



中西區聖安多尼學校
C & W District St. Anthony's School

篤信博愛 · 堅毅勤勞

學生作品
(2022-2023)



篤信博愛·堅毅勤勞

困難和挫折，常常把我們嚇怕，但我們只要努力不懈勇往直前，便能把困難一一解決。

而今天我上了寶貴的一課，讓我反思如何堅持到底直到最後一刻。那一場是我們學校足球隊與南區的慈善比賽，我們因一時疏忽，竟讓對方進攻成功，但最後，我們也可以堅守防線，取得最後勝利！

今天早上，灰濛濛的天空，正下着微微細雨。今場的對手正是南區的主球隊，是全個比賽中實力最強的一隊，所以我們都沒有信心可以勝出這場比賽。比賽的初段，我們好像還未睡醒一樣，各自守攻，欠缺團隊合作。在毫無準備下，對方來一次角球攻勢，便射入一球了。我們全隊就像一盆散沙，失去鬥志。

教練在場邊不斷提醒和指導，我們改變陣容和打法，全隊球隊就像脫胎換骨一樣，發揮出我們平日訓練的水準。然後我們急起直追，連續射入了兩球，不但收復失地，還堅持到最後，贏了這場球賽。

在這場比賽中，我們學懂了「失敗乃成功之母」，不要因為強勁的對手而感害怕，甚至失去爭勝之心，要克服困難，使出我們平日練習的成果和經驗，冷靜沉著。只要懷着勇氣，克服恐懼，就能獲得成功。

Class: 4A
Name: TSANG LING YEE
No: (26)

We are Good Children!

We need to be good children. Children who can distinguish clearly between good and bad, right and wrong.

There are different ways to make you a good child. First, you can greet your teacher and speak politely. Second, you can share food with your friends or classmates and they will say that you are generous! Third, you can help your teacher pass out the books. Your teacher will think that you are helpful! Fourth, you can help your mother do housework. Fifth, you can help your parents take care of your little brother or sister. Sixth, you can tidy up your bed in the morning. Seventh, you can clean up your desk before you go to bed. Your desk will be clean! Eighth, you can also do the washing-up after dinner. Ninth, you can help your friends when they have problems. Tenth, you can also help your parents carry heavy things. Eleventh, when you have problems, calm down first and don't give up on coming up with the reason and the solution.

You can do a lot to help yourself and be a good child. Let's be good children!

Class: 4B
Name: GAO KAI HIN
No: (15)

Our Hard-Working Moms

Our moms are very hard-working. They wake up very early to make breakfast for their lovely kids. Then, they take their kids to school and go to work themselves. When they finish work it is already late. Also, they need to make dinner for their kids when they get home.

Being a mom is very stressful because moms are busy every day, not to mention sometimes they need to take part in events with their kids on Saturdays and Sundays. We should know how stressful that is and try to do everything on our own, like homework and study. We should also help them by giving them massages and by saving money.

We should not take everything for granted because our parents worked hard for everything in our house. We should thank them for bringing us into the world and taking care of us when we were little babies. We should love our moms with all our hearts.

Class: 4B
Name: HUNG PUI YAN
No: (16)

The story of two girls

In Aivisville, there is a village called Arovalsia. One day two babies arrived in this world. The first baby was born in a palace and the second baby was born in a poor family.

The two girls had different personalities, although they were born at the same time. The girl who lived in the palace was Marione. Since she lived in the palace, there were a lot of maids and butlers. Therefore, she was lazy. She was spoiled by her parents and she became very arrogant and bossy. On the other hand, the girl who lived in the poor family was Charine. She was very different from Marione. She was hard-working because she was very poor. She was always full of hope and faith and she prayed for the others. She hoped that a miracle would happen.

When the girls turned 18, they were about to be married. At that time, a handsome prince from a neighboring country came to Aivisville. The girls immediately fell in love with him so they went to meet the charming prince. Marione was first. She wore a colorful dress and the prince was immediately attracted to her. However, because of Marione's poor attitude, the prince hated her. Then, it was Charine's turn. Her hard-working personality appealed to the prince, especially because she prayed to God. She helped everyone in need and Charine always said, "When we pray, God helps us. Be kind-hearted and trust God no matter what."

In the end, Charine and the prince got married and lived happily ever after.

