

▶ 何泳琪

明愛馬鞍山中學

題目 傳「碌」傳奇 逆境清袋

傅家俊，職業桌球員，他曾三奪世界排名賽冠軍，現今世界排名第五，創下個人最高排名紀錄。我讀畢他的傳記《147人生傅家俊》，感觸頗深，十分欽佩傅先生的三種人生態度。

「我只想分享一下那些難過的難關，希望大家開關難過關關過。」——傅家俊

第一，是他能以一顆平常心來面對逆境。傅先生在英國錦標賽32強止步，與往績相差甚遠，正常人往往蹙額頓足，一蹶不振。可是，傅先生不以環境的順逆而悲喜，每次駢指握桿，心無旁騖，天地雖大，而唯球與袋之知。心之所向，早已超越勝負，更不會因一時失手而影響自己往後表現。神勇之時，人們常把「偶像」二字掛在口邊；但當黯然失落，低迴惆悵，那些人表面堆歡，「偶像」二字卻反成諷刺，明搗暗抑。傅先生「不以物喜，不以己悲」，超然於勝負與褒貶之外。兵家得失常事，「平常」之道，從球技昇華至人生，變得兩面堅韌，所向披靡，三屆冠軍，名不虛傳，使我肅然起敬，心中佩服這位人生「偶像」。

第二，是面對金錢誘惑，安然而不為所動。從希堅斯和李爾的虛假球賽，加上父親嚴格的訓誨叮囑，傅先生不斷自我警醒：「人不是為生活而存，而是為尊嚴而存」，物質生活不能滿足精神尊嚴，一個專業球手可以在球桌上輸掉一生，但不可以在球桌上輸掉尊嚴。在球桌上贏得成就，卻因而輸盡聲名，這是人生的倒退。不因「一CUE清袋」，卻換來「一舖清袋」而抱憾終生。

第三，是真誠的待人處事之道。只要認定是朋友，便會打開心扉，無所保留。傅先生善於欣賞別人的每一個優點，即使在賽場上是比拚激烈的對手，但賽場下卻是私交甚篤的「鐵哥們」。從決賽對手Ronnie為他琢磨桿頭一幕，足見球達敵手，情義至深。

傅先生說道：桌球，從來沒有easy shot，人生也沒有「符碌」僥倖。樂觀面對逆境，堅定戰勝誘惑，交友以誠，自創傳奇。勇闖人生的高峰，沐浴天地的光輝。球桿自握在手，認清球與袋的方向，一步一步，打下佳績。

閱讀書籍

書名： 147人生傅家俊
作者： 傅家俊 作
出版社： 香港：知出版社，2017。

評判的話

· 文章語言簡潔，敘事抒情，均頗貼切。

▶ 李曉敏

聖公會蔡功譜中學

題目 讀《人生不設限》後感

人生不可能是一帆風順的，當我們遇上挫折時，總是在一個消極狀態。但曾否想過，有些人面對著比我們更嚴峻的挫折時，和我們不同，他們會坦然面對，就像力克·胡哲一樣。在我小時候，我一直認為不會做功課已經是一樣十分大的挫折。我經常將功課帶回學校做，令我欠下了許多功課。但我在唸中一時看到一本書，令我對挫折的看法改變了不少，那就是《人生不設限》，力克·胡哲的作品。

這本書概括了力克一生的挫折、成功以及與家人相處的點點滴滴。他是一位殘疾人，天生沒有四肢，只有一隻在下身的小腳丫，他戲稱這是他的「小雞腿」。他永不言棄，他曾說：「告訴自己再多撐一天、一個月、一年，你會發現拒絕退場的結果令人驚訝。」這鼓勵我遇上困難時迎難而上。但力克也曾想過放棄，他在書上這樣寫：「我十歲時，假如我的頭再往水下沉十厘米，我就可能感受不到世界的美麗。」但他最後沒有放棄，他雖沒有四肢，但卻學會衝浪、游泳、騎馬，他毅然接受了生活的挑戰，創造了生命的奇蹟。

這本書不僅傳遞給我們樂觀向上的精神和堅毅成功的信念，也給我們的心靈注入了強大的力量。遇困難時，想想力克是怎樣戰勝身體的殘障；想放棄時，想想力克是付出了多少汗水才成功；悲傷失落時，想想力克燦爛的笑容和他的樂觀精神。在我們抱怨世界不公時，為何不能像力克一樣感恩，珍惜我們所擁有的一切呢？

不要給自己的人生定下任何限制，因為人生有著無限的可能。你的夢想有多大，舞台就有多大。態度決定高度，認為自己不夠好，是最大的謊言！認為自己沒價值，是最大的欺騙！

人生不設限，每一次的閱讀，給人學會了許多，讀書可以把人從黑暗引向光明。力克·胡哲給所有心中有夢想的人一個精神動力，他告訴你：「做最好的自己，我能！」

閱讀書籍

書名： 人生不設限：我那好得不像話的生命體驗
作者： 力克·胡哲 著
出版社： 台北市：方智出版社，2010。

評判的話

· 能把書中的道理應用於生活，主題明確。

▶ 卓婧怡

東華三院盧幹庭紀念中學

題目 武則天的一生傳奇

每每閱讀傳記時，我感覺自己除了是一位讀者，更是一名歷史的旁觀者。近日再讀《武則天》，在作者那富有感情的娓娓道來下，武則天鮮活的形象躍於我眼前。我從她偉大而傳奇的一生中，縱觀了將近半世紀的唐室興衰，十分暢快！

