程，刻不容緩。媽媽在火車上想起中秋燒烤的事：「我走了，誰準備食材？」家中沒有其他人，只能由我來準備燒烤活動了。

我是個「上不了廳堂，下不了廚房」的人，我最擅長烹飪的食物是即食麵，準備燒烤活動可真是難倒我了。我只能上網找找資料，再憑着腦海的記憶準備食材。我按着網上的燒烤食材清單到街市購買，卻發現不少肉類、蔬菜都是一份份出售的，這無疑減輕了我的購買難度。看着滿載的購物車，我心想：「買燒烤食材也沒什麼難度啊！」於是就這樣推着購物車回家了。

回家路上，碰巧遇上鄰居寒暄了幾句。她問：「難得在街市看到你，你居然會買菜？」我答道：「是啊，今年中秋節，我們打算燒烤。」她再回：「不錯啊！中秋燒烤剛剛好。你買燒烤叉了嗎？我推薦你到家寶超市買，那兒比較便宜。」聽到這句話，我頓時傻了眼，我居然忘記買燒烤最基本的工具——燒烤叉、燒烤網，連最基本的碳也沒買！我與鄰居道別後，再以百米衝刺的速度回到街市，購買一系列的燒烤工具。

我拖着這一大車的食材與工具到達早已約定好的燒烤場。親友們看着我購買的食材與工具，紛紛投來欣賞的眼神。「不是吧，居然是一心來準備！」是啊！很難相信幾乎未下過廚的人，竟然可以將這次活動準備好。這次經歷，激發了我的潛力，讓我獨當一面，挑戰自己。

老師評語：

從「滿載購物車的自信」到「發現漏買工具的傻眼」，再到「百米衝刺補救」，情節有起有伏，增加了可讀性。取材不僅體現了初次「自理」時的疏忽，也突顯了主角事後補救、解決問題的行動力，符合「自立」的精神。文章氣氛輕鬆，閑話家常，予人親切感。

中五級季軍

獨立生活一星期

林家樂 中五乙

這次經歷，讓我發現自己可以在不依靠他人指點或催促的情況下獨自生活，並自律自主地學習，對自己的人生負責。

父母因公司出現意外，情況緊急，要立刻趕往國外，最快要一個星期才能回來。父母留下一筆金錢給我，並向我說明一些注意事項，便連忙奔赴機場，留下我一人。當時我完全不明白是何狀況，整個人呆在原地。在幾分鐘的思考之後，我才明白過來，我要獨立生活一個星期。

在剛開始的頭兩天，我十分不適應這樣的生活，甚麼都要自己做，就連洗衣服、洗碗等家務也要自己來，沒有足夠時間溫習功課。更麻煩的是我並不會做飯，只能吃外賣。一開始還好，可當我連續吃了三四次外賣後，突然出現了十分嚴重的胃痛，痛得我要爬到藥櫃前找胃藥吃，病情才稍稍緩解。經過這事後，我才真正意識到要學習做飯了。第二天放學，我親自前往菜市場買菜。我先從最簡單的番茄炒蛋開始學起，一邊看視頻一邊做。做出來雖然味道有些奇怪，但也令我充滿成就感。自此之後，我便開始自己做飯，並注重營養，免得再次胃痛。

經歷「胃病事件」後，我有了些啟發：生活應該嚴守規律。我為自己制定了時間表，分配好時間。因為有了時間表，我對時間有了概念，做家務便不再怠慢，效率高了很多，溫習時間也因此多了不少。同時我每天記錄花費多少，這不但是對父母負責，好令他們掌握金錢的使用狀況，也是對自己負責，讓我確保自己不會沒錢購買糧食。

一個星期後，父母終於從國外回來了，我獨自生活的日子也隨之結束。父母對我的經歷感到十分驚訝，我居然可以將家裏打理得如井井有條，超出了他們的預期，對我讚許有加。我也沒有因為父母的回歸，放棄自律自理，依然遵從着自己所訂立的時間表生活。