班別：四乙
姓名：王逸朗
學號：(30)

篤信博愛·堅毅勤勞

相信大部分同學都知道我校本年度的校本主題是「篤信博愛·堅毅勤勞」，但你們知不知道當中的含意？

「篤信博愛·堅毅勤勞」中的「篤信」是堅決相信，就如我們無論在學業還是運動方面，都要堅信自己能夠成功。

「篤信博愛·堅毅勤勞」中的「博愛」是愛無分界限，就如天主愛我們都不會分時間、日期和地點一樣，我們也要把天主的愛實踐出來，幫助有需要的人。

「篤信博愛·堅毅勤勞」中的「堅毅」是堅持不懈，永不放棄，就如我們努力做任何事時，都要堅持不懈，永不放棄。

「篤信博愛·堅毅勤勞」中的「勤勞」是用功和努力奮鬥，就如我們不論在準備測考還是參加比賽前，也要用功和努力奮鬥。

「篤信博愛·堅毅勤勞」整句句子的意思是要我們相信自己、敬愛天主、不屈不撓和努力堅持。

班別：四丙
姓名：劉昕橋
學號：(10)

篤信博愛·堅毅勤勞

孟子曰：「老吾老，以及人之老，幼吾幼，以及人之幼。」這句古語的意思是：我們不但要愛護自己的長輩和孩子，還要愛護社會上的長輩和孩子，這正符合我校本年度的校本主題——「篤信博愛·堅毅勤勞」。

學校為了讓我們明白關愛他人的重要，舉辦了多項義工服務活動。在義工課堂上，老師不僅教我們如何關愛獨居長者和有需要的人，還通過遊戲方式，讓我們加深記憶。在幾次義工服務課後，老師帶我們外出實地做義工，讓我們親身體驗一下。我要服務的對象是一位獨居長者，我和同學們都主動問候他，並了解他平時的生活情況，遇到何種困難以及如何克服等。那位獨居長者也向我們分享了他的經歷和感受。在聊天的過程中，令我們了解到社會的確需要向這些獨居長者提供協助和關心，令他們感受到人間有愛。

「堅毅勤勞」是我們都應該擁有的美德。回想起上個月，我參加了一場田徑比賽，儘管我已用盡全力跑，最後還是落敗了。我雖然感到失望，但沒有放棄，還決定要努力練習。之後在每次田徑練習時，我都非常專心地聆聽老師的教導和加倍努力地練習，令自己每個動作都做到最好，老師還經常稱讚我。每逢週末，我還會在公園裏練習跑步的姿勢，希望可以做得更完美，速度也會有所提升。記得有一次練習時，我不小心把腳踝扭傷了，但我並沒有氣餒，在家裏休息幾天後，等腳踝康復了，我又繼續努力地練習。最近，我參加了一場田徑比賽，這次不但打破了自己以往的記錄，還取得了冠軍，這使我感到非常興奮，也明白了「只要有恆心，鐵柱磨成針」的道理。

有了上述的經歷後，我明白到：當我們有能力的時候，要主動幫助別人，當我們面對困難時，要加倍努力。只有堅持「篤信博愛·堅毅勤勞」的信念，才能讓我們的人生更豐盛。

班別：五甲
姓名：孔祥駿
學號：(10)

篤信博愛·堅毅勤勞

你們知道「篤信博愛·堅毅勤勞」是甚麼嗎？沒錯，這就是我們中西區聖安多尼學校本年度的校本主題，說明了我們做人處事應有的原則態度。

我們首先從「篤信」說起，它是主題中最重要的一環。「篤信」是指要專一地、虔敬地相信我們惟一的天主，因為祂賜給了我們天地，是美善的根源，所以我們應尊敬天主。你可能會疑惑地問：「那麼我們怎樣才能做到？」其實並不難，我們可在每天起牀後和睡覺前都祈禱，感謝並祈求在天之父賜給我們平平安安的一天，或是多參加教會的彌撒和活動，當一名天主教徒。

接下來，就是博愛。第一，我們要愛耶穌，因為他替我們贖了罪。其次，我們要愛近人，即身邊的人，如家人、老師、朋友、同學等。還有，耶穌還教導我們去愛仇人。這真不容易，我們可如何去愛曾經傷害過自己的人呢？《聖經》教導我們：「你們若只愛你們的近人，你們還有甚麼賞報呢？」這告訴我們不但要愛自己的近人，也要愛其他人，甚至仇人。那怎樣才能達至博愛？我們可以多關心所有人，多做慈行等就行了。

除此之外，堅毅和勤勞是博愛的基石，因為我們要做到博愛就需要堅毅和勤勞。若我們努力向學，將來才有能力貢獻社會，幫助更多有需要的人，如沙迪奧·文尼是一位很著名的非洲足球員，他出生在塞內加爾一個最窮困的村落裏，那裏的人惟一的出路就是踢足球，所以他從小就踢足球，並被迫離家尋找機會。過程中，他克服了傷患，努力增進自己的球技，終於成為了一間英國球會的球員。他積極地參與慈善活動，為他的祖國建設不同的設施，例如醫院、學校、樓房等。由此可見，他的博愛是建基於他的堅毅和勤勞，他是一個很值得我們學習的對象呢！

總括而言，篤信是一切的根本，博愛是一生的實踐，堅毅和勤勞是基石。讓我們一起實踐我們中西區聖安多尼學校的校本主題——「篤信博愛·堅毅勤勞」，做一個敬主愛人，品格高尚的人吧！

Class: 5A
Name: LAU YICK HEI
No: (13)

The fishing experience

Every day, I put on my school uniform. Through my school emblem and motto, I created this story.

Today, our school had a camping trip. My friends, John and Nick, were very excited about the fishing section.

