

親愛的孩子：

你好嗎？每年這個時候，叔叔總會收到一些孩子為快將開課，心感忐忑不安的來信。九月是全港中小學開課的大日子，除適應學校生活和學習一系列新課程外，你更要重新建立和同學的關係，心情當然既擔心，又緊張。

確實同學感受到的壓力真不少。功課、環境和社交都可以是壓力的來源。壓力無處不在，成人/年輕人都會遇到。曾否聽過『皮球』的自述：「我是一個皮球，當我靜止的時候，沒有太多人會留意我的存在；但我處於動態時，身邊的人都目不轉睛地盯著我；當我奔向人們時，他們會感到不安或感到驚嚇；避無可避時，人們總會想辦法接著我，控制我的反彈力，拍打在他們手上，從中學習控制我。」如果用『皮球』來比喻壓力，你有沒有得到一些啟發呢？讓我們一起學習與「壓力」共處，開開心、減減壓吧！而新的學年意味著新的開始和希望。壓力也可轉化為動力。讓生活譜上色彩，就由培養興趣開始吧！

最近，叔叔讀過一個真人真事的故事：梁偉富（Eddy）自小成績並不出眾，但從小就愛看別人下廚，還經常就家人煮的餘菜提供意見。但想不到這些點滴，竟令Eddy有機會晉身廚師這個職位，現在終於成為酒店行政副總廚。Eddy會考成績並不理想，之後更發覺自己所謂的中五程度的英文，就只如小六生一般，於是利用電腦學習英文和普通話，在娛樂中學習。他知道自己比人優勝之處，就是從小便知道興趣，遇到機會便發揮所長，不走冤枉路和浪費時間。因此，他經常鼓勵學生培養興趣，發掘自己的潛能。

每個人都是獨立的個體，性格和能力各有不同，如果在學習的過程中，能培養出自己的興趣或專長，相信你對生活會更投入和積極，在獲得滿足感之餘，更可認定方向。如果潛能得以發揮，表現出色，說不定被人賞識，給與機會發揮所長，夢想成真呢！同時，你能結識更多志趣相投的朋友，與他們分享心得、喜悅和憂愁，互勉互勵。還有疼愛你的家人、愛惜你的老師和支持你的長腿叔叔會陪伴你左右呢！

清楚自己的方向，認定目標，從中可能會得到一些領悟，年青人可多作嘗試，你的本錢是時間、體力和青春，從自己喜歡的事發掘興趣加以磨練，就是成功的第一步。你同意嗎？

祝福你新學年新開始，生活充滿正能量！大家努力，加油呀！

長腿叔叔
2010年9月

（閱畢後或收多於一封家書，可轉贈你的朋友）