



遊山玩水

遊間

家長 肩塵

偶爾，在週中覓得一天閒暇，惦念著那久違了的郊野，總想到郊外走走。啊！即使是一、兩週；抑或一、兩天，對於終日在城市營營役役的我，都覺得是那麼的難耐。

離開那早已看不到墟市的火車站，跳上那繫著綠色腰帶的小型公車，卻竟又帶我到墟市的街道穿梭。微微的魚腥味，和那色彩鮮豔的水果，伴著那購物的婦女們的對話，生活的氣息瀰漫著；墟市的生命力，恍似那搬運工人的肌肉般堅韌、又似那攤販的叫聲般高昂。

車子走進了汀角道，工業材的建築物，掩映在道旁大樹茂密的葉影中。車子過處，一瞥間，工業材內的街道是寂靜的、行人稀疏，與剛才市集的喧鬧，形成強烈的對比。

幾輛自行車歇息在大樹旁的小店前，那是我少年時也曾停下光顧的小店，時光竟像頃刻停住，隱約更傳來少時同伴的笑聲……稍一定神，一座碩大翠綠的山屏就在眼前出現，山峰看似不只八個，厚厚的山腰斜斜地伸延到路旁，山腳站著一排排的小平房，隔著車道，淺灘上叢生著矮樹，遙望遠方僧帽狀的山嶺，從這裏看，那山並不像馬鞍。

抵達大美篤，走過車場旁邊的燒烤場，偌大的燒烤場，只有數名清潔工友在閒坐、在吃早點、在聊天，地上纖塵不染，倒是難得一見。沿著車道走到前方的迴旋處，左邊告示牌上標示著家樂徑，不妨上去走走。小徑由數十級石階開始，轉瞬已進入了清幽的山路，兩旁的樹木阻隔了熾熱的陽光，家樂徑的標柱以十二生肖分段，柱上刻著一隻隻的生肖動物。中段更有一木建的涼亭，設計獨特，意趣盎然。小徑頗短，不消一句鐘便走畢全程，回到起步處。雖說夾道林蔭，炎夏的燠熱卻是盡情發放。

揮著汗走上前面有一鐵柵橫互的斜坡，斜坡盡處景觀開揚，大圓形的直昇機坪，正好讓初學者試練自行車技術，待有足夠信心，便可挑戰前面二公里長的堤壩。這長長的堤壩分隔開淡水湖和吐露港，湖面高而海面低，落差甚大，兩處水面都極平靜，只微風吹皺了的輕紋可見。信步在壩上閒逛，間或看到靜默的釣叟，又或是海面上點點的帆影，些許的移動，卻凝住了這一幅美麗的圖畫。

午間，隨意在山腳的小平房中找間食肆，只要不抱太大期望，自然也不會失望，倒像人生，可能偶然會有意外驚喜呢！啜著冷飲，待那暑氣慢慢消退，如果有本好書在手，就更加舒懷。

飯後到海邊的長椅坐坐，頂上一片樹林和著微風，那驕陽暫時是莫奈我何。聒噪的蟬鳴，配合這大自然，不會使人煩厭，反而寧靜了心靈。海上一行行黃色的舢舨，整齊地排列著，不若租隻小舟，也不用落力撥槳，可以任它飄浮，甚或小睡一會，細細地享受這陣閒逸。啊！我竟不是到此遊山、玩水，我在這大自然裏遊間呢！

讓高牆倒下吧

作者：李家同（台灣國立暨南國際大學前校長） 整理：陸步高老師

以下的文章是取材自國立暨南國際大學前校長李家同先生的一本著作〈讓高牆倒下吧〉的其中一個故事，名為「我只有八歲」。

我只有八歲，是盧旺達的一個小孩。盧旺達是個窮國家。可是我運氣好，生活一直過得很愉快。爸爸是位小學老師，我就在這所小學唸書。放了學，我們小孩子都在家附近的田野玩。

我最喜歡看的動物是老鷹，可是我也很怕老鷹，因為牠們常常俯衝下來抓小動物。我曾看過一隻小山貓被一隻大老鷹活活抓走。有一次我問媽媽：「媽媽，大老鷹會不會把小孩抓走？」媽媽說：「傻孩子，小孩子旁總有大人在旁邊的，老鷹不敢抓小孩，因為牠們知道大人一定會保護小孩子的。」我懂了，所以我永遠不敢離開家太遠，我怕老鷹把我抓走。