Before we went fishing, we bought the same fishing gadgets, such as a fishing rod, a bucket and some fish bait.

After we arrived at the river, we pulled out our fishing rods, attached the juicy worms onto the hook and started fishing. We waited for hours but there were no results. We were starting to lose patience when John had an idea. He dumped the bait into the river. Soon, fish began emerging from the water. This reminded me of Simon Peter.

Simon, Peter and two other disciples went fishing but they caught nothing that night. With Jesus's help, he caught a net full of fish.

Back to reality. John and Nick already scooped some fish up with the bucket, but I said, "Release the fish back into the river. I pity the fish." John and Nick said. "If you say so." After that, I prayed to Jesus to thank him for everything.

班別：五甲
姓名：沈希蔚
學號：(17)

篤信博愛·堅毅勤勞

請問大家有沒有讀過《論語》呢？如果沒有讀過《論語》，請細讀以下內容，我今日會介紹「篤信博愛」，有部分出自《論語》，亦是我母校中西區聖安多尼學校的校本主題。

題目中的「篤信」出自《泰伯篇》。子曰：「篤信好學，守死善道篤信。」這句話的意思是堅定自己的信念，並一生守護信念。「博愛」的意思是平等遍及對眾人要有愛心。整個主題的意思是堅定自己的信念，尤其指對天主的信德，對所有人都要有愛心。

我認識一位名人，他就是國父孫中山先生，他身體力行，主張天下為公、篤信博愛，倡導各種慈善活動，為全國人民鞠躬盡瘁。

而本文另一個主題是「堅毅勤勞」，我相信大家都耳熟能詳。中國很多書籍都有提及「堅毅勤勞」的故事。例如：東晉初期，「聞雞起舞」的祖逖將軍，他在年少時因半夜聽到雞啼聲，馬上起牀操練劍術。他的堅毅和勤勞，亦成為經典。

總結本文，「篤信博愛·堅毅勤勞」除了是我母校的校訓和校本主題外，亦對作為學生的我，在精神上有敦敦教誨的作用，使我獲益良多。

班別：五乙
姓名：陳俊宇
學號：(1)

當我面對挫折的時候

在成長的過程中，我們難免會遇到很多挫折。選擇放棄，肯定會以失敗告終，只要堅定信念，成功便會向你招手。

記得八歲那年，爸爸媽媽帶我到中山公園學騎自行車。我的心情既興奮又緊張。一開始，爸爸讓我雙腳分別放在兩個腳踏板前進，他推着我和自行車前進，讓我適應了踏着腳踏板前進。爸爸便嘗試鬆開手，可是，爸爸鬆開手後，車子就不聽使喚，左搖右擺，我也立刻失去平衡，摔倒在地上。我拍拍膝蓋上的灰塵，強忍着淚水，一鼓作氣站了起來，就繼續練習了。媽媽說：「你要放鬆點，還要保持平衡，眼睛要往前看，不要低頭，不要害怕，要鎮定。只有這樣，車子才會平穩。」聽了媽媽教我的技巧，我半信半疑重新坐上自行車騎了起來。爸爸繼續在後面扶着，等我騎了幾步，又鬆開手，由於我的重心不穩，又狠狠地摔了一跤，膝蓋痛得要命，也越來越沒耐性。媽媽看穿了我的心情，就對我說：「你不要放棄啊！你一定行的！」媽媽的一句話感動了我，讓我振作起來。後來，我摔倒的次數雖然很多，但我牢記媽媽對我說的話，就算摔倒很多次，我都會一次次站起來。每一次的練習都會比前一次騎得好。經過一個下午，經過無數次的摔倒和練習，我終於初步學會了騎自行車。

經歷了學自行車這件事，我明白了挫折不一定是壞事，它可以把我們的意志磨練得更堅強，讓我們更勇敢地面對困難，更堅實地成長。只要堅持不懈，就算路再長，也會取得成功。

班別：五乙
姓名：朱梓博
學號：(5)

永不放棄

經歷這件事後，我學會凡事都不要放棄。

上星期，我的足球老師說下星期會有總決賽，叫我們努力練習，於是我們鏖而不捨地到球場去訓練球技。不知不覺地，已經到了決賽當天。

在比賽那天，我懷着興奮的心情往球場去了。到了球場，教練跟我們解說今天的戰術和陣容，然後便上場去作賽了。

在上半場，我們很不幸地在早段失了兩球，更在中段因為隊友嚴重犯規而直接領了一張紅牌，真是雪上加霜。那時，我們不禁垂頭喪氣，我們在弱勢的情況下好不容易才過了半場。

在中場休息時，教練跟我們說：「不要緊，我們還有機會勝出的。只要大家不放棄，甚麼都有可能！」

到了下半場，比賽激烈起來，我們在球場上你追我趕，寸步難移。這時奇蹟出現了，我的隊友竟在幾分鐘內射入了三球，令我們贏了冠軍。我開心得手舞足蹈。

這次獲得冠軍令我學會凡事都不要放棄，在絕望時，學到忍耐和堅持。結果是可以在堅毅中被改寫的。

班別：五乙
姓名：李涵雅
學號：(9)

