

## 《一次幫助別人的經歷》 5(2B) 吳奇縉

上星期一放學後，我背着書包開心地回家。當我一開家門，就看見媽媽很辛苦地做家務，但是媽媽面色不佳，一看便知道她生病了。

由於家中的家務堆積如山，媽媽又要洗衣服，又要煮飯，即使生病，媽媽也要做家務。我看着媽媽就像一隻受了傷的小貓，忍着痛楚慢吞吞地做家務。過了不久，她沒精打采地坐在沙發上休息。

由於我看到媽媽很辛苦，所以我用溫柔的眼神望着媽媽，承諾幫她做家務，她感到半信半疑。我用行動表達了我的承諾。首先，我勤快地幫媽媽洗衣服和曬衣服。跟着，我細心地幫媽媽收拾房間，讓她可以舒服地躺下休息。然後，我關心地盛了一杯水，並拿了藥丸給媽媽。最後，我用靈巧的雙手，輕輕地、有節奏地替媽媽按摩她的肩、頸、手和背部，她很放鬆地享受，面上露出恩惠的笑容，還說我真像一個小按摩師呢！

我做完家務之後，媽媽感動地捉住我的手並稱讚我。因為我幫助了媽媽，所以我覺得很開心。我明白媽媽做家務是多麼的辛勞，更明白了「施比受更有福」和「助人為快樂之本」的道理。

## 《一次幫助別人的經歷》 5(2B) 柯曉鋒

每個人都試過因為幫助別人而得別人的讚賞，我也一樣。我至今仍記得幫助那位老婆婆的經歷呢！

那天，我打算四處尋找水果店的時候，看見一位剛買完橙子的老婆婆，被一位跑得像馬一樣快的年輕人撞倒，因此，老婆婆的袋子破了，她的橙子散亂地掉在地上。當時老婆婆驚惶失措，追着四散的橙子走來走去。他焦慮得好像老鼠看見貓般急得走來走去，不知怎麼辦。

當我看到這情境，連忙彎下腰，一個一個地拾起橙子。接著，我小心翼翼地扶起老婆婆，發現老婆婆的手臂擦傷了，於是我細心地替她貼上膠布，還溫柔地問她甚麼地方受傷，然後，老婆婆一邊說：「謝謝！謝謝！」一邊取回我手中的橙子，還送給我一份小禮物。我打算拒絕，但她堅持要送給我，我只好難為情地接過老婆婆的禮物，她還稱讚我是好孩子呢！我回到家後，開心地打開那份小禮物，原來是一套文具，我感到十分喜悅。

這件事讓我感到滿心歡喜，並明白「助人為快樂之本」的道理。

## 《一次幫助別人的經歷》 5(2B) 魏廷胤

有一天的下午，同學在操場玩耍時，我看到一個同學跑得很快，被同學的腳絆倒了。

當我上前查看時，我看到他的腳已經變成血紅色了！因為他受了傷，所以走不動，好像一個石頭一樣，坐着一動也不動。他一面大哭，一面說十分痛，好像被槍打中一樣，痛苦地呻吟着：「我……我十分痛！」我在他的身邊，明白他的痛苦，但卻不知如何應對。

正當我仍在猶豫怎樣做時，他痛得大哭，我十分焦急。我想幫助他，不過我不知道可以怎樣幫他。我十分迷惘，不停說：「有人可以幫幫我嗎？」可是附近沒有人理會我們。我看到十分多的血在他的傷口不停流出，馬上感到毛骨悚然。我立刻用我的寶貝——手帕（媽媽送給我的生日禮物），幫他止血，然後小心翼翼地把他扶起，坐在椅子上。最後，當我們急得不知所措時，忽然看見老師經過，便立即向老師求助。

第二天，我看到他可以跳得比袋鼠還要高時，心裏才感到安心。他十分感謝我，因為我幫助了他。我們的友情因此加深了不少，這件事令我百感交集，但卻明白了「助人為快樂之本」的道理。原來幫助了別人是十分快樂的啊！

## 《一次幫助別人的經歷》 5(2B)袁德明

一天，媽媽一回到家就在牀邊休息，我知道她今天一定工作太忙，令身體疲倦。後來，我看見很多家務未做，因此我決定主動幫忙。

當我發現家務堆積如山，媽媽又沒精打采地坐在牀邊，抱着頭，就好像一隻樹獺一樣，不想移動疲乏身軀。不一會兒，她便睡着了。

我看着疲累的媽媽便走到牀前，用溫柔的眼神答應替媽媽做家務，令她半信半疑。我做家務時，起初不知怎樣着手開始打掃。經過一番深思熟慮後，我決定首先洗衣服，再抹桌子，最後才收拾睡房。我一邊洗衣服，一邊心想：有沒有更快捷的方法呢？後來，我終於理解到「工欲善其事，必先利其器」的道理。我用有絨毛的抹布抹桌子的時候，桌子被擦得光潔如新，令我十分開心。當我收拾睡房時，由於我早前已經做了很多家務，所以十分疲倦。我覺得其實做家務也不是我想像的那麼容易。

