



中聯辦員工之窗

不記得從什麼時候開始，我喜歡上了爬山。
 麥理浩徑是香港最早啓用的一條長途遠足徑，全長100公里，共分10段，2016年被美國國家地理頻道評為全球二十條最佳行山徑之一。來到香港沒多久，就聽人描述了麥理浩徑的美，好幾位朋友極力推薦第一、二段。我聞之心動，從網上找了些照片，那裡的山與海，的確有種驚人的美。尤其是那海，湛藍如翡翠，格外誘人。
 12月的一個周日，老家湖南已入冬，香港仍是舒適的深秋，好天氣怎能辜負，遂向嚮往已久的麥理浩徑第一段出發。換乘幾趟地鐵和公交巴士後，抵達「麥理浩徑起點」的標柱所在地。踏上大名鼎鼎的麥理浩徑，同行的小夥伴腳步輕快，都有點按捺不住的興奮，對邁出的每一步，都充滿期待。

在路上，遇見最美的風景

宣傳文體部 李國斌

厚厚的雲層遮住了太陽，習習涼風不時吹過耳畔。對於戶外運動來說，這樣的天氣很難得。從起點到萬宜水庫東壩，十公里一路坦途，波瀾不驚。這一路上，不時可見一個個背着行囊的矯健身影，香港人對戶外運動之鍾情，確實名不虛傳。
 從萬宜水庫東壩開始，寬闊平坦的大路變成了緩坡小道。穿過一個山口，來到一座山的半山腰，視野突然變得極爲開闊，一片碧玉般的大海徐徐展開，浪茄灣盡收眼底。白色的沙灘上，支起的帳篷如繁星點點。海浪循環往復地奔湧向沙灘，又一次次無奈退回大海。從沙灘邊開始，海水的顏色從淺藍漸變成深藍。
 浪茄灣是麥理浩徑第二段的起點，到有巴士可搭的西灣亭，有約六公里的距離，必須翻越海拔314米的西灣山。上山的路坑坑窪窪，坡度愈來愈陡。浪茄灣海浪拍打沙灘的聲音漸行漸弱，耳邊響起的是爬山者重重的喘息聲。站在西灣山頂，可以遠眺大浪西灣。大浪西灣由西灣、鹹田灣、大灣及東灣四個海灣組成，一字排開。「天地有大美而不言」，有些景色，只有置身其中才能感受那種動人心魄的美。
 爬山的樂趣，在於過程。去年9月，我還在當記者的時候，曾採訪過羅靜——第一位登頂全世界14座8,000米級山峰的中國女性。她說的一句話至今讓我印象深刻：「登山不是爲了一次兩次的成功，而是在攀登過程中不斷成長。」
 經過幾次長途跋涉的體驗，我更加理解了羅靜的話。每一次出發不是爲了抵達終點，而應該體會過程。一路攀登，不斷挑戰身體的極限，不斷給自己堅持的信念，這個過程中，除了飽覽奇妙的風景，還能收穫內心的充盈與滿足。登上山頂的那一刻，那種暢快淋漓，是他人所不能領會的。
 作家杰克·凱魯亞克在其名作《在路上》中，講述了一群年輕人搭車趕路，結識陌生人，放縱性情，隨心所欲，盡情享受「在路上」的愜意生存狀態。每當他們抵達一個地點，卻發現夢想仍在遠方，於是只有繼續前行。
 凱魯亞克在書的扉頁寫下了這樣一句話：「我這年輕，我渴望上路。」
 在路上，可以踏歌而行，欣賞沿途的峰迴路轉



麥理浩徑。香港文匯報資料圖片

與柳暗花明；在路上，意味着希望、機會的可能，意味着更多的改變、成長；在路上，代表的是一種生命積極向上的狀態，代表着不斷求索和跋涉。
 人生最美的風景，永遠是在路上的那一刻。
 也許你會問，麥理浩徑有什麼好玩的，還不就是山和海，哪裡沒有山和海？我會回答你：不，那裡不只有山和海。

醫護「聖誕老人」與病童度佳節

肌萎童父嘆藥費昂貴年需數百萬 冀政府「關愛」持續減負擔

香港文匯報訊（記者 文森）大口環根德公爵夫人兒童醫院昨日舉行聖誕派對，超過200名義工及參加者到場，不少醫護人員扮成天使、公主等人物與病童同樂。多個團體獻上精彩的節目，包括民樂合奏、花式單車表演及可愛的「狗醫生」表演等，還有聖誕老人乘坐花車出現，為參加活動的兒童派發禮物。有留院兒童的家長表示，兒子患肌肉萎縮症，醫藥費昂貴，希望政府的關愛基金可以持續，以減輕他們家庭的經濟負擔。



大口環根德公爵夫人兒童醫院舉行聖誕派對，多名醫護人員和義工化身聖誕老人或卡通人物為病童帶來歡樂。香港文匯報記者攝



醫護人員和義工化身聖誕老人或卡通人物與病童合照。香港文匯報記者攝

民樂表演者來自香港康復力量中樂團，演奏者大多上了年紀並乘坐輪椅，但仍憑着熱忱為病童們送上祝福，他們創意地用中國樂器演奏了聖誕頌歌，中西合璧別有特色。

「狗醫生」表演頂球與童互動

來自「亞洲動物基金狗醫生」的小狗則在訓導員的指揮下，為小朋友們表演了頂球、翻滾等節目，許多小朋友更來到台上與小狗互動。
 參加派對的小朋友大多患有肢體類相關疾病，其中3歲的真誠自出生起就發育遲緩，後確診患第一類脊髓肌肉萎縮症，並曾因多次肺炎入院。他於2017年被轉介至大口環醫院進行康復訓練，其父梁先生為他的病情感到擔心。