當我面對挫折的時候

在日常生活，我們會遇到不同的挫折，要看我們如何面對。你會被那些挫折打倒嗎？我不會。在學鋼琴的過程中，有一次挫折，改變了我學琴的態度。事情是這樣的……

每當我上台領獎時，我都不是太高興，因為我上台的次數太多了。但是這次我卻十分高興，因為……「哎呀，涵雅這次表演進步真大呀，練得真好！」羅老師說。「是啊！練得真好。」張老師說。大家都稱讚我練得好，令我十分高興。媽媽也是評判之一，所以我想去表演就隨便去，不會花錢。我從四歲就一直在這個舞台演出，這裏的評判也是從小看着我成長，看到我漸漸進步。可是，上次公開演出，讓他們感到十分失望。

那次我演奏的曲子叫《水草舞》。我本來很有自信地等待上台表演，我一邊聽着前面小朋友練習的曲子，一邊與朋友有說有笑。轉頭一看，排在後面的小朋友都在認真地準備呢！但我卻豪不在意。

「有請李涵雅小朋友為我們帶來鋼琴獨奏——《水草舞》。」我這才開始緊張起來。我剛彈奏完第一句，腦海中突然一片空白，整個人都掉進了一個黑暗的低谷中。我急得連聲叫媽媽。最終只獲得了銅獎。

有了上次的經驗，我更努力地練琴。就在這次表演中，我拿到了最佳演奏獎！

那次挫折告訴我，不要怕失敗，因為失敗是成功之中一個十分重要的部分。不要放棄，失敗了要勇敢地站起來，就有一定成功的一天。

班別：五乙
姓名：呂樂琳
學號：(13)

篤信博愛·堅毅勤勞

「業精於勤，荒於嬉。」只有勤奮，才能有所成就。這句至理名言深深打動我！

媽媽自小已告訴我，只有勤奮學習，才能有好的成績。大家都聽過「聞雞起舞」的故事吧！這個故事是說東晉祖逖，每天聽見雞鳴就起牀練武。他熟讀兵法，日復一日，年復一年地練武。他當了兵後，很快就提升為將軍了。

由此可見，只有勤奮，日積月累，就會學到很多知識，學習才會進步。相反，如果不勤奮學習，只是等待，到最後甚麼也學不到。

而堅毅精神也是生命中不能缺少的，有「神奇小子」之稱的香港殘奧運動員——蘇樺偉，憑着堅毅不屈的鬥志，克服了身體的殘障，為香港打破了多項的奧運紀錄，令人敬佩不已。

著名物理學家——霍金在21歲得了重病，醫生說他只能多活兩年，但他以百折不撓的精神戰勝病魔，頑強地活着，貢獻社會。

霍金令我明白到人生總會面對厄運，只要坦然地面對挫折，對生命充滿希望，不要輕易放棄，那麼你一生會因為堅強而精彩。

最後，篤信博愛是我校的校訓，意思是對天主要有堅定不移的信德，對人要有泛愛眾人的愛德。我們要學習仁愛的精神，愛人如己。「愛是含忍的，愛是慈祥的，愛不嫉妒，不誇張，不自大，不作無禮的事，不求己益，不動怒，不圖謀惡事，不以不義為樂，卻與真理同樂。」(格前13：4-6)

同學們，生命因愛而閃亮，生命因堅毅而美麗，生命因勤奮而充實，請大家珍惜時間，活出豐盛的人生吧！

班別：五乙
姓名：麥仲匡
學號：(14)

一次挫折不能把我打倒

人生中，必定會經歷過挫折，例如：遇到艱深的功課、在比賽中落敗、考試成績不如理想……但是，正所謂「失敗乃成功之母」。就如愛因斯坦一樣，要經歷多次失敗才得到成功。而我就是其中之一，一次挫折不算甚麼，這一次也毫不例外……

今天清晨，我發現在學校的壁報板上張貼了很多內容豐富而文筆流暢的作文。我看得津津有味，完全陶醉在其中。當我看到作文的高潮部分時，一陣陣清脆的鈴聲把我拉回現實。我回到教室時已經遲到了，當老師準備責罵我時，我卻鼓起勇氣說：「我要參加一年一度的作文比賽！」老師疑惑不懈，我便告訴她一切的來龍去脈。老師聽了後，面露笑容地說：「嗯，你記得要好好練習哦！」「好的！老師！」我不加思索地回應。雖說我答應老師要每天練筆，但我卻悄悄把佳作拍下照片，打算直接抄下那些佳作。

終於，到了作文比賽的大日子，我非常緊張，雙腿一直發抖，彷彿下一秒便要斷開。進行作文比賽的形式是每三個人一起比賽，再由裁判選出勝出者，再進入總決賽。我在第一場比賽中遇到了有「作文小王子」之稱的太文。雖然他的稱號聽起來威風，但他的實力卻一般，我三兩下功夫便打敗了他，一瞬間就進入了決賽。

