

時間就像一條濺濺水流的小河，匆匆地流走了，很多事情都會隨着時間的流逝而被淡忘。唯獨這件事令我記憶猶新，因為我的自以為是而闖禍了，讓我明白一個深刻的道理。

記得那一次，我和爸爸媽媽一起參加學校的親子運動會。我和爸爸參加了「二人三足」比賽，而媽媽就坐在觀眾席助興。比賽前，當我看見其他參賽者緊張的神態，我不禁露出勝利的微笑，心想：我的體能素來十分優秀，是班中的運動健將，就算是全港性比賽我也能勝出，而這次「二人三足」比賽，只得區區幾隊參加，又怎能難倒我呢？誰知道，我竟然忽略了合作的重要性……

到比賽場地時，校務員向各組派發一根繩子，綁在我的右腳和爸爸的左腳上。這時，爸爸叮囑我道：「比賽時，我們的步伐須一致，不要太焦急，我會跟你數一、二，然後便一起出沒被綁住的腳，我再數一、二，大家就出綁着繩子的那隻腳，如此類推。這就是致勝的唯一方法，『只有幾隊』參加，所以我們不用急，只要在比賽途中不跌倒，就一定能勝出。知道了麼？」誰知，我卻心不在焉，只聽到「只有幾隊」這四個字，我頓時心想：哈！我們果然是父女倆，心有靈犀！

「呼！」比賽開始了，我立即往前衝。一開始，爸爸還能應付得了，但過了一會兒，我的腳正踏着地時，爸爸的腳還在半空。他被我一拉，隨即跌倒了。此刻，只見爸爸躺在地上，動也不動。突然，他的腿有一處鮮紅色的血滲出，仔細一看，爸爸受傷了。這時，媽媽趕快地跑到他的身旁，檢查他的傷口，而其他參賽者都停止了比賽，看看爸爸的情況怎樣。然後，大會宣布停止比賽，幾個醫護人員小心翼翼地將爸爸抬上救護車。忽然，「呼！」的一聲，不知誰掉了一把雨傘之類的東西，它彷彿也在責怪我的自以為是。

爸爸經醫生治療後，與媽媽講解他的情況。此時，我瑟瑟地縮在一旁，心砰砰亂跳着。我只見媽媽臉色一沉，嘴角唇發，雙腳發抖。可是，她一直用一雙眼睛盯着我，使我不敢直視她。原來，醫生說爸爸的腳嚴重受傷，要留院一個月治理。這時，我的心裏像是有成千上萬的馬兒在奔跑、踐踏，動盪不安。我真不願意接受這個殘酷的現實，我心亂如麻，痛如刀割。我拼命地怪責自己，要是我當時謹慎一點，細心聆聽爸爸的話就不會弄得如斯田地了。

爸爸因我而受傷的憾事不但讓我明白合作的重要性，更讓我明白做事不應該自視過高，做了一些後悔莫及的事。這次的闖禍，讓我品嚐了生活的苦和酸。

唐僧一行人到了火焰山，誰知孫悟空突然得了流行性感冒，無法去借芭蕉扇。唐僧、豬八戒和沙僧正在商討應該怎麼辦。

豬八戒首先自告奮勇地說：「既然大師兄生病了，論輩分尊卑，就讓我這個二師兄去吧！」唐僧雖然不想，可是也讓他去了借扇子。果然，「說就天下無敵，做卻無能為力」這句話最適合來形容豬八戒了。他途經一間食店時，聽到店小二喊着：「好好吃的『春秋戰鍋』啊！快點來試試吧！」他頓時垂涎三尺，走進店裏大吃一頓。吃飽了，他又在樹下熟睡了好幾個時辰，直到沙僧出去化緣時看到他睡在路邊，就把他硬拖回去。唐僧看到八戒醒來後還渾不知情的樣子，氣得面紅耳赤，差點暈了過來！