爸爸被殺

今年，我開始讀報了，看到報上名人的照片，我老是想，有一天我的照片能上報多好。三星期前，爸爸忽然告訴我們，我們的總統遇難了，他認為事態嚴重，因為有心政客可能乘機將事情越搞越糟。就在那天晚上，一群不知道那兒來的士兵進入了我們的村子，我睡著了，什麼都不知道，第二天早上才知道村子裡所有的男人都被打死了，爸爸也不例外。

媽媽居然還有能力將爸爸埋葬了，當天下午我們開始流亡。媽媽平時是一位很軟弱的人，這次忽然顯得非常剛強，惟一的理由是因為她要將我送到安全地帶去。媽媽在路上，一再地叮嚀我，有人非常恨我們，因此如果發現有壞人來了，一定要拚命地逃走。媽媽也一再叫我找一棵樹，或者一塊大石頭，以便躲起來，讓壞人看不到。

媽媽遇害

就在逃亡的第二天，壞人來了，媽媽叫我趕快逃，她自己反而不走。我找到了一棵大樹，躲在樹後面，可是我看到了那些壞人殺人的整個過程。媽媽死了，這批士兵沒有留一個人，不像上次，上次他們只殺男人，這次沒有一個人能逃過。士兵走了以後，我才回去看我的媽媽。看到媽媽死了，我大哭了起來，因為天快暗了，我怎麼辦？我只有八歲！

虧得還有一個大哥哥也活著，我猜他大概有十幾歲，長得又高又壯。剛才他一定也躲了起來，他看我可憐，來拉我走，他說我們一定要趕快走，找到另一個逃亡的團體，人不能落了單。我和這位大哥哥相依為命，也找到了一批逃亡的人，好幾次有救濟團體給我們東西吃，雖然很少，可是都虧得這位大哥哥，替我弄到食物吃，如果不是他的話，我早就餓死了。由於我們都大半處於飢餓狀態，我們都越來越瘦，這位大哥哥也不是壯漢了。

老鷹在後

有一天，他說他要去河邊喝水，我告訴他最好忍一下，因為河裡都有死屍。他說他渴得吃不消，一定要去冒一下險。當天大哥哥就大吐特吐起來，而且虛弱得走不動了。他要休息，然後勸我不要管他，和其他大人一起繼續得逃亡。這次我堅決不肯，決定陪他。我偷偷地摸了他的額頭，發現他額頭好燙。大哥哥昏睡以後，我也睡著了。等我醒過來，我知道他已永遠離開我了。我和大哥哥說了再見以後，走回了大路，不知道什麼原因，我從此沒有看到流亡的難民，我只有一片麵包。二天內，我只吃了這一片麵包，我已越來越走不動了。

就在這時候，我發現一頭大老鷹在跟著我，它原來在天上飛，後來發現我越走越慢，索性飛到了地面，我走牠也

走，我停牠也停。雖然沒有見到任何逃亡潮，卻看到了一部吉普車開過來，我高興極了，以為他們會救我一命，可是吉普車沒有停，我心裡難過到了極點。

被拍上報

吉普車開過去以後，忽然停了下來，車上有人走下來，我的希望又來了。可是那位先生並沒有來救我，他拿起一架配有望遠鏡頭的照相機對著我拍照，當時那隻大老鷹站在我附近。照完以後，吉普車又走了。我這才想起這位先生一定是一位記者，他要趕回去，使全世界報紙都會刊登這一照片，老鷹在等著小孩過世。