來到萬眾期待的總決賽，我的對手是連續兩屆冠軍的小明。我信心十足，迅速寫下倒背如流的佳作句子。五分鐘後，裁判宣佈結果。我輸了！我的作文被人發現是抄襲的，結果失去了比賽資格。

汲取了這次的慘痛教訓後，我又參加了一次作文比賽。這次我憑藉自己的實力獲得冠軍，所以一次挫折不能把我打倒，我只會再接再厲，做得更好！

班別：五乙
姓名：莫駿鋒
學號：(16)

篤信博愛・堅毅勤勞

基督徒的完美在於愛主愛人，相信大家也有這樣的經驗。我還清楚地記得我六歲的時候去探訪老人院的情景……

那一天，學校組織我們去探訪老人院。我們每個人都帶了一些親手製作的愛心餅乾，打算到時候分發給長者們，他們都是患了腦退化的老人。剛到達的時候，我們不知所措，不知道該說甚麼，只好嘗試跟他們打招呼，但他們卻只是一臉茫然地看着我們。於是，我們便嘗試跟他們玩拋球的遊戲。每次輪到他們拋球時，他們都只是拿着球，一動不動地在那裏站著，我就快失去耐性了！

我只好四處張望，只見其他義工耐心地教導著他們如何接球拋球，有些人甚至自己創立了口號，例如「一二拋球，一二拋球」。我也跟著照做，慢慢地，長者們懂得如何拋球和接球了，雙目也不再無神。儘管有時他們會忘記了動作，我們卻從不放棄地和他們一起玩，直到他們完全記得。雖然遊戲很簡單無趣，但我卻感到很滿足。接着，我們還教他們做手工，他們的臉上漸漸浮現出笑容。三小時就這樣過去了，我們把愛心餅乾送給他們，準備離開。沒想到，他們每一個人竟然跟我們介紹他們的名字，還希望我們下次再來。我頓時感到充滿溫暖，真希望校方能再次舉辦探訪老人院的活動，因為這樣的活動能夠讓我們感受到幫助他人的快樂，也能為長者的生活帶來些趣味。

這次探訪老人院的活動實在是一舉多得，我再次明白了一個很重要的道理——助人為快樂之本。

班別：五乙
姓名：吳綽晞
學號：(17)

突破自我

人的成長莫若蝴蝶的破繭而出：成功地從繭裏面出來，那便是人生成功的開始；如果因為退縮，害怕所謂的辛苦，那就只能困於繭中，無法脫離懦弱。每個人的人生中總會有突破自我的時候，而我突破的時候便是我五年級那時候……

在一次田徑訓練隨機分組的時候，老師把我和一位三年級的同學分成一組。雖然他的年紀比我小，但是他跑步的速度簡直是疾走如飛。

前幾組已經出發了，當聽到老師叫我們組準備時，我戰戰兢兢地走上前。但是由於我太緊張，所以我的四肢都下意識地在發抖。「預備，開始！」隨著老師的一聲令下，我用盡身上力氣向前跑。當到達接近100米的位置，那位三年級的同學跟我說「喂！你不是說你跑得很慢嗎？」我並沒有理會他，因為我知道自己若在跑步的過程中說話便會分心。跑到最後50米，正是準備衝刺的最後關頭，我發現我居然跑得比他快！旁人可能會覺得這事很正常，但是在我眼中，這是一件不可能的事！

最後，我很開心能夠突破自己的紀錄，希望之後可以再突破自我！

班別：五乙
姓名：黃沛穎
學號：(21)

一次挫折不能把我打倒

昨天，我在家裏一邊練習打排球，一邊背誦中文課的內容。我握着拳頭，想：「這次會成功嗎？」

上星期五，我在學校上體育課時，學會了如何打排球，而我在那一天正想着和姐姐一決高下。我的姐姐是讀英華女學校的學生，她很喜歡打排球，所以進了排球隊，而且她是正選來的。那天晚上，我嚷着姐姐和我比賽打排球，無奈之下，姐姐答應了我。到了比賽的時候，一開始，姐姐是先開球那一方。姐姐把球往上扔然後一躍而起，「拍」的一聲，立刻把我殺個措手不及。原來，她比我厲害很多！一局再一局，我試過去接她的球，但也接不了！

我很失望，可我沒放棄，每天做完功課後，就練習打排球去了。有時候，我會叫爸媽開球給我接，一天又一天的過去，我慢慢地進步，球也打得越來越好了。

過了兩個月後，我再次邀請姐姐和我比賽。雖然最後我都沒有勝過她，她畢竟是排球隊隊員，但在比賽中，我起碼也接到她十球以上。姐姐也稱讚我做得好呢！不過，我覺得姐姐有讓賽呢！因為她開球沒那麼用力了。

從這件事，我明白到「一分耕耘，一分收穫」。我們努力，不是馬上有成果，但只要堅持，甚麼困難都能解決！

班別：五乙
姓名：甄紀楠
學號：(24)

