



初級組 優秀文章
培僑書院 張祉樂

題目：社區感官之旅

沙田，位於新界東部，是一座兼具繁華熱鬧與清靜安寧的城鎮。住在這裏這麼多年，這裏既有高樓林立的購物商場，也有綠意盎然的公園，更有河水悠悠的自然河景。只要漫步其間，便能在一步一行之間，感受這片土地的層次與溫度：從都市的喧囂，到自然的安逸，再到流水的悠長，三者交織相融，繪成一幅豐富多彩的生活畫卷。

走出港鐵沙田站，首先映入眼簾的便是新城市廣場。高聳入雲的玻璃外牆在陽光下閃閃生輝，宛如一面巨大的鏡子，映照着往來人群的流動身影。商場內燈火輝煌，廣告大屏色彩斑斕，聲光交錯間，令人目不暇給。空氣中飄來咖啡的醇厚香氣，混着甜品的奶油甜香，交織成專屬於都市的繁華氣息。人潮洶湧之中，年輕人手提購物袋，步履輕快；年輕父母推着嬰兒車，目光時時牽掛着車裏的孩子；上班族衣着整齊，步履匆匆，眼神緊鎖着手機螢幕。這裏是消費的殿堂，繁華似錦，卻也難免喧囂嘈雜。站在人潮之中，我不禁思索：在這樣燈紅酒綠的鬧市裏，人們是否早已忽略了與自然的連結？

離開商場，步入沙田公園，周遭氛圍驟然轉換。翠綠的草坪如同鋪展開來的軟綿地毯，花壇裏紅、黃、紫各色花朵交錯綻放，色彩絢麗。清脆的鳥鳴聲，與微風拂過樹葉的沙沙輕響相互呼應，彷彿一首大自然譜寫的動人交響曲。空氣中彌漫着濕潤的泥土氣息與清甜的花香，令人心曠神怡。長椅上，老人靜靜安坐，神情安詳；遊樂場裏，孩子們奔跑嬉鬧，笑聲朗朗；林蔭道上，情侶並肩散步，眉眼間滿是溫柔。這裏的時光節奏驟然變慢，讓人不由得卸下爭分奪秒的生活壓力。公園就像這座繁華城市裏的一片綠洲，溫柔地提醒我們：生活從來不只有對效率的追逐，更需要悠然自得的片刻閒暇。

再往前走，跨上瀝源橋，憑欄俯瞰城門河。澄澈的河水在陽光下閃動着粼粼波光，深綠與淺藍在水波裏交錯暈染，宛如一條流動的玉帶。微風拂面而來，夾着河水的清涼水氣；河岸兩旁的花草隨風輕輕搖曳，色彩柔和動人。橋上，跑步的人步伐矯健，神情專注；河邊，垂釣的人衣着樸素，神態悠閒；往來的行人不時停下腳步舉機拍照，臉上都洋溢着輕鬆的笑容。河水晝夜不息地向前流淌，正象徵着時間的綿延延續，與生命的恒常律動。站在橋上，我心有



所感：在這人人快馬加鞭的城市節奏裏，這條悠悠流淌的河，正提醒着我們要順應自然的節奏，懂得隨遇而安的智慧。

這一路走來，從繁華熱鬧的商場，到清靜安寧的公園，再到橋上俯瞰悠悠流動的河景，我看見了沙田最真實的多面性。沙田從來不只是一個購物消費的去處，更是一個能讓人放慢腳步、與自然對話、與自己和解的溫柔空間。繁華與寧靜、喧囂與安逸、人工雕琢與自然天成，種種反差彼此交織相融，構成了城市生活最珍貴的平衡。這樣的對比與碰撞，也讓我不由得反思：人生亦如這條走過的路，既要擁抱五光十色的繁華熱鬧，也要珍惜靜水流深的安寧時光。唯有在動與靜之間找到屬於自己的平衡，方能真正活出張弛有度的人生智慧。

註：得獎作品旨在記錄及分享參賽學生當下的處理內容及創作能力。大會以原稿完成評審工作後，在不損作品文意及行文風格的情況下，進行校對及修訂。大會已盡力確保所刊載的資料正確無誤，惟資料只供參考用途。