明天早上，你們在吃豐盛早飯的時候，就會在報紙上看到我的照片，我不是很希望能上報嗎？這次果真如了願。你們看到的是一個瘦得皮包骨的小孩，已經不能動了。可是我過去曾是個快樂、漂亮而又強壯的小孩，我曾經也有父母親陪在我的身旁，使老鷹不敢接近我。現在，我只有一個願望，在老鷹來啄我的時候，我已不會感到痛。

這篇文章是李家同先生在看到美國一位南非記者凱文卡特 (Kevin Carter) 拍攝的一張照片後所寫下。照片令凱文卡特贏得94年普立茲新聞特寫攝影獎(註一)，那是一個蘇丹女童，即將餓斃跪倒在地，而禿鷹正在女孩後方不遠處，虎視眈眈，等候獵食女孩的畫面。多數人在看到照片時，閃過的或許只是「啊！好殘忍」或是「好可憐的孩子」等念頭，這種一閃即逝的念頭並不會真的在人的心裡停留多久。也因此，這篇文章帶給我們的震撼甚於其他。

獲獎記者自殺身亡

當人們紛紛打聽小女孩的下落時，遺憾的是，凱文卡特也不知道。他以新聞專業者的角色，按下快門，然後，趕走禿鷹，看著小女孩離去。在他獲頒這一生最高的榮譽，兩個月之後，凱文卡特自殺身亡(註二)。道德良心上的譴責(他沒有去救這小女孩)，不知是否凱文卡特無奈結束生命的原因之一？？！

我們都活在高牆裡

就如李家同先生所說，我們的日子安逸得如同生活在一堵高牆裡，牆內的世界是美好的，牆外的世界我們看不見，縱使看得見，也可以假裝它是美好的，面對身邊，乃至於世界各地不幸的人們，我們大多只扮演一個旁觀者，一個吝於伸出援手的旁觀者。我們周遭，正有無數這樣的圖像在形成、在發生，你我是否也僅止於按下人生鏡頭的快門，然後，冷漠地擦肩而過？！

那位記者在工作上的委身值得欣賞，但以下一句名言卻道出為人處事更重要的方向。那句名言是

**Doing right things is more important than doing things right.
做正確之事情比做妥事情更重要。**

註一：普立茲獎是新聞界的最高榮譽獎項。

官方網頁：<http://www.pulitzer.org/index.html>

註二：凱文卡特之死可參閱<http://www.thisisyesterday.com/ints/KCarter.html>。

開懷一笑

抽煙三優點

有一個美國的煙商來到法國做生意。一天，他在市集上大談抽煙的好處。

突然，一位老人走上臺子，大聲說到：「女士們、先生們、抽煙還有三大好處：第一，狗怕抽煙人。第二，小偷不敢偷抽煙人家的東西。第三，抽煙者永遠年輕。」

一時間，台下觀眾情緒振奮，那位商人更是喜形於色。老人又把手一擺，說：「為甚麼呢？因為，一，抽煙的人駝背的多，狗見了，以為抽煙人正要拾石頭打牠哩。二，抽煙人夜裡咳嗽，小偷以為他沒睡，不敢偷。三，抽煙人都短命，所以永遠年輕。」

職業病

一天，小文剛辭去牛排之家的工作到火葬場上班，可是做不了多久就被炒魷魚了。

小明問他：「為甚麼？」

小文答：「我只說了一句話而已啊！」

小明更感疑惑，只說了一句話就被解僱，於是問：「你說了甚麼？」

小文說：「我只不過在屍體送進火場時，問了家屬一句話：『先生，請問你要幾成熟？』」

生、死、愛

整理：綠豆糕

小故事大智慧

有人在醫院做過以下兩個調查。

一組是調查在瀕臨死亡邊緣的人，在走到生命的盡頭時，會對家人說些甚麼。這調查發現，從來沒有人說：「要是我多賺十萬元就更好了」。也沒有人說：「好好照顧我的房子和車子。」大部分人都會說：「好好照顧你媽媽。」「好好照顧孩子們。」幾乎沒有臨死的人是想錢，想的都是親人的愛。