一次挫折不能把我打倒

人生本來就沒有失敗，只是我們容易計較得失而不給機會自己。只要你自己不倒下，就能成為「打不倒的巨人」，而那些失敗，只不過是人生中的一個小挫折，這些挫折就是通往成功的道路，就如山泥傾瀉的土石一樣，當很多土石跌下來時，就能變成一條完美的道路。

其實有誰沒有經歷或遇過挫折？就連大名鼎鼎的物理學家——愛因斯坦也曾經面對無數的挫折。

下個月是學校舉辦一年一度的朗誦比賽，在上語文課時，劉副校長在講解有關比賽事宜，她想我們班派一位代表參加比賽，我立刻舉高雙手，因為我的夢想就是在學校裏表演朗誦。

比賽的第一步是練習聲線，我必須把誦材的內容讀得響亮，但我想不到是那麼困難，我練習到喉嚨都快爆了；第二步是要了解詩的內容及精萃，要代入角色的感情，第三步就是要做動作，在全個過程中，我很累，但我並沒有放棄，最後我獲得優異獎。

班別：五乙
姓名：甄紀同
學號：(25)

篤信博愛・堅毅勤勞

在日常生活中，有很多朋友會遇到困難和挫折，不知怎麼是好。選擇去逃避它嗎？但如果你們一直逃避它，是永遠都解決不到這個「魔鬼」。與其你們一直被「魔鬼」折磨，不如嘗試克服它，打敗這個「魔鬼」吧！我就是其中一個例子。

去年，我參加了一個全港的朗誦比賽。當時，我日以繼夜地練習，每天一做完功課，就找老師陪我練習。我願意犧牲自己休息的時間去練習，因為我認為自己口才不錯，不想浪費上天賜給我的天賦。

到了比賽當天，我自信滿滿地上台演出，一開始我還讀得不錯，但之後我在朗讀詩句時，我居然「走音」了！而大家都知道朗誦走音是「大忌」，所以我今次的朗誦必定拿不到好成績了。

那時，我哭了！我非常沮喪，但幸好有家人和老師的鼓勵，才讓我重獲信心，重新振作起來。

而經過這次的經歷，讓我比平時更加努力練習朗誦，最後「皇天不負有心人」，讓我在今年的比賽中拿到了冠軍。

最後，人生總不會一帆風順，一定會有些絆腳石阻礙你們，但人生就像股票的市場，有升有跌。而人們必須要捱過困境，才有順境。希望你們做任何事都不要放棄，堅持下去，活出燦爛的人生。

班別：五丙
姓名：許煜霆
學號：(8)

篤信博愛・堅毅勤勞

志心是這個世界少數有愛心又勤勞的人。這天，他在街上散步時看到一個老婆婆跌倒了。有一群人圍在她身邊，他們沒有扶起老婆婆，部份人冷眼旁觀，部份人在拍照。老婆婆坐在地上呻吟，她的傷口正流血。志心見狀立刻推開人們，跑去扶起了那個老婆婆，他大喊：「救命啊！大家快來幫幫她！」人們你眼望我眼，沒有人願意伸出援手。志心心灰意冷，最終獨自帶老婆婆到醫院去。

志心把老婆婆安頓在醫院後，他如釋重負，他覺得人群的心像鐵石一樣硬，令人心寒。他立志要讓所有人脫胎換骨，把他們的良心弄回來。

志心決定主動清潔環境，修補那個殘破的社區，人們見志心每天掃地，向每家回收垃圾，紛紛說他是個「傻子」，曾被志心所救的婆婆支持着志心。

幾個月後，大家見志心仍然堅持着，他無私助人，活得好像很有意思，人們漸漸被他的鬥志打動，想追隨他過有意義的生活。日復日，人們終於重建好美好的家園。

「篤信博愛・堅毅勤勞」，大家都應該很熟悉，篤信博愛的意思是要有堅定的信德，要愛人愛己，堅毅勤勞則是要有恆心，要勤力。我們每人也可以當志心。首先由自己開始努力，再帶動別人。

班別：五丙
姓名：葉洛佑
學號：(26)

「篤信博愛・堅毅勤勞」

為配合校本課程計劃，我參加了《課程組——校內中英文寫作比賽徵集》，而這次比賽的主題是「篤信博愛・堅毅勤勞」。起初我看到這則通告須要以不多於八百字去完成一則中文寫作，對我來說簡直是一個不可能的任務。但經過爸媽的鼓勵，我今次必須要有所突破，終於我鼓起勇氣下定決心，拿起紙筆戰戰兢兢地開始這篇文章。

我們要先清楚「篤信博愛・堅毅勤勞」的意思是甚麼呢！「篤」——解釋是誠實、專一、切實和堅持的意思。「信」——解釋是多、廣闊和大。「愛」——是對人或事有真摯的感情、喜好和容易的意思，「堅毅」——是指堅定而又有毅力。「勤勞」——是指辛勞，努力勞動，不怕辛苦。然而，篤信博愛是我校校訓；意謂對天主要有堅定不移的信德，對人要有泛愛眾人的愛德；而堅毅勤勞是指可以做到努力勞動，不怕辛苦。這正是我們中華民族的優良傳統。