之後，沙僧被唐僧派去借芭蕉扇。沙僧一到了芭蕉洞，就請丫環向鐵扇公主傳話：「我是沙悟淨，有事想求見你們主子，麻煩請通報一聲。」不久，丫環便請沙僧進去大廳。沙僧進去後，跟鐵扇公主詳細地解釋他們的苦況，請她借出芭蕉扇。聽罷，鐵扇公主表面唯唯諾諾，並請沙僧留在大廳等候，自己則回到房間拿扇子。過了一會，當她一走出來，就把芭蕉扇掄了好幾次，把沙僧掄到冥王星那裏！

唐僧見沙僧這麼久還未回來，心裏著急得很，這時，靈吉菩薩現身，說：「唐僧，你的徒兒沙悟淨被芭蕉扇掄到冥王星去，需要一段時間才能回來。唐僧聽了，立刻騎着白龍馬去找鐵扇公主。她一看見唐僧，暗想：又是一個來取我的寶扇的傢伙！唐僧慢慢走近，說：「阿彌陀佛，善哉，善哉！小僧和徒弟們需要越過火焰山，煩請施主借出芭蕉扇一用。」鐵扇公主不屑地說：「我喜歡借就借，不借就不借，為甚麼一定要借給你？」唐僧道：「施主，你借給咱師徒，除了能讓我們越過這兒外，還能促進農業發展，方便貿易運輸……(下刪三千多字)」鐵扇公主聽得十分不耐煩，嚷着說：「好吧！好吧！你是我生平見過的最嘮叨的人，怕了你！我把扇子借給你了！不要再嘮嘮叨叨了！」唐僧大喜，說：「阿彌陀佛！謝謝施主！」

最後，孫悟空的流行性感冒好了，沙僧也從冥王星回來了，火焰山的火也熄滅了。在唐僧訓示好那辦事不力的豬八戒後，師徒們又繼續向西天進發了。

夏天的頌讚

六仁 鍾慧瞳(5)

夏天，是美妙的，是壯麗的，是熱情的……

在那個夏天的中午，我伴隨着猛烈的陽光，來到了這個世界。

我看着夏天的山，它被鋪上了一片綠。春天後，夏天延續了生機。那樹林，綠樹成蔭。我坐在樹蔭下，那清涼的感覺真是無法言喻。有一陣子，西南方送來了陣陣的涼風。我躺在那綠油油的毯子上，陽光穿透了樹葉，進入我的眼簾，就像千萬的小星星一樣，閃爍不停。

到了傍晚，蟬還在鳴叫。太陽成了一個紅色的火球，緩緩落下。晚上吹來的山風，是涼爽的，卻從不會令人瑟瑟發抖。皎潔的月光，把黑暗的夜空照亮了，四周還閃爍着上萬顆鑽石，整個天空被照得亮亮的。山，已不再陰森了。

海，代表着盛夏。早上的海，是平靜的，還未睡醒。中午的海，正是海的歡呼時。她穿着鑲上藍寶石的裙子在陽光下翩翩起舞，讓許多人投進她的懷抱裏。黃昏的海，天空染成紅色，海水也染成紅色了，彷彿是一幅出自畫家的風景畫。晚上的海，仍未沉默。海浪拍打岸邊的聲音仍在，只是多了幾分寧靜。海風更涼了，海，已沒酷熱的感覺。望向那一望無際的大海，多了幾分神秘感，彷彿期待明天的來臨。

夏天，熱情奔放。陽光是熱情的，海洋是熱情的，連小孩也是熱情的。街上，奔跑的小孩絡繹不絕，他們臉上的歡笑持續到立秋……

生機最旺盛的時候不知不覺地溜走了，葉落下了，海不再閃爍了，孩子又要多穿衣服了。我最喜歡的夏天，已悄悄的被秋風吹走了，但我對夏天的愛永遠不斷，因為我仍在思念着在盛夏和我相遇的遠方好友……

現時上網已是每個青少年的習慣。可是，網絡世界就是一把雙刃劍。用得好，可以增長知識、擴闊眼界；用得不好，便會影響健康、荒廢學業。我們該如何避免青少年沉迷上網呢？

首先，我們可以培養自己的興趣。例如參加棋藝、陶藝等靜態活動。這可以令青少年從喧嘩的網絡上世界中靜下心來，發展自己的潛能。除了靜態活動，我們還參加籃球、足球等運動。多做運動既可以令青少年培養興趣，又可以鍛鍊身體，一舉兩得。有了自己的興趣和愛好，青少年就不會沈迷上網了。

