

題目：記一次參與義工服務的經歷，並說明當中所領悟的道理。

農曆新年前，我們中一全級跟隨老師和家長義工到上水彩園邨參與義工服務——「幸福米」，分組探訪一些獨居長者，派發糧食和小禮物給他們。

我們那一組探訪了兩戶人家，分別是陳婆婆和羅伯伯。首先，我們來到了陳婆婆的家，她熱情地請我們來到她家中，她跟我們說她和丈夫來了香港不夠兩年，丈夫便不幸去世了，要自己一個生活下去。我想這一定勾起了婆婆傷心的回憶了，我很害怕她會突然大哭起來，那時候我一定會不知所措呢！可是，陳婆婆並沒有表現出傷心的情緒，還繼續掛着甜美的笑容，和我們聊天。我問了她一個問題：「是你自己煮晚餐來吃的嗎？」婆婆便回答說：「當然不是，我的鄰居每天都會做飯給我。」這讓我知道如果我們有能力，我們便應該幫助別人。離開的時候，婆婆還是很熱情地送別我們，還叫我們下一次再來探訪她。

接着，我們去探訪羅伯伯，經過努力地尋找後，我們終於找到羅伯伯的家了。羅伯伯跟陳婆婆不一樣，他不是自己一個住的，還有他的妻兒和負責照顧他們的家傭。羅伯伯雖然已經是九十一歲，但看起來卻很年輕，而且他行動自如，十分健康。他還跟我們分享他小時候曾經加入「小鬼隊」的故事，他十二歲便要拿起一把很重的槍去打仗。我覺得他十分厲害，同時亦感到慚愧，現在的我面對功課也吃不消，更不要說保衛家園了。

這次參與義工服務令我獲益良多。從陳婆婆身上，我學到要好好珍惜身邊的人，就算遇到令自己煩惱、傷心的事，都要用樂觀積極的態度去面對。還有我很

欣賞鄰居的慷慨善心，有機會我也要去幫助別人。我亦從羅伯伯身上學到許多道理，例如要珍惜這個和平的世界，我們活在這個時代，不用打仗，十分安全，不像羅伯伯小時候已經要冒着性命的風險去打仗，還失去了兒時元耍的機會。這令我醒覺了，我要好好珍惜年少時光，不要每天浪費自己的時間去看手機，反而要好好享受和朋友相處的機會。

希望所有人也會跟我一樣，多多嘗試去做義工，和老人家多點聊天，你也可以從他們的身上學到很多道理呢！