梁先生說，家中共有3名孩子，真誠排行第二，他最大願望的就是讓真誠健康成長，

新的一年自己亦希望能抽更多時間陪伴他。目前真誠病情已稍有好轉，梁先生盼望藥效持續，孩子能早日康復。他並直言，真誠的醫藥費很貴，每年都要數百萬元，幸有關愛基金資助，期望往後資助還能繼續進行。

罕見病女盼早出院復學

12歲的梓筠患有罕見的軟骨發育不良症，並於5歲時被診斷患有睡眠窒息症，睡覺時需使用呼吸機。她曾接受多次骨科手術，包括大腿骨及小腿骨的延長術，參加派對前亦完成一次手術。
 梓筠表示，今天的活動十分熱鬧，她最喜歡聖誕老人派禮物的環節，希望自己能盡快出院復學，與沒見多時的同學們見面。愛學習的她還表示，最想要的聖誕禮物是文具。
 扮演聖誕老人的麻醉科醫生表示，很開心可以在手術室外帶歡樂給病童，並祝願他們盡快康復。另外一些已經康復的孩子昨天也



12歲的梓筠。香港文匯報記者攝



梁先生和真誠父子。香港文匯報記者攝



「狗醫生」為小朋友表演頂球。香港文匯報記者攝

回來參加派對，這讓他感覺醫院好像一個大家庭，彼此的關係像親人一樣。
 大口環根德公爵夫人兒童醫院每年都會為

病童舉辦慶祝聖誕活動，今年已是第五十一年。該院於1955年成立，現為一間專注處理兒科矯形問題的專科醫院，包括脊柱側

彎、脊骨變形、大腦癱瘓等。同時為18歲以上脊柱出現問題的骨科病人，提供住院、專科門診、治療及康復服務。

民記祝願速除黑暴 經濟復甦

香港文匯報訊（黃書蘭、文根茂）在昨日聖誕佳節，民建聯一眾立法會議員繼續為市民送上聖誕祝福。他們普遍希望香港社會氣氛恢復平和，不再有黑色暴力，市民生活能夠復常，經濟得以復甦。民建聯婦女事務委員會則為婦女和少數族裔許下多個願望，希望來年大家的權益可以得到更多的保障，生活更加稱心如意。



民建聯立法會議員 周浩鼎



民建聯立法會議員 張國鈞



民建聯婦女事務委員會主席、立法會議員 葛珮帆

民建聯立法會議員 梁志祥

各位朋友聖誕快樂，聖誕節同大家講講聖誕願望，希望政府為0至4歲小朋友增設更多託兒中心，使他們得到更多支援；亦要為60至64歲長者設立銀齡卡，使兩蚊搭車優惠及醫療券能惠及更多長者。希望大家有個快快樂樂的聖誕節！

民建聯立法會議員 陳恒鎔

我的聖誕願望，希望政府做嘢爽手嘞，唔好成日立鞦韆。紓解民困要實際，自然唔該要破費。財爺唔該現兜兜，其他政策無人吼。聖誕普天同慶，祝大家開開心心！

民建聯觀塘區議員 顏汶羽

希望能擴大性別歧見條例的保障範圍；同樣希望政府能禁止歧視餵哺母乳，並於新舊建築物內增設育嬰室。

民建聯觀塘區議員 張琪騰

願政府能加強前線警員在處理家庭問題時的危機培訓，希望能避免家庭慘案發生。

民建聯立法會議員 何俊賢

又到聖誕了，我的願望，第一是希望能恢復活潑香港，使豬價下降。而近日經濟不景，漁農界最擔憂耕作成果無人買，第二個願望是希望香港經濟復甦，使市民能有「安樂茶飯」食。

民建聯東區區議員 植潔鈴

民建聯婦女會一直關心婦女健康問題，尤其乳癌篩查及骨質疏鬆免費檢查方面，希望政府能增加資源；亦希望政府能擴大免費接種HPV疫苗的範圍至適齡女生及26歲以下女性，以至進一步推廣至男性。

民建聯東區區議員 林心廉

因有少數族裔在求助時遇到言語障礙，我們希望政府能加強服務以解決問題。

民建聯西貢區議員 李家良

婦女在不同的就業市場上會遇到不同的困難，希望政府就不同就業市場加強為婦女提供培訓，協助婦女重投就業市場。

湯漢赴監獄為在囚者送祝福



天主教香港教區副署理湯漢樞機在赤柱監獄主持聖誕彌撒，並向在囚者分享信仰哲理及送上祝福。

香港文匯報訊（記者 文森）在聖誕節這個普天同慶的日子，懲教署安排在囚者參與聖誕節活動。天主教香港教區副署理湯漢樞機昨日在懲教署副署長黃國興、懲教署專職教士伍永鴻執事及懲教事務總監督（赤柱監獄）梁贊明陪同下，到赤柱監獄主持聖誕彌撒，並為出席的在囚者分享信仰哲理及送上祝福。

懲教署表示，凡自願參與的在囚者，不論是否有宗教信仰，均可透過懲教署專職教士、義務專職教士及其他宗教機構的探訪者，獲得宗教和社會服務，服務範圍包括探訪、教學、輔導、宗教崇拜及康樂活動。