武則天原只是一個木材商人的女兒，因她貌美，在機緣巧合下成為了唐太宗的才人，然而她的命運可謂大起大落：她曾當過唐太宗的愛妃、曾被囚於冷宮、被迫當過尼姑，歷過低谷後又重新成為唐高宗的正室，最後更成為女皇帝！輾轉中，她的權力在宮中一步步強化，後來透過「垂簾聽政」，朝中不少大臣都聽命於她。最後，終於如她所願，成為了中國史上唯一一位女皇帝。

雖然有不少人認為武則天太有手段，然而看完她的一生後，我對她的聰穎才智、運籌帷幄，卻不禁萬分佩服！在男尊女卑的封建時代，女子在家族中也無地位可言，武則天卻能在一國之中當上皇帝，背後的付出是毋庸置疑的！她的聰明睿智、雄心萬丈、有勇有謀、堅毅過人，絕對勝過男子。除了天資和性格使然，她也勤批奏章，勤於政務，努力治國，廣施德政，令人民的生活變得安康，這都是值得我們欣賞的。

不過，武則天實在有些罔顧常理的事，值得我們反思。難道權力和慾望真的比親情、比情義重要嗎？歷史上都認為她曾親手殺死兒女，令人心寒。俗話說：「虎毒不吃兒。」天下父母心不是人皆有之嗎？到底如此狠心，換來的權力能作出抵償？此外，她對付朝臣亦十分心狠手辣，她對宦官採取了兩面的手法，用得着的時候，就籠絡之；用不着的時候，就變通利用，把他們變為代罪羔羊；與她意見不和的，便清除異己，例子比比皆是。難道權力、慾望和情義、仁德真的不可共存？在「魚與熊掌不可兼得」之下，我認為還是應選擇孟子所言之「正道」為宜啊！

的確，武則天的人生有輝煌成就、權力滿載的一面。然而，她心中的孤獨又有誰可以分憂呢？我印象十分深刻的是：她希望人們以「皇后」的身份祭祀她，而非「皇帝」。當中隱含她堅強臉孔的背後，心中還是那個初入宮的單純少女而已，人在宮中，身不由己矣！這實在意味深長啊！

一生傳奇的武則天讓人心寒，也讓人敬佩；一生成就輝煌，卻也內心孤寂。擁有這獨特人生的，便是中國唯一一位女皇帝——武則天！

閱讀書籍

書名： 武則天
作者： 李俊秀、王菊英、王登鈺 著
出版社： 台北：牛頓，2005。

評判的話

· 文章段落分明，結構完整，語言簡潔，論點明確。

卓詩敏

迦密主恩中學

題目 為自己開拓幸福之門

海倫·凱勒出生於一八八零年，她出生時本來一切正常，後來因患上急性腦炎而喪失視力及聽力，成為一位失明、失聰及無法說話的重度障礙者。

幸運的是她沒有被大病一擊而潰，反而越挫越勇，憑著驚人的毅力學會了流暢的發音與表達。成年後，繼續廣泛閱讀，刻苦學習，成為了掌握五種語言的作家和教育者。她同時致力於殘疾人事業，組織海倫凱勒基金會，四處奔波募捐以改善殘疾人士的生活環境及教育水平。

「雖然這個世界充滿苦難，但是也有很多解決、克服的方法。」這句話出自於海倫·凱勒口中。海倫·凱勒的一生注定不平凡，雖荆棘滿佈，但總遇到能幫助她的人，就好比她的恩師蘇利文老師。蘇利文老師是海倫·凱勒與外界溝通的橋樑，教會她溝通，帶領她走出困境，面向一個樂觀、正面的人生。所以，當我們覺得所有事情都事與願違，內心忐忑不安時，要相信情況或許沒有想像中那般悲哀，或許為你雪中送炭、給予溫暖的人正迎面向你走來。

「當一扇幸福的門關上了，另一扇幸福的窗會因此而開啟。」相比海倫·凱勒，凡事一帆風順的我們，人生或許沒有經歷太多風雨，也沒有什麼值得慶幸的事。以海倫·凱勒為例，她雖然不能擁有完整的視力，但卻擁有超乎常人的毅力與口才。其實，在這個世界上不少人是生活在漆黑當中，故此我們不是應為能看見一個充滿顏色、美輪美奐的世界而感恩嗎？