最後，我覺得如果人人都做到篤信博愛和堅毅勤勞，這個社會變成「完美的世界」，讓人類可以過着舒適和美好的生活。

班別：六甲
姓名：鄭凱澄
學號：(2)

篤信博愛・堅毅勤勞

相信大家都非常熟悉「篤信博愛」這四個字，因為這是我們中西區聖安多尼學校的校訓。

雖然只是短短的四個字，但卻陪伴了我六年。這六年來，我一直不敢忘記這四個字，它一直在我的腦海中日日夜夜地縈繞着。「篤信」教會了我要信任、堅信天主。《論語・泰伯篇》有云：「篤信好學，守死善道。」我們堅定信念努力學習，終生堅持道德操守。另外，《孝經・三才章》提到：「先王見教之，可以化民也，是故先之以博愛，而民莫遺其親」。我們接受教育，首先就要學懂愛，要真心、真誠、全心全意地去愛所有人。

作為一名學生，我要有毅力、要堅持、要勇敢地去自己想做的每一件事情。即使失敗了，我也要努力地重新站起來。正如古詩《竹石》有云：「咬定青山不放鬆，立根原在破岩中。千磨萬擊還堅勁，任爾東西南北風」正是「堅毅」的精神。

到於「勤勞」，它教會了我要勤勞奮發而不懈怠、做任何事都要盡心盡力，不怕辛苦。古詩《行路難》提到：「長風破浪會有時，直掛雲帆濟滄海。」我要奮力前進！

雖然「篤信博愛・堅毅勤勞」只是短短的八個字，但當中卻蘊含了不少寓意。它能使人認識愛、能使人有方向、能使人努力……

這短短八個字，教會了我人生的道理。這年來，我們的關係就像朋友一樣。在我自卑時，它會出來鼓勵我；在我傷心時，它會出來安慰我；在我懶惰時，它會出來激勵我。這八個字宛如一把「萬用匙」，無論我做了甚麼錯事或是令自己傷心的事，它也會在我不知不覺中，悄然走出來安慰我、提醒我，令我重回正軌。

我們本年度的校本主題——「篤信博愛・堅毅勤勞」。冀望大家都能永遠把這具有極大意義的八個字在心裏留下一寸之地，牢記在心裏，必定終生受用、受益無窮。

The little angel who made the world beautiful

Once upon a time, the world was in ruins and had no joy or happiness. There was one little angel who wanted to change it. So the little angel came down to Earth to teach humans how to Believe, be Loving have Perseverance and be Hard-working.

The little angel saw a boy working on a project. "Oh I'll never be able to finish the project, let alone win the science competition," the boy sighed. "Don't fear, little boy. Fear will only draw you back. Instead, you should believe in yourself," the little angel said. Then, she disappeared before the boy could react. "The angel is right! I should keep going and believe in myself," the boy exclaimed. Then the next day, the judges were amazed by his work and the boy won the science competition.

After a while, the little angel saw a girl pushing her brother away. "Why did you push your brother away?" the angel asked. "Because he's not my real brother," the girl answered. "He's the child of someone else and not my parents'. Why should I love an adopted child?" the girl continued. "It's not his fault that he was adopted by your parents and he's been through a lot. You should be a more loving sister to him even if he's not related to you," the little angel exclaimed. "I never thought of that before. Thanks for making me realize my mistakes," the girl said. The angel disappeared.

Just a moment later, the little angel saw a man sitting in his art room. "No one is buying my art. Maybe I'm not a good artist after all. Mother was right. I should just quit," the man said. "You should keep going. Persevere. You won't find success this early. Be more patient and keep trying," the angel said. "You're right. I should keep going and be hopeful. Thank you for encouraging me," the man said. Then the angel disappeared. So the man kept his passion to drawing.

The next day, the little angel saw a girl sitting at a desk. There was a textbook on the desk but the girl was looking at her phone. The angel asked, "Why are you scrolling through the phone instead of studying?" "This exam isn't going to be a part of my grade. Why should I use so much energy on it?" the girl said. "Even if this exam is not a part of your grade, you should still work hard. Being hard working is a good habit. You should study hard and get a good score," the angel said. "You're right! I shouldn't be lazy. I am going to study right now," the girl said.

The angel had taught many people about different things. To believe in ourselves and be hard working. Together, the world can be more beautiful.