除了培養興趣，管理時間也十分重要。我們可以制定一個作息時間表，詳細地列出我們在不同的時間該做甚麼事情。如我們可安排上午閱讀課外書籍和上網，下午做功課和運動。制定作息時間表，不但令我們學會合理地分配上網時間，不致於過份沉迷，更能建立良好的生活習慣。

此外，我們要避免沈迷上網，就要培養良好的上網習慣。我們在上網瀏覽時，要搜尋一些健康、益智的網站，而不是去一些遊戲網站。這些遊戲網站往往是青少年沉迷上網的根源。良好的上網習慣，還包括：上網一段時間後就要休息，每天完成該做的工作後才可以上網等。只要培養健康的上網習慣，青少年就可避免沈迷上網。

總而言之，只要控制好時間、有良好的習慣和培養有益身心的愛好，青少年就能避免沈迷上網。我相信大家都有足夠的能力，好好使用這把「雙刃劍」的！

時間是一顆流星，一眨眼便會消失得無影無蹤。但時間卻會給我們留下畢生難忘的點點滴滴。而那次因為我自以為是而闖的禍，令父母失望的片段將會永遠刻在我的心中。

那次，我聽到學校快將舉行「親子朗誦比賽」，便興奮不已。畢竟朗誦是我的強項啊！一回到家，我便哀求父母一起參加。他們禁不住我的請求，終於如我所願了。這也使我鬥志激昂起來，誓要奪冠而回。我帶着輕鬆的腳步，信心滿滿地回到學校報名參加。

我看到其他報名的參賽者，心中忍不住暗笑着。那刻的我覺得自己實力比他們強，根本不需要把他們放在眼裏，更覺得他們只是襯托我這朵鮮花的葉子罷了，我和父母必定能取得冠軍的。憑藉我豐富的朗誦經驗，過目不忘的本領，繞樑三日的嗓子，這一次的冠軍也必然是我的。

說時遲，那時快，比賽的日子便到了。怎料……我和父母一踏上舞台，我便被台下的歡呼聲給震懾。我的腦海變得一片空白，呆若木雞地站在台上。聽着台下如雷的掌聲，我竟失去了往日的信心。而身旁的父母滿是期盼地看着我，我的心更亂了，不知該怎麼辦才好。台下的目光也全部注視在我身上，這時，我心急如焚，想趕快把稿子記起來，不想再當個「啞巴」。誰知還是沒用，逃避的念頭也就浮現，我羞愧地走向幕後。我參賽資格被取消了，我的冠軍夢也泡湯了。

回到家裏，客廳鴉雀無聲，氣氛也沈重下來了。從父母的眼光之中，我彷彿體會到他們對我的失望，我甚至感受到周遭的空氣也對我不滿。沈重的氛圍使我羞愧地低下了頭，面紅耳赤的我害怕家人指責的目光……

正所謂：「經一事，長一智。」我體會到「一分耕耘，一分收穫」的道理。而令父母失望的憾事將會成為我人生的一盞明燈，時刻提醒着我努力的重要。

友誼就像航行在茫茫大海中的一葉小舟，遇上暴風雨就會翻沉。而在一個月前發生在我和文超之間的一件小事，就差一點斷送了我之間的友誼。

那天是平凡的一天，不過在接過自己測驗卷的那一刻，我的心像一塊石頭般沈進海裏，全涼了！隔壁的同學笑嘻嘻地搶走了我的測驗卷給全班同學看，他們有的用手掩着嘴竊笑，有的露出嘲諷的眼神，有的交頭接耳地評論我……而我的好友文超就忙着做改正，連一個安慰我的眼神也沒有給我。我像一個被不快和羞愧吹得脹鼓鼓的氣球般，恨不得飛走，脫離這苦難。我用雙手掩面，一滴一滴的淚水流淌在桌面上，為甚麼我要受這樣的苦呢？