另一組調查是把剛出生的嬰孩隨機分成兩組。第一組每天抱起來撫摸三次，每次十分鐘；第二組則甚麼也沒有做。結果是第一組的體重增加的速度是第二組的兩倍。

小故事大智慧

人從一出生來到這個世界，最需要的就是「愛與被愛」。可惜的是，很多人在即將離開這個世界時才意識到這最重要的一點。因此，在我們活著的日子，把握機會，真心對待周圍的每一個親友！不須花很多的金錢，一份真摯的關懷就已經足夠。不要把你的關懷收藏起來，要勇於表達。不趁現在用心和愛來灌溉你的親情和友情花園，還要等到什麼時候呢？

一束花

有一個人在擠擁的車潮中駕車緩緩前進，在等紅燈時，一個衣衫襤褸的小男孩，敲著車窗問他要不要買花，他遞出兩美元，由於綠燈已亮，而後面的人正猛按喇叭催著，因此他粗暴的對正問他要什麼花的男孩說：「甚麼顏色都可以，你只要快一點就好。」

那男孩十分禮貌的說：「謝謝你，先生。」

在開了一小段路後，他有些良心不安，他粗暴無禮的態度，卻得到對方如此有禮的回應，他把車停在路邊，回頭走向孩子表示歉意，並且又再給了兩美元，要他自己買一束花送給喜歡的人，這個孩子笑了笑並道謝接受。

當他回去啟動車子時，發現車子故障了，動也動不了，在一陣忙亂後，他決定步行找拖吊車幫忙。正在思索時，一輛拖吊車已經迎面駛來，他大為驚訝，司機笑著對他說，有一個小孩給了我四美元，要我開過來幫你，並且還寫了一張紙條。他打開一看，上面寫著：「這代表一束花。」

小故事大智慧

立即表達心中的想法，勇於認錯才是真正的勇者，你的一份善意有時會得到立即的回報。不論怎樣，內心的釋懷最低限度已是最好的報答。

家長 關潔英女士

當日辭去護士工作是希望能專心照顧三個孩子。既然選擇做全職主婦，當然希望把這份「工作」做好，所以每逢有一些「進修」的機會，我都不會輕易放過。例如參加學校舉辦的講座及工作坊便是我「進修」的方法之一。

學校所舉辦的講座或工作坊大都能貼近家長的需要，例如，如何提升子女的學習能力、逆境智商、情緒智商或教導父母如何與子女溝通等。講座內容大多由淺入深，或深入剖釋青少年的心理、生理的變化，令家長能多些了解自己的子女。我記得有一次聽了一位講者的說話，使我了解多了我孩子的轉變。原來孩子亦是「身不由己」的。大意如下：「青春期的少男少女，由於受體內的賀爾蒙變化的影響，部分青少年會變得不知所措，不但外觀受影響，情緒也會有波動。」當我得到這些資訊後，我更了解他們，亦會嘗試站在他們的角度看事物。再加上在工作坊內學到的溝通技巧，令我和孩子的關係得以改善。

講座和工作坊的講者都是經驗豐富的社會工作者或心理學家。家長如果遇到甚麼難題亦可於工作坊內提出，很多時他們能用專業的角度跟你分析，並給你很多寶貴的意見。所以每次參加完講座或工作坊後，我也會覺得注入了新的動力，令我在教育孩子或和他們相處上，不但得到一些新的啟發，更重要的是我能更有耐性地和我的孩子溝通。然而家長始終也是人，無可避免地情緒上會有波動，那些憤怒、不安的壞情緒，往往在不知不覺間就偷偷鑽出來。而學校舉辦的那些講座和工作坊，正好在適當的時候給我一個提點，好使我能夠多些從孩子們的角度作出發點，去教導他們。

以上這些感想都是我從工作坊或講座中領會到的。若果將來再有這些講座，我都會踴躍參加。因為我深知作為一個全職主婦，真的不能跟社會脫節，一定要定期「進修」，令自己增值，汲取新的知識及資訊，這樣才能和自己成長中的孩子同步前進。