我的小學日誌

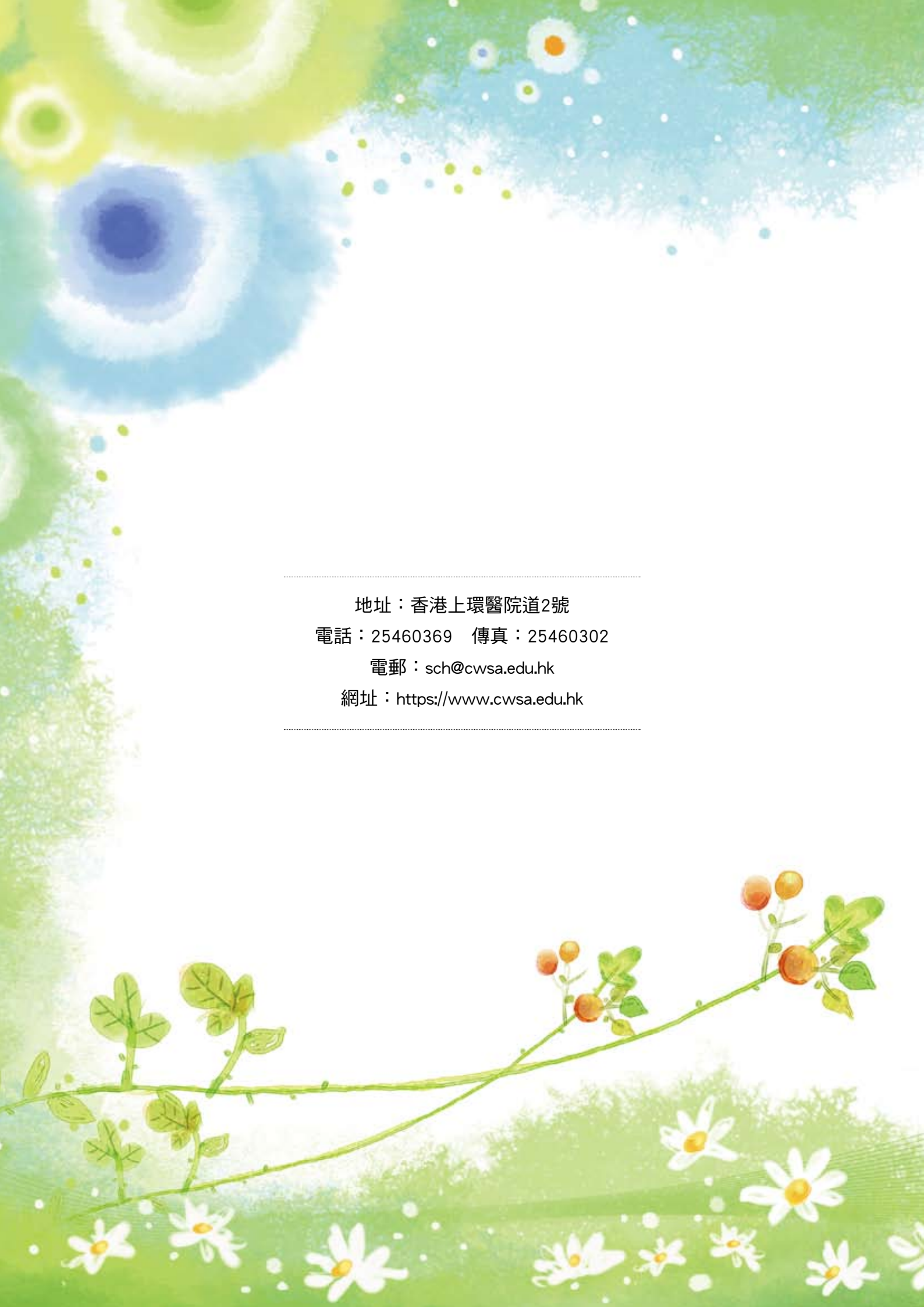
時光飛逝，歲月如梭；的確，光陰真的如箭一般飛快，轉眼間我已完成了六年小學生涯。當初入學時，校長在台上訓話的情景，至今我仍記憶猶新。

猶記得低年級時的我；望着偌大的黑板，讀着看不懂的課文，總覺得站在前面的老師猶如巨人一樣，我很好奇這個博學的巨人，為甚麼他們總能解答我們所有問題，實在令人敬佩。

小時候的我也有頑皮的一面。下課的鐘聲好像失靈一樣，等了又等，也沒有響，時間好像凝住一樣，雖則我仍正襟危坐，但思緒其實早已飄到白雲中。

漸漸地，課室內的黑板不再令我有震懾的感覺，課堂上的巨人個子亦不再巨大，重要是時間越來越快，還來不及把筆記抄下，下堂鐘聲便響起了。而我這個慈青大哥哥，每當看到那些低年級同學，彷彿看到了曾經飄在白雲中的我，那是多麼的純真和快樂。

小學是成長的一個里程碑，當中我們經歷了很多不同的困難和疑惑。感謝學校給我們播下了篤信、博愛、堅毅、勤勞的種籽，讓我們能茁壯成長。「仰之彌高，鑽之彌堅」，我相信假以時日，我再回想老師們今天的勸勉，我必定會有更深的領會，這也可算是我真正的長大了！



地址：香港上環醫院道2號
電話：25460369 傳真：25460302
電郵：sch@cwsa.edu.hk
網址：<https://www.cwsa.edu.hk>