海倫·凱勒雖然生活在一片漆黑中，卻因著個人的毅力及愛心，能發光發熱，感染他人。彩色和黑白於自己眼中只有一念之差，既然無法改變，何不坦然接受？從海倫·凱勒身上，我體會到「知其不可為而為之」，每個人都應靠著信念活出豐盛人生。

閱讀書籍

書名： 海倫凱勒自傳
作者： 海倫凱勒 著
出版社： 台南：綜合，1975。

評判的話

· 能帶出書中的主旨，每個人都應靠著信念活出豐盛人生。

許登源

香港布廠商會朱石麟中學

題目 永不褪色的傳奇：生命鬥士海倫·凱勒

在閱讀《假如給我三天光明》的這幾天裡，我的心始終猶如洶湧翻滾的大海，久久無法平靜下來。

我試圖體會海倫的世界，雙手捂著耳朵，閉上眼睛，感受黑暗和無聲的世界。起初這似乎是一種有趣的體驗，原本喧鬧的世界變得清淨了。但是當我慢慢地向前走，沒走幾步不是撞到一棵樹，就是撞到人，要不就是摔倒，結果頭上是包，腳上是傷，而且一路走來心裡很怕，好沒有安全感。

有過這樣的體驗，我才知道海倫的世界有多麼的可怕。雖然她生活在一個沒有光明、沒有聲音的世界裡，卻始終保持著樂觀和堅強，再加上她遇到了一位可敬的老師。在老師的幫助和自己的不屈不撓、堅持到底的心和行動下，海倫以常人百倍的勇氣和決心，以常人千倍的艱辛和努力，以常人萬倍的毅力和堅持，考進了我們夢寐以求的哈佛大學，連一個常人都很難做到的一件事，她卻做到了，想想都不可思議。

海倫曾說：「如果我僅僅憑藉觸覺就能得到那麼多的快樂，那麼憑藉視覺將會多少展現出來啊！可是，那些有眼睛的人顯然看得很少。」黃昏紅透半邊天的雲霞、晴空萬里時湛藍的天空、青蔥嫩綠的草地……對失明的海倫來說，這都是夢中的殘影，或要憑空想像它們美好的模樣。要是你問我，說來慚愧，我連樓下公園花園有甚麼顏色的花，都毫無印象。

就拿我自己來說，從小被爸爸媽媽愛護著，整天飯來張口，衣來伸手，上課下課還要爸爸媽媽接送。遇到一點兒困難和失敗就會失去信心、不願堅持。或許這就是因為很多美好的東西在我們看來太過平凡而不值珍惜，或許只有失去以後才會追悔莫及。

每個人都應該讀一下《假如給我三天光明》，聽聽這個永遠生活在黑暗和無聲的世界裡的柔弱女子所發出的驚天動地最強音，她會讓我們懂得珍惜我們一切的美好，乃至這個世界一切被我們視為平凡甚至恐懼的東西。就算這個世界有很多的不如意，在海倫曾經遭受過的痛苦面前也算不上什麼，讓我們永遠保持著一份感恩的心和堅持的勇氣。

閱讀書籍

書名： 假如給我三天光明
作者： 海倫·凱勒 著
出版社： 台北：風車圖書，2007。

評判的話

· 取材有心思，能聯繫自己的經驗。

施雅雯

香港布廠商會朱石麟中學

題目 截肢的天使：楊小芳的生命故事

有沒有想像過，有一天你會突然失去了雙臂？那時你的心情會怎樣？要是我突然失去雙臂，我會感到落魄，因為我沒法想像往後的生活，我要依靠別人幫我完成任何事。這不是說笑。現實中，真的有人因為一次意外而失去雙手，然而她的態度及積極思想，卻與我有很大分別。

《足以自豪》是楊小芳的自傳，我們同樣是青年人，可是她的生命卻流露一份光彩。九歲時，她因為誤觸高壓電纜而燒傷雙臂，因此必須截除雙臂。由於她後天失去雙手，因此她需重新學習沒有雙手的自理方式。此外，她很多願望未完成，例如未盡孝、未追夢、未建家……楊小芳沒有感到灰心失意。她能跨過面前的逆境，因為楊小芳身邊有一個一直支持她的媽媽，而且她本身是一個性格樂觀的女孩，每次遇上困境都往好一面想。

楊小芳曾言：「我頓時感受到生命來得不容易，相比起醫院內其他病人，我的情況其實不是最糟糕的，因為自己的心臟仍在跳動，而且還剩下一對健全的腳，感覺已經很好。我只要堅持活下去，一定可以活得精彩。」這句話不單是對自己的肯定，也是對我輩重要的提醒。我們雖然肢體健全，可是在成長同樣面對不少困境。有些年輕人經不起社會的考驗，選擇了結自己的生命。2011年，一名工程學院的大三女生因求職壓力過大而自殺；這兩年，一個接一個學生因學業壓力而輕生。這些新聞屢見不鮮。我們在責備社會給予青年人壓力，又有沒有想過青年本擁有大好年華，肢體健全，為什麼卻心灰意冷、脆弱如絲，經不起生命小小的困境？他們如果面對楊小芳，能不自慚嗎？