家長 黃若影女士

為人父母都期望能和子女建立一個良好溝通渠道，但隨著他們日漸成長，面對升中和踏入青春期的等問題，做父母是否還能順利去處理呢？最好方法就是家長們去學習改善與孩子溝通態度和技巧。

甲寅社工舉辦一個名為「溝通之道」的工作坊給我們家長去討論。我有幸獲選中。從課堂中社工王姑娘與我們探討過多項親子溝通問題，當中我學會控制雙方情緒，聆聽及回應技巧，認同孩子感受、想法及需要，學習表達自我深層感受。另外還學到處理衝突的步驟及應有的態度，了解雙方的需要，找出一個大家都認為可行的方法。

在這段學習時間裡，我也遇到與兒子發生衝突的情況。利用課堂中學到的溝通技巧和處理態度，我和兒子的感情都有所改善。

孩子處於成長階段，他們有很多東西需要慢慢學習。作為家長，我們亦要與時並進。感謝甲寅的社工給我學習的機會，如有其他的講座，我會主動爭取參加！



家長 顧潔儀女士

一連五個星期，由社工王穎慧姑娘帶領的「小組工作坊」，真使我們家長獲益良多。是次工作坊的主題是幫助家長認識影響親子關係的因素，以及如何適當地處理子女的問題。

溝通所佔的位置非常重要。溝通是人與人之間互相傳遞訊息的過程。想維繫一段良好的關係，不論是父母子女之間，甚至朋友、夫婦……等都少不了它。透過溝通，我們可認識自己、對方及明白別人的需要及感受。

溝通有助父母了解年青一代子女的想法、處事態度和行為。而子女亦可表達他們心中的感受和需要，反映給父母聽。雙方在溝通過程中，尊重對方意見、專心聆聽、誠意的對話是缺一不可的。做到的話，雙方的距離必定可以拉近；亦因為雙方可向自己信任的人傾訴心聲，情緒得以紓緩，壓力亦可減輕。父母與子女之間因為溝通和了解，從而建立起像知己良朋般的關係。





中宣喜訊



潘依諾老師於2004年3月誕下女兒卓凝。恭喜恭喜。



· 工 · 作 · 匯 · 報 ·

日期	項 目
4/6/04	家長工作坊 主題：「如何協助子女提升面對困難的能力」，由基督教女青年會資深社工伍慧嫻姑娘主講。家長非常踴躍發問，經驗豐富的伍姑娘一一解答了家長的問題。亦因此工作坊時間延長近一小時才結束。當晚出席家長共有 41 位。
04 年 4 月 至 6 月	普通話班 由姜園女士執教的普通話班，第一班共 10 位老師及 2 位家長執委參加，反應良好。姜女士特應家教會要求，為執委及工作小組共 14 人加開一班，全期共五堂。現考慮 04-05 學年開辦給本會會員參加。大家請密切留意。
19/7/04	校服轉贈計劃及舊書售賣活動 家長教師會與輔導組合作，於 7 月 19 日的「中一分班試」當日，以先到先得方式將回收的校服派發給有需要的中一新生。同日家教會亦協助課外活動組售賣舊書，共 200 多人購買了舊課本。
30/8/04	中一迎新日 在迎新日介紹本會和 e-class 給中一家長認識，家長執委更進入各班班房招募工作小組成員及收集家長對本會的意見。
全年	網頁 03-04 學年的 <連繫快訊> 已放在家教會網頁，供家長下載閱讀。另外，網頁亦加插「常見問題」(FAQ)，解答家長問題。

2004-05 年度的活動計劃

家教會本年將踏入第 10 年，打算舉辦特別活動慶祝成立 10 週年，歡迎家長提供活動意見。暫定活動如下：

- 兩次講座或工作坊
- 初中家長教師研討會
- 陸運會啦啦隊評判
- 十週年聚餐暨聖誕聯歡 (將會邀請新舊執委一齊參與)
- 中三選科講座
- 親子旅行

尚有其它活動待定。