回到家後，媽媽看見我這副委屈的樣子，便忙着追問我在學校發生了甚麼事。我便把在學校的遭遇告訴她。媽媽邊聽邊撫摸着我的臉，並安慰我說：「也許文超有自己的苦衷吧！」她建議我打電話給他問問。好不容易我才說服自己打通這個沈重的電話，電話的那頭傳來一陣啜泣的聲音：「我……我今天……測驗不合格……沒有安慰你……我感到十分抱歉……」了解了事情的真相後，我歎了一口氣：「不要這樣說，我懷疑你，對你也是不聞不問，這是我的不對。對不起！」第二天，我們都敞開心扉，互相傾訴心事，彼此不計前嫌地和好如初。能和他再次成為朋友，真好！

經過這件事，我明白到友誼的可貴，明白朋友之間不應有隔閡，也不應互相猜忌。希望在未來的日子，我和文超可以風雨同路，任何狂風暴雨也不能破壞我們的情誼。

永遠懷念的老師

六德 邱司桐(24)

在人的一生中，總會有一個人令他永遠懷念，而你最懷念的人是誰？而我最懷念的人就是教我數學的黃老師。

在六年級上學期時，素來數學成績都不好的我，對數學測驗也不抱太大的期望。當黃老師派發測驗卷給我時，那鮮紅的數字更令我垂頭喪氣，提着沈重的腳步回到座位上。小息時，黃老師叫我和他到教員室，我頓時心裏忐忑不安，心想：一定又會被黃老師痛罵一頓了！我帶着緊張的心情到教員室找黃老師。沒想到黃老師竟然沒有怪責我，反而耐心地教導我，提點我哪裏計算時要特別小心……

從那天開始，就開始了我的「特訓之旅」。每天小息，黃老師都苦口婆心地教導我。我看到他那麼用心地教導我，我暗下決心要努力學好數學，下次測驗一定要拿滿分！

可是，黃老師最近因工作勞苦而病倒。我得知這個消息後，對任何事情都不感興趣，心想：黃老師因教導我而病倒，如果我的數學沒有進步，他一定會很失望的，我一定要努力，讓他看看他的「勞動成果」！我利用小息的時間來複習、放學後回家多做練習題……到測驗的前一天，我努力地溫習黃老師給我的筆記，甚至廢枕忘食！到派發測驗卷的那天，我歡喜雀躍地看着那三個數字，更希望這一刻可以讓黃老師看到，就連也同學對我刮目相看呢！我一下子像踩到雲上，飄飄然的，我用輕快的步伐回家，媽媽都稱讚我呢！

最後，我希望我的數學水平可以永遠都那麼好，但在我心目中最重要的是希望黃老師早日康復！

假如時光可以倒流

六德 黃思愉(21)

時光飛逝，一轉眼，我就從一個小嬰兒變成了一個懂事的小學六年級學生，也是一個即將升上中學的學生，而令我依依不捨的，莫過於老師和朋友了。

記得在畢業禮前一天，我的好朋友黃愷晴來到我家找我說：「我……可能明天不能去畢業禮了…」聽到這句話，我大吃一驚，並問她：「為什麼啊？」「因為……因為我明天要搬家了。」「甚麼！你別開玩笑呀！」我的手心一下子充滿了汗水，緊張的氣氛使我的心忐忑不安，她的臉色一沉，說：「是真的！」無法接受現實的我一聲不吭，不一會兒，我忍不住哭了起來，並大喊：「不是說好要一起升上同一所中學嗎？不是說好每天都要在一起玩嗎？嗚…你這個可惡的騙子！」說完，我就頭也不回地跑走了。