同樣，我也面對成長的難關。例如我現在英語成績不那麼理想，但是我會每天背20個英文詞語，豐富我的詞彙。有時我也有心灰意冷的時候，甚至希望放棄。可是楊小芳的故事再次提醒我，無論面對甚麼困難，都應樂觀、勇敢地面對，不應退縮。學習英語只是人生中小小的難關，可是只要我不放棄，我一定學好英文的。

文中一句「機會不是你想要就能有，別人不給你機會，你就沒有機會。」這句話出自生命勇士楊小芳的口中，確實擲地有聲。機會不會偏待人，不會因為自身的殘缺而減少，更不會自動送至自己手中，而要自己爭取。只有突破自我，作好迎接機會的預備，才能把握每個機會，成功更上一層樓。

看了《足以自豪》後，從楊小芳身上我學到樂觀面對自己生活，不論遇上甚麼挫折，都要往好的方向想。作為青年，我們要珍惜本身的年華，不應因為小小的挫折就想着結束自己的生命，要相信方法總比挫折多。

閱讀書籍

書名： 足以自豪
作者： 楊小芳 著
出版社： 香港：新雅文化，2014。

評判的話

· 文筆順暢，並加入自己面對難關的經歷，令內容更見充實。

▶ 陳思哲
拔萃男書院

題目 愛因斯坦

相信不少人都聽過愛因斯坦這個名字，他是世界公認的天才！令他一炮而紅的相對論，推翻了牛頓所提出的定理，令愛因斯坦一夜間成為科學界舉足輕重的人物。但是許多人都不知道，除了物理學方面，他也有很多值得我們學習的地方。

愛因斯坦成名後，到處演說。有一次，他被問到關於聲速的問題，他坦然回答：「我一下子很難回答出來，需要查查辭典。他被追問：那你頭腦都記些甚麼呢？」他說：「我記書本上還沒有有的東西！」這證明了他並不死記硬背，用腦袋做最有益的事，亦留空間予自由想像，發揮它最大功效。愛因斯坦又曾說過，想像力比知識更重要。這些也許就是他的成功秘技吧！

這位天才在小時候竟然因為孤僻和沉默寡言的性格，而被認為是笨小孩，他在學校亦不受歡迎，因為他經常問一些老師不懂回答的問題。他曾經問過：「如果我以光速飛行，會怎麼呢？」老師只當他在發瘋，怎料這就是相對論衍生的源頭。從中他證明自己所說的話：我並非特別聰明，我只是比常人願意花更多時間去解決問題而已。

愛因斯坦認為學校的數學和物理科，只是浪費時間。幸而在叔叔的鼓勵下，他自學深奧難懂的公式、定理，朝著知識海洋進發。他深信，自己能夠揭開世上奧秘的面紗。由此可見，我們必須擁有信念，才有成功的機會。

愛因斯坦因為演說時用德語，不時會惹來仇視的目光，然而他從容地說：「我堅信，科學家有自己的祖國，但科學是沒有國界的；牛頓是英國人，但他的科學成就屬於全世界。」他的熱情感動了很多人，獲得無數的掌聲。

你也許想成為愛因斯坦這樣傳奇、成功的人，但他卻提醒我們，不需做成功的人，但要做有價值的人。別讓成功的光環拘束自己，我們應活在當下，活出自我價值！

愛因斯坦無疑在科學領域上為人類作出了巨大貢獻，但他鍥而不捨的探究精神、豐富的想像力，以及善用思考的方法，更值得我們學習。你若想多認識這位科學巨人，不妨看看此書，說不定你會有意想不到的收穫呢！

閱讀書籍

書名： 愛因斯坦
作者： 饒遠 編著
出版社： 香港：新雅文化，2000。

評判的話

- 能從生活中的事例，細緻地刻劃出愛因斯坦的真性情；指出他成功的原因和生活的價值。

▶ 陳思悅
香港布廠商會朱石麟中學

題目 屠呦呦——抗擊瘧疾，永不言敗

屠呦呦是一個偉大的科學家，她在2015年得到諾貝爾生理學或醫學獎，她是首位獲得諾貝爾獎的華裔女科學家。她早於2012年獲得美國拉斯克臨床醫學研究獎，表彰她研究開發青蒿素及其應用於治療瘧疾的傑出貢獻，為世界提供了過去半個世紀最重要的藥物干預方案，挽救了全球數以百萬計瘧疾患者的生命。

青蒿的青蒿素含量只有萬分之一，提取青蒿素難度頗高，而提取物中有效成份濃度過低會令瘧疾抑制率偏低。屠呦呦並未因困難而卻步，她其後用沸點較低的乙醚提取青蒿提取物，提取物對瘧原蟲的抑制率達到了100%。屠呦呦在測試青蒿素樣本期間，不惜以身試藥，令自己得了中毒性肝炎。另外，由於研究過程使用的設備過於簡陋，沒有通風系統，更沒有實驗防護，研發團隊紛紛出現了頭暈腦脹、鼻子出血、皮膚過敏等反應。其後她帶着她的團隊跋山涉水，克服酷暑，終於來到了海南昌江疔瘧區進行實地驗證提取物的安全性。經過臨床實驗，病人的情況好轉，終於證明青蒿素治療瘧疾非常成功。