想要獨當一面，首先就必須自律，管好自己的生活，對自己的人生負責。自律可以使你的生活更有效率，讓你有更多時間做事，更使你的生活不再混亂。

老師評語：

父母出國，「我」獨自面對挑戰。因依賴外賣而吃出胃病，從中感悟生活規律的重要性，轉折合理自然。文章詳略得宜，直抒胸臆。

中六級冠軍

以退為進

譚茜 中六丙

如今的世界是一個波譎雲詭、紛繁蕪雜的棋局，當你面對一場實力懸殊的較量時，你會選擇「進」還是「退」？身為新一代青年人，我認為「以退為進」才是明智之舉。

古往今來，無論是身居高位的當權者，抑或是居於俗世中的智者，都唾棄面對困難時選擇明哲保身的「懦夫」。至於「勇者」，就是那些盡力一搏、全力以赴的人。誠然，「不妨一試」的精神固然令人肅然起敬，鼓舞人心，然而面對實力懸殊，毫無勝算的挑戰時，空有膽識和蠻力終究會讓人功虧一簣。假如我們面對一支訓練有素且兵力雄厚，大大領先於我軍的敵營，發令者若只是打着全力一赴、背水一戰的口號貿然向前，結果必然是大敗一場，誤了兵還折了將。因此，我們要做的是耐心沉澱，待時機成熟後才伺機而上。

面對生活中的難題，「退」是常態，要如何「退」才是關鍵。「退」即是知退、巧退和以退為進。我們要明白，退的原因是為了不再耗費功力，折損自己的能量，而不是盲目的退，否則便再無機會捲土重來。我國著名的農業科學院士——袁隆平，他耗費了三十年培養新型雜交水稻。他利用了無數個日夜投身於試驗田中，然而面對天災的打擊，顆粒無收。而且由於久久沒有結果，試驗田被公家收回，試驗被迫宣告暫停。面對這樣的結果，他沒有選擇據理力爭，而是接受現實，暫停研究。在休整了幾年後，他重新開始，最終在成千上萬顆水稻中，找到了一顆秈型雜交水稻，為中國乃至世界的糧食問題作出巨大貢獻。從他的偉大事跡中，我們也可看出一時的「退」，或許有助成就更理想的事業。

除了行動上的退以外，思想上的退也有助我們調整方向，找到人生意義。不再冒進，鑽牆角，放棄「不撞南牆不死心」的思想，或許能讓我們的人生目標豁然開朗。詩人陶淵明前半生遊於官場，沒於世俗。當他不再隨波逐流，退離朝堂後，卻在歸隱山林中得到「採菊東籬下，悠然見南山」的豁達心境。可見，知難而退讓我們得到調整心態、明確方向與目標的機會，找到屬於自己的人生目標和意義。若現實是一段終將走向失敗的歷程，那我們不妨抽身離開，在思想的土地上深耕。

回歸當下，身為新時代的青年人，我們所學習的、推崇的，不是不顧一切，忘我地為理想背水一戰。若夢想離我們不遙遠，最勇敢、明智的選擇是知難而退，再專注眼前，重新調整方向。身處日新月異的時代浪潮，我們不應做岸上追求獨特的浪花，而是做河床下的卵石，靜觀時局之變，以退為進，伺機而上。

老師評語：

文章立意深刻，探討了「與他人比較」、「自我懷疑」、「尋找人生意義」等成長課題，對自我和周邊世界有深刻的觀察和思考。能以「以退為進」為主題展開多角度思考，善於擷取不同的例子，分析「以退為進」的明智。文章結構清晰，由「行動上的退」談到「思想上的退」，立意深刻，說服力強，為上佳之作。

中六級亞軍

永不言棄

許堯燊 中六乙

「如果明知失敗告終，不如抽身而退。」這句話負面消極，像是功利主義者追求的信條——只要結果。若是衡量利弊後得不到結果，便全然否定一切努力，美其名曰「抽身而退」，其實也就是放棄罷了。

失敗是成功之母，即如莎士比亞，失敗正是他成功路上的墊腳石。正是有了失敗的經驗，才能改正不足，達至成功。現代商人羅翔，資產過億，一次投資失誤，加上經濟下行的趨勢，從富翁變成「負翁」，欠下上億的債務。網民猜測他會申請破產，還是捐款跑路。然而，被認定失敗的他並未妥協，拒絕申請破產，一天做兩份工作還債、再次積累資本，最後又回到了過去的地位。他在採訪中表示，他並不知道自己能否成功，只是一味抓住機會，相信自己，打破質疑。