第二天，回到了學校，查看了課室一遍又一遍，也沒有看到那個熟悉的身影，心想：真的…不回來了嗎？本想去道歉的我，因為賭氣，所以昨天沒有去找她，現在真的後悔極了，強忍着淚水，拍完了畢業照。直到放學，我像瘋了一般跑去她的家，「哈…哈…到了！」氣喘如牛的不斷按着她家的門鈴，得到的卻是一片死靜，但這樣我還沒有放棄，馬上回到家，「說不定她會在我家門前等我！」可是，當我回到家門前，看到的卻是空無一人。失望的我回到房間，看到桌上放着我和她二人的合照，淚水情不自禁地湧了出來！「都怪我！如果當初我沒有跟你賭氣該有多好！現在連最後見面的機會也錯過了！我還想好好地和你道歉和告別呢！」淚流滿面的我躺在床上，一動不動，過往的回憶頓時全都浮現在腦海裏，連聯絡方式也沒有留下，再也沒有機會見她一面了。

假如時光可以倒流，那該多好呀！

永遠懷念的好友

六德 蘇莎(18)

眨眼間，六年過去了，我們由陌生人變成閨蜜！我與朱恩彤一起交往的日子 是我在小學生涯中不可或缺的一部分。

記得四年級開學的時候，一位外表文靜的女同學，被老師分發坐在我前面，她名叫朱恩彤。那時我的腦海有一個念頭：她看起來非常難相處，還是遠離她為妙！她小息時，只會托頭把視線固定在窗外的景物。當拍拍她的肩膀時，她也只會回頭並回我一個冷冷的眼神，那時，我心生了一個疑問：我有做錯事嗎？

在四年級某一個早上，我因為太遲起床，而忘了吃早餐，當她看見我精神不振的樣子，便默不作聲把一份三文治遞到我的面前，真是雪中送炭啊！小息時，我不小心跌倒了，四周圍的人都對我不理不睬，只有她走過來把我扶起，並小心翼翼地帶我到醫療室。這天過去後，我知道她原來是一個熱心助人的人。

我們開始慢慢地了解對方，每天小息也一起度過。五六年級的時候也非常慶幸地分發到同一班。

我們從陌生人變成閨蜜真不易，在這三年裏，我找到了最珍貴的寶物。我同時也希望你不要忘記我們一起笑、一起哭、一起瘋狂的日子。

童年像一條時間走廊。在這條走廊裏，掛滿一幀幀往事的照片。這些照片有歡樂的，有令人傷感的。當中最令我刻骨銘心，到現在仍感不快的是與可晴絕交的那幀照片。

去年，有一次小息，我忘了帶上家政課用的圍裙。我向平易近人的可晴借圍裙。她一開始不願借給我，但我費盡唇舌，她最後還是借了給我。她叮囑我不要弄髒圍裙。但我沒有把她的話放在心上。我拿着圍裙，滿心歡喜地回到家政室上課。誰知這是一個噩夢的開始！

上課的鐘聲響起了。黃老師教我們弄蛋白蛋糕。我專心地把材料混合在一起，好不容易才弄好蛋醬。我開心得手舞足蹈，連忙把蛋醬倒進蛋糕造型盒裏，但我太心急了，不小心把它倒翻，更把圍裙弄髒了。心想：大事不妙！可晴曾說過不能弄髒圍裙的。我不自控地發抖，趕緊去洗手盤清洗圍裙。我用了不同的清潔液，把圍裙洗得乾乾淨淨，一粒灰塵也沒有，光潔如新。心想：我洗衣的功夫了得，把圍裙吹乾就可以物歸原主了。這總算得上是「神不知，鬼不覺。」

小息時，我戰戰兢兢地走到可晴身旁，吞吞吐吐地說出了事情的來龍去脈，把亮麗透白的圍裙還給她。這一刻，我正靜待她的讚賞呢！可是，本來一臉溫柔的可晴臉色一沈，心中的怒火躍到臉上。我連忙鞠躬道歉，但她怒目而視，嚴厲地說：「我們絕交吧！」我說：「圍裙都洗好了！你幹麼這樣生氣了！」她氣沖沖地說：「我考到的烹飪印章都讓你洗走了！」我滿不在乎地說：「印章，我有很多，給你蓋回吧！」她兩眼通紅地說：「這些印章是我去世的外公親手蓋的……」我呆呆地站着，看着她失落又憤怒的背影漸漸遠離，我的心也失落到不知哪裏去了。