此書令我印象深刻的片段是屠呦呦以身試藥。六、七十年代，科學設備不及現代先進，最好的實驗方法便是臨床測試，而藥物的副作用誰都說不準。屠呦呦毅然試藥，為的是早日研發出治療瘧疾的藥物，從而造福人類。她展現了一種大無畏的獻身精神，而這種精神對現今的青少年極為重要，因為現今社會的人大多是以個人利益為先，再考慮他人。要是每個人都像屠呦呦以社會及他人為先，我相信社會會變得更和諧和友愛。

其次，中國一直沒得到肯定屠呦呦的貢獻，但她並未在意，只是繼續其研究工作，從未間斷。她不追求名利的良好品格也值得時下青少年學習。現時的青少年努力拼搏，為的只是貪圖享受。人不一定需要奢華的生活，只要有明確目標，懂得知足，人生也可以很美好。

從屠呦呦身上，我認為「成功」要訣在於堅毅和不斷的付出，她失敗了189次，但她仍沒有放棄。要是想成功，就一定要為目標奮鬥，努力讀書，為未來打下基礎；同時不要害怕失敗，不然你永遠不會知道成功其實離你很近。

閱讀書籍

書名： 屠呦呦傳
作者： 屠呦呦傳編寫組 編著
出版社： 香港：三聯書店，2016。

評判的話

- 主題明確，能帶出堅毅和不怕失敗的重要性。
- 文章以「永不言敗」作為主題，貫穿全文，舉例說明屠呦呦的成功關鍵。

▶ 陶樂彤
聖公會聖三一堂中學

題目 魯迅與我

發表了中國現代文學史上第一篇白話小說《狂人日記》的文學家是誰？就是偉大的文學戰士——魯迅。

我跟魯迅不是生活在同一個年代，我無法真正切身處地明白他那時的感受。在那個守舊的年代，對很多人來說，魯迅的行為是不正確、不正常的，但現在看來卻很普通。所以，說實話，閱讀這本書不是令我更加認識魯迅，也不是讓我知道更多那個年頭的歷史。或許你會問，那樣的話，讀這本書對你有甚麼用？我可以告訴你，這本書給我的知識，可能是微不足道，毫不重要，但魯迅的人格卻使我對人性有不少反思。

魯迅在日本時剪了辮子。為了避免被人指責，回國後他裝上假辮子，但一個月後，他沒有再裝了，亦因此經常被別人嘲笑。大多數人因為守舊、保守，都認為他這行為有問題。這讓我想起《狂泉》一文。整個國家的人都因喝了泉水而瘋了，正常的國王卻因沒喝泉水而被認為有問題，最終在瘋了的人民逼迫下喝了泉水。魯迅讓我想到，在我們眼中奇怪、不正常的人是否真有問題？普遍就等於正常嗎？當所有人都做出同樣的事情，不做的人就會讓人覺得怪異、不合群。特殊算是一種病嗎？人們為甚麼就喜歡把一切都劃一化？

當周圍都充斥著反對的聲音時，魯迅仍然堅持他的決定，「橫眉冷對千夫指」，對白話文的堅持、對吃人禮教的聲討。魯迅為甚麼能堅持己見，而我卻經常質疑自己所下的決定呢？就以日常生活為例，上課時最常出現的是，老師問：「你真的確定這是對？」這時，我瞬間會變得疑惑，然後改掉答案，之後才發現最初的答案才正確。這類事情已經發生了不少次，而且仍然發生。我不禁問自己，不能自信一點嗎？

或許再過幾天，書中內容會在我腦海中消失。不過不要緊，因為閱讀後的反思已經銘刻在我心中。我肯定，從今以後我的行為為人也會有改變。這就是閱讀的驚人力量。

閱讀書籍

書名： 魯迅
作者： 黃若萍 編著
出版社： 香港：教育出版社，2001。

評判的話

- 文筆流暢，連繫個人經驗，具反思能力。



我的

圖書館

My Library

香港 Hong Kong

初中組 Junior Secondary
中一 (S1) ▶ 中三 (S3)

黃柏澄

新界鄉議局元朗區中學

題目 德蕾莎修女 — 我們的榜樣

德蕾莎修女——人所共知的諾貝爾和平獎得主，她有很多值得我學習的地方。而此書就透過德蕾莎修女的種種言語和行為，突顯她充滿愛心。從她剛發誓成為修女，乃至獲世界公認為傳奇修女，當中的艱苦過程，表露了她堅定的意志力和對天主的信任。從她的經歷，我學會了以下三項幫助別人時所需的條件。