有人會說：「抽身而退是為了未來的成功。」其實不然。《六國論》中，除燕、趙兩國奮力對抗秦國的侵略，其他諸侯國冷眼旁觀，只想着忍耐一時、積蓄勢力，最後成功就好了。結果呢？推翻秦國暴政的機會轉眼即逝，無一諸侯國倖存。由此可見，機會不是時刻存在的，把握每個機會全力一搏，才有成功的可能，不應該有「等待下次機會」這種削弱士氣和不成熟的想法。

有人認為「破釜沉舟」能夠證明絕境逢生的「幸運」，人們常認為失敗乃因缺少運氣，但卻從未思考得到運氣的條件。項羽軍隊節節敗退，客觀條件述說着失敗，但項羽在這種惡劣的情況選擇奮力一搏，打破煮食器材，擊沉返航的船隻，殊死一搏的志氣，讓他們逃出重圍。即使項羽最終未能成為天下霸王，但後世仍傳頌他「力拔山兮氣蓋世」的英勇。所以，選擇即使錯了，卻仍是一種圓滿，是問心無愧的成功。最重要的是過程，而非結果。

正是經歷失敗，才讓成功如此難得可貴。世界圍棋冠軍柯潔，自幼被家人反對下圍棋。在爭取下，自詡天才的他進入了圍棋學校。可是他持續失敗，甚至懷疑那可恨的天份。然而，不斷落敗的棋局，卻成為他必定要勝利的燃料。在成為世界第一的圍棋手後，他感謝過往的種種失敗，讓他能最後成為堅毅不屈的成功者。

總而言之，失敗是一條踏踏實實向前走的路，路的盡頭可能不是成功，但在路程中流下的汗水和和留下的回憶，絕不會讓你後悔當初的決定。

老師評語：

文章觀點鮮明，開門見山提出個人見解。論據豐富，橫跨古今中外，深入探討對「失敗與成功」的看法。文章立意可取，結構清晰，層層遞進，具說服力。

中六級季軍

戰勝自己

周穎嘉 中六甲

人生最大的敵人是自己。在步入中學後的六年間，我無時無刻都在跟他人比較，與自己比較，這種想法在臨近文憑試前的每一分每一秒愈發強烈，影響了我的日常生活。

步入課室，人人都埋頭苦幹努力備考，而我依舊不以為然，兩手停滯在半空，彷彿與昔日好友失去共同語言。我逐漸被知識淹沒，在無際的海洋裏迷失方向，在鬥獸場中失去攻擊的能力，在森林被野獸追逐時丟失逃跑的本能。

一心從前與我關係最要好，我們在學習上互相扶持。大大小小的測驗、評估、考卷，使班上每個人心驚膽顫。我渴望派發成績後獲取微弱的成就感，可事與願違，未能輕易得到渴望的一切。我活在井底，與自己心中最理想的「我」作抗爭。

在這半年裏，我心裏盤算着與他人之間的差距，其中的距離並不是一年半載就能追趕得上。甚至所有人都在明顯地進步，大步走向迷宮的出口，只有我在原地躑躅。惡魔與天使在拉鋸：一個在埋怨自己為何不能像第一名那樣強大，另一個則在安慰自己「一分耕耘，一分收穫」。幸好，在考試前夕，我忽然意識到應當善待自己，應當對自己寬容，要以最真實的自己去應對前方未知的挑戰。

文憑試在我眼中曾是一個不可動的關卡，直至明白人生最大的敵人是自己時，才嘗試放下虛無的成就。通過關卡，才算是拿穩人生的入場券；停止與自己抗爭，才談得上是成長的第一步。

人生不過三萬天，如果我一直活在與他人比較，不斷指責自己的世界裏，將錯過沿途優美的風景，那人生將本末倒置。成長的道路上需要學會接受自己的缺點，別讓自己操控自己，誤解人生存在的意義，造成不可逆轉的局面。

老師評語：

文章打動人心，毫不避諱地展示自己的不堪與脆弱，情感真摯。語言頗具詩意與哲思，運用了不少精妙的比喻，道出「我」的內心掙扎，最終明白「人生最大的敵人是自己」這個道理，立意清晰，觀點可取。



編輯委員會

馮佩欣老師　陳遠華老師　陳一欣老師　藍秀雲老師　蕭穎沁老師
林宛瑜老師　王麗珊老師　游家慧老師　林佩君老師　葉穎怡老師

出版：東華三院辛亥年總理中學
地址：香港新界屯門湖景邨
日期：二零二六年七月

學校網頁　學校Facebook　學校Instagram　學校Youtube　學校小紅書