在童年的走廊，我遇到不同的事。這次因為我的粗心大意而失去了一位好朋友，令我愧疚不已。往事的走廊仍不斷添上新照片，惟獨這幀照片永遠是灰色的，而且永不褪色，像時時刻刻提醒我要謹慎認真。

看着手中已微黃的詞句簿，那件刻體銘心的往事不期然又在腦海浮現。

每次上中文課，我都是戰戰兢兢的，心總是砰砰直跳。只要張老師望我一眼，我就瑟縮發抖。有一次，張老師教了一些生澀的詞語，我勉強地記往了。張老師像獵人一樣在教室找他的「獵物」，張老師厲聲說：「鄭佳琦，你在剛剛的考試只有三十分，你可要認真學習，先把字寫好吧！」我急忙地站起來，心想：這次肯定要被老師狠狠地責罰了。我哭得兩眼通紅，淚如雨下。張老師語重心長地說：「你要勤學好問，加倍用功才能有進步。」我連忙點頭謝過老師的教誨，但心裏仍有不說不出的惶恐。小息時，張老師送了幾本語文練習簿給我，叮囑我要好好用功。

回到家，我獨自在房裏，看着書中那些紅紅的紙條，紙條上都是一些語文重點。我每天花了兩小時把這些語文重點都熟讀和背誦下來。在考試前的一個月，我看着本來很艱深的語文功課，突然茅塞頓開，全部的題目都答對了。我歡天喜地告訴媽媽，媽媽也稱讚我。這時，背後傳來熟悉的電視劇的主題曲，但我頭也不回地往房間走去，專心地溫習起來。

整整一個月，我廢寢忘食地溫習，決心把難如登天的考試卷做好了。果然「皇天不負有心人」，我的語文成績大躍進，得到張老師很高的評價及讚賞。我心想：張老師，謝謝您。如果沒有您的協助，我怎能考得好成績呢？我目不轉睛地望着張老師，鞠了一個躬就回家報喜了。

這件事讓我明白到一些看似難如登天的事，也會有方法去解決的。只要我們有信心、有毅力，便能跨過難關，向成功邁進。

「山竹」襲港

六毅 陳柏義(2)

颶風「山竹」終於正面吹襲香港了！

外面開始刮起大風，我一走出門口，一陣冷風向我吹來，我的身體冷得顫抖起來。我趕緊穿好外套來到樓下感受「山竹」的威力，強風把直立的大樹的腰都吹彎了，大樹仍企圖用自己的手來抵擋狂風的襲擊，他腳下的花花草草都快要跟隨泥土一起飛揚起來。烏雲慢慢遮住了天空和太陽，不久，天空開始飄起了小雨。雨越下越大，像一根根銀針垂直從天空掉下來，無數樹葉和花瓣被這無情的銀針，穿刺得體無完膚……

到了傍晚，外面的狂風暴雨漸漸安靜下來……這一場颱風來得快，似乎去得更快。但「山竹」的威力仍震懾我的心，使我久久未能平復。

回想起超級颱風「山竹」襲港時那「瞬間搖晃」的大廈，至今仍令我猶有餘悸。

從新聞報導中看到，大部分香港地方這次都受到「山竹」的影響：廣泛地區出現水浸，有些大廈的玻璃窗被強風吹裂，甚至有大廈的整幅牆被強風吹倒；而市面上的交通工具大部分也要停駛。相比之下，我家在這次的風災中的損失一點也不算嚴重，只是多處地方滲水而已，雖然看着家裏有這麼多東西被浸濕，我們仍感到十分狼狽。

風災過後，香港各區顯得滿目瘡痍，到處一片頹垣敗瓦……我家樓下很多大樹被吹得折腰了，甚至有些樹被連根拔起。但幸運的是，這次的強風竟然沒有造成人命傷亡。據說是因為市民和政府有關部門的防風措施做得好，所以以後再遇上類似的天災時，我們要多加提防，將人命的傷亡和財產的損失降至最低。