首先，要幫助別人，必先對自己有信心。要相信自己有能力去幫助別人，才能堅守自己的初衷和信念。而且，我們要相信個人的力量，不可認為自己微不足道。要記著，沒有那微小的力量，就沒有人能得到協助。就和德蕾莎修女的情況一樣，如果沒有她帶頭以己身的行動救濟窮人，仁愛傳教修女會就不會創立，亦沒有其他修女會走上德蕾莎的道路，那就沒有人能得到協助。正如現今的環保團體所說，「你的一小步，世界的一大步。」就說明此道理。

其次，幫助別人需要樂於奉獻的精神，這在全書中都能夠見證得到。正如德蕾莎修女以往的一篇講詞中所道：「基督教是付出。」全書中，她不斷協助社會中的窮人，卻堅決不收一分一毫。她一直堅守同情不等於愛的原則，與窮人一起捱苦，於是她和窮人就可以互相體諒包容，達至愛的效果。在現實生活中，我們又能否無私奉獻，放棄自己的一切利益，和別人共患難？我不敢肯定。也許我們可以拋下私心，奉獻出一點時間和金錢，如賣旗，捐款，已能扶助別人。

最後，幫助別人時要活在當下和對身邊一切有愛心。德蕾莎修女對所有生命都有愛心，尊重每一個生命、每一個人。要有這一個觀念，我們才不會看不起窮人和病人。與此同時，我們幫助別人時要活在當下。不要想未來會怎樣，只要現今能做到甚麼就做甚麼；亦不要滿足於過去幫助了甚麼人，因為現在依然有許多需要幫助。正如德蕾莎修女曾經說過：「明天還沒有來，昨天已經過去，我們活在今天。」由於幫助別人沒有成功可言，我們能做的就是幫助更多的人，令世界更多人受惠。

總括而言，我十分敬佩德蕾莎修女待人處事的方式和堅毅不屈的性格，是我們年輕人的榜樣。

閱讀書籍

書名： 仁愛不死：德蕾莎修女的一生

作者： 賈德曼 著

出版社： 香港：雪谷，1999。

評判的話

· 結構井然有序，能以具體事例說明道理，中心思想明確。



黃美嫻

天主教崇德英文書院

題目 《衝破黑暗的「摘星」少年》觀後感

踏入圖書館，我走進700的區域，打算找一本參賽書籍，但全都是一些家傳戶曉的人物，《愛迪生》、《伽利略》……相信這些外國大人物，大家都耳熟能詳！到底有沒有有一個本地名人值得介紹呢？我突現靈光一閃，他，雖然自小失去視力，但仍然仔細聆聽、感受這個世界，勇於挑戰和突破，令他能活出多姿多彩的人生。

他就是《衝破黑暗的「摘星」少年》的主角——楊展匡。在書中，他的名字為麥沛朗，雖然名字不同，但這本書是通過採訪楊展匡而寫成，描寫了他出生至今的經歷，所以也算傳記，更是一本與眾不同的自傳。

他在嬰兒時期，不幸患上惡疾，最初只是一隻眼睛被移除，後因再度病發，無奈之下，另一隻眼睛亦要失去。但他沒有自暴自棄，樂觀面對，並入讀一間寄宿學校——心光學校，努力學習點字，成為名列前茅的高材生。可是當他升回主流中學時，成績卻一落千丈。雖然成績突然下滑，但是他憑著永不放棄、努力不懈的精神，成績終於有起色，更因黑白棋和辯論而認識了不少志同道合、互相勉勵的朋友，最終也在文憑試考獲四科五星的佳績，獲首志願香港中文大學中文系取錄。

看畢這本書，我馬上想到他在中文大學成功進入辯論隊，參加了不少賽事。我曾在網絡上看過他的參賽片段，在副辯位置。因沒可能看講稿，他只能兩手空空，十分考驗清晰的思維，但他仍然能流暢地表達並作反駁。雖然他的障礙比平常人都要大，但正因為他勇敢面對重重障礙，衝破黑暗，最終達到成功的彼岸。

我不禁反思一下自己，我們平時常常埋怨父母給零用錢比別人少、埋怨功課和測驗比別班多、老師偏心其他同學……但我們這些幸運的人卻不懂得感恩。「生在福中不知福」，我們其實已比別人幸福很多，那就應更加珍惜，保護自己的眼睛。

最後，不妨想想，如果有失明的插班生成為你的同班同學，我們會否幫助他？還是不管他、甚至刻意避開他呢？這本書除了教導我們永不放棄的道理，亦帶出失明人士的困境，所以我們不應再歧視他們，反而應幫助他們去接觸這世界！

閱讀書籍

書名： 衝破黑暗的「摘星」少年

作者： 君比 著、步葵 繪圖

出版社： 香港：山邊社，2017。

評判的話

· 能把書中的道理應用於生活，主題明確。



黃煒茵

華英中學

題目 宮崎駿動畫世界的愛與夢

此書是講述《龍貓》、《螢火蟲之墓》、《千與千尋》等多部膾炙人口電影的導演——宮崎駿的故事。作者將宮崎駿的成長故事呈現在讀者面前，並記述了這位家傳戶曉的動畫創作家背後，他付出的努力以及他發奮向上，最終能排解萬難，實現夢想的勵志故事。

宮崎駿能夠成為跨越國界的世界級動畫大師，路途必然不是暢通無阻。在他追隨自己的夢想，成為專業動畫大師的過程中遇上了不少阻礙。起初他在動畫公司「東映」工作的時候，每天營營役役，常常加班。儘管宮崎駿的表現漸漸受肯定，但他依然沒有獨當一面的機會，企劃案也持續被退回來，加上當時他薪水十分微薄，生活上的困窘和工作所遇到的困難一直考驗宮崎駿，但他完全沒有退縮的念頭，反而堅定了日後前進的方向。每天忙碌的工作他都樂在其中，並不是將它視作負擔，因為宮崎駿十分了解自己，心裏一直最想從事自己熱愛的工作。我覺得宮崎駿這種為了實現夢想而不怕艱苦、勇於面對困難的恆心毅力十分值得我學習。雖然他的天賦曾一度被埋沒，但他並沒有因此而放棄追夢和受到打擊，反而另找出路，更換過好幾間公司後，他最終成立了自己的「吉卜力工作室」。由此看，面對逆境只會埋怨是不管用的，倒不如另找辦法解決，也許會比之前的狀況還要好呢？此外，宮崎駿驕人的成績背後的其中一個重要的要素是他做事精益求精的態度，在尚未成立個人工作室時，他在其他公司工作時常抱着一顆願意學習的上进心，學會更多，不斷進步，又朝夢想邁進了一大步，不驕傲自滿，為做到最好而努力，這個心態是非常值得我仿效。另外，我很欣賞他想以作品影響世界的理念，他希望每個人都可從他的電影看到他尋找的東西，得到他傳遞的訊息。他渴望世界和平，於是特別把希望的種子散播在後世的泥土裏，盼望能為孩子們留住一塊最乾淨、最自由之地，將那份最純粹、美好的愛存在各位心目中。

閱讀書籍

書名： 宮崎駿動畫世界的愛與夢

作者： 凌明玉 著

出版社： 香港：突破，2004。

評判的話

· 內容充實，表達清晰。



我的

圖書館

My Library

創作比賽

香港 Hong Kong

初中組 Junior Secondary
中一 (S1) ▶ 中三 (S3)

▶ 鄭子穎

西貢崇真天主教學校(中學部)

題目 名人軼事

《人生不設限：我那好得不像話的生命體驗》這本書的作者是力克·胡哲。1982年，力克生於澳洲，他一出生便患了海豹肢症，即是一出生就沒有了四肢，因此他曾三次想自殺。他亦曾經於一天之內被12人嘲笑，但是最後他重新振奮，不再想自殺也不再自怨自艾。他是進入主流學校的身障兒童之一，更是第一位競選學生會主席的身障者，並獲得壓倒勝利。他16歲開始分享自己的故事，並以激勵他人為生命目標，至今已在五大洲舉辦過1,500多場演講。他21歲大學畢業，取得會計及財務規劃雙學位，亦擁有自己的公司，並於2005年被提名為澳洲年度青年楷模。

力克是一個思想正面和積極樂觀的人，他說：「我是個失能者，但實際上，我因為沒有四肢而擁有的能力。個人的獨特挑戰為我開啓了獨一無二的出口，讓我可以接觸到許多有需要的人。」他並不覺得自己身體的缺陷是一個障礙，反之他身體上的缺陷令他接觸更多不同的人。15歲那年，他遇見了一個同樣沒手沒腳的小男孩，一開始，他對這位男孩和他的家人心生憐憫，因為那個男孩喚起了他自己在那個年紀所感受到的一切，力克不但激勵了那個男孩並給他勇氣去面對將來。力克是一名基督徒，他的宗教信仰使他成為一個充滿信心的人，亦使他逐漸成為一個成功的演說家。

書中提到一些人生道理，對我們十分受用：力克講到我們要信任他人，又教導我們如何跟別人相處。他叫我們要為自己製造機會，盡全力在工作或玩樂上探索自己的極限，於他看來人活著除了是為自己，也要為他人付出，因為他認為小小善行可以改變一個人的生命。最後，他也提醒我們要設限地活出自己的人生。

當我看完這本書，我覺得力克可以勇敢面對自己的人生，為何我們這些健全的人卻不能呢？現今的青年人，遇到什麼挫折就只會想到要死，力克雖然是一名身障人士，但他卻比任何人都要勇敢，就算面對難以做到的事情，他都會努力並堅持到最後，希望自己能夠成功。反而我們面對應可做到的事，卻常常對自己說做不到。既然力克也做得到，為什麼我們不能呢？

閱讀書籍

書名： 人生不設限：我那好得不像話的生命體驗
作者： 力克·胡哲 著
出版社： 台北市：方智出版社，2010。

評判的話

· 結構清晰，能帶出書中主題及人生道理。

▶ 鄭曉陽

華英中學

題目 愛因斯坦——他的人生、他的宇宙

愛因斯坦，一個現代物理的先驅者，甚至被某些人奉為神的人物，究竟他是一個怎樣的人？這本書就讓我有莫大的興趣去閱讀。

這本書詳細地描繪了愛因斯坦的一生：自由發展興趣的童年、輕視權威的叛逆歲月、戀愛的生活、構想相對論、一直到飄泊的日子、獲諾貝爾獎以及死前的掙扎。書中更描寫出愛因斯坦一生的苦難，以及他人人性化的一面。在書中，我感受到他原來也有情緒化、失望、憂愁以至無力的時刻。作為一個尊敬愛因斯坦的人，這本書無疑是一個很大的震撼。

在這本書裏，我也看到關於愛因斯坦學習時期一個有趣的小故事。一天晚上，愛因斯坦在家中聽到有人在彈莫札特的鋼琴奏鳴曲。愛音樂的他連領子也沒扣就闖進別人家裏。正在彈鋼琴的老師大驚，愛因斯坦連忙求她繼續彈下去。這個故事使我們明白，原來愛因斯坦也是一個「頑童」。雖然我們不能學習闖進別人家的行為，但我認為，愛因斯坦這種自由、不顧一切的性格，正是我們在創新、研究時應有的態度。

看過這本書後，我發現愛因斯坦能成功，主要有兩個原因。首先就是自由、跳脫的思維。以上段的小故事作例子，正因愛因斯坦有着跳脫、不顧一切的特質，他才能超脫經典力學，建立一個「離經叛道」的相對論。另外，他對任何事物都保持一定的好奇心，在書中，我發現他的想法都是來自源源不絕的問題。因此，好奇心是十分重要的，好奇心和自由的思維正是創新的偉大原則。

此書可說是對愛因斯坦一個全新而全面的演繹。在讀完這本書後，我可以在一個個小故事中了解到他的魅力，而他創新的精神也將由他的人生、他的故事繼續傳承下去。

閱讀書籍

書名： 愛因斯坦：他的人生、他的宇宙
作者： 華特·艾薩克森 著
出版社： 台北市：時報文化，2009。

評判的話

· 思路清晰，能歸納書中人物成功的原因。

▶ 黎沛儀

東華三院盧幹庭紀念中學

題目 史懷哲蠻荒中的愛與醫治

大家心目中的非洲是怎樣的？乾旱炎熱、黃沙萬里、荒漠曠野，就算有寥寥部落，也物資貧乏？對吧！就有一個人願意到這個「人間地獄」服務，他就是一九五二年諾貝爾和平獎得主——阿爾伯特·史懷哲。

一八七五年，史懷哲出生於法國一個牧師家庭。年幼時，他便對神學有獨特興趣，奠定日後有「以尊重生命為基礎」的世界觀。他努力研究神學，二十多歲便取得神學博士學位，並完成《歷史耶穌的探索》；在音樂方面，他又付印了《巴哈》。對真理的追求、知識的嚮往，驅使史懷哲走上學術研究之路，成為一位受人尊崇的教授。但他還是覺得欠了甚麼。

於是，史懷哲立志要在三十歲開始服務人羣。一天，他讀到一篇報道，知道非洲的加蓬地區非常缺乏醫護人員，便決定要到那兒去。可是，身邊人都勸他放棄，當中更包括虔誠的基督徒！史懷哲發現，雖然每個人都認同聖經上的教訓，但要拋棄一切來跟隨主，真正去實踐時，卻很少人做到。

我很佩服史懷哲的勤奮好學，堅毅不屈。由於決心要到非洲當醫生，他就必須要學醫。儘管一把年紀才開始，但他卻克服困難，真的令人讚歎！同時，他放棄高薪厚職，勇於到非洲展開服務生涯；他又義無反顧的轉攻醫學，到蠻荒之地設立醫院，面對嚴酷環境、奇難雜症、物資短缺，以至土著們頑固的錯誤醫療觀念、難以想像的文化差異，他還是一一克服過去，救治了無數病人，令我感動不已，對他萬分敬重！

而且，我更加敬佩史懷哲那捨己為人的精神和盡心盡力服務社羣的行動，所謂「知易行難」，他能將信念確切地實踐出來，我認為是最難能可貴！書中提及他忍受艱陽炙人的天氣和騷亂不堪的沙漠，長期過著刻苦的生活；但他卻沒有抱怨，反而說：「我們要勇於挑戰，最大的敵人就是自己啊！」教我忘不了他的話。

現在這個功利的社會，會有像史懷哲醫生般不顧自己、只求利人的人物嗎？我常以史懷哲醫生作榜樣，事事反思，是否也能像他般奉獻自己呢？儘管現在的我很渺小，但我會向著相同的方向邁進人生路，服務社羣！

閱讀書籍

書名： 史懷哲：蠻荒中的愛與醫治
作者： 陳月文 著
出版社： 香港：突破，2008。

評判的話

· 具個人見解，表達有條理。