一會兒後，媽媽睡醒了，我馬上有節奏地給她捶背，她便露出神氣十足、輕鬆的表情。媽媽為了鼓勵我繼續努力幫助別人，說：「你今天那麼孝順，我就帶你到黃金海岸度假吧！」「好的！好的！謝謝。」我興奮地說。

我感受到媽媽非常希望我可以幫助到更多人，這件事令我明白到「助人為快樂之本」的道理。

## 《一次幫助別人的經歷》 5C(2B) 鄧承希

星期日，我的朋友小明打電話給我，說：「今天，我不舒服，爸媽也不在家，還沒有金錢看病，求你幫幫我吧！」我放下電話筒，匆匆趕往他的家看過究竟。

當我走進他的家里，就聞到一股非常臭的味道，我知道那是汗味，因為小明發燒弄得滿頭大汗，還躺在沙發上一動不動。我叫他起來，他卻說：「我累極了，讓我再躺一個小時吧！」我給他量體溫後，發現他燒到四十三度！這時的我擔心得像熱鍋上的螞蟻啊！

在我不知道怎麼辦的時候，我想到一個很好的辦法，那就是背他到醫院，但是小明太重，害得我心一直忐忑不安，未能下決定，不過這是唯一的方法，所以我咬着牙，向醫院的方向走去。到了半路，我被一塊堅硬的石頭絆倒，雖然小明沒有受傷，但是我的膝蓋不斷地流血，但我都不管了，因為我一定要把小明送到醫院。在我站起來的時候，我發現一個熟悉的身影站在我的身旁，原來是爸爸，於是我把事情告訴爸爸，爸爸就開車送我們到醫院。

到了醫院，醫生和護士給了小明一些藥，還把我的傷口包紮好了。當爸爸付醫費時，我發現醫藥費竟然是一千多塊錢，嚇得我快要上天堂。小明醒後，看着我手上的賑單和我的傷口，感動得哭了。

在這一件事，我也明白了一個道理—助人為快樂之本。即使我為小明付出了體力和金錢，但他的身體能回復健康，令我非常欣慰。

## 一次幫助別人的經歷

5C(2B) 魏曉朗

我有一次幫媽媽做家務的經驗，令我留下深刻印象。

一天，因為媽媽每天都做家務，做得很累，但她沒有停下來，默默地照顧我，所以我主動提出幫忙。由於家務堆積如山，媽媽又要洗衣服，又要做飯，所以很累地坐在牀上休息。我深深感受到她每天做家務，好像奴隸一般，沒有酬勞，沒有休假的痛苦。於是我用溫柔的眼神望著媽媽，承諾幫她做家務，令她感到半信半疑。

我問媽媽有甚麼家務可以為她做，建議我可以收拾衣物。我一件一件認真地收好衣物。這些看似簡單的工作，也令我弄得一頭煙，不知怎樣才能把衣服摺疊整齊，不易起皺。做完後，我感到很累。

這次我幫媽媽做家務的經歷，令媽媽可以稍作休息。我體會了媽媽每天做家務的辛苦，以及明白了媽媽很努力照顧我，我以後要會好好孝順她。

## 一次幫助別人的經歷

5C(2B) 曾駿煒

在上個月的某一個上午時，我冒着炎炎烈日，替疲倦的媽媽晾曬堆積如山的衣服和拖乾淨地面，使它一塵不染，令我很有滿足感。

記得那天的早上，媽媽有氣無地叫我起床，我察覺到她的異樣，問她是不是不舒服，她說：「我今天生病了，十分疲倦，如果有人幫我做完今天的家務就好了。」說完就在一旁唉聲嘆氣，對於這令人心酸的一幕，我立即向媽媽毛遂自薦，表示可以幫她完成家務。

那時正值夏日，天氣十分炎熱，但我還是替媽媽曬完數不清的衣服。在我拖地的時候，媽媽在客廳的沙發上，指出我拖得不是很好的地方，使我受益良多。其間我也遇到很多難題，例如：污漬難以擦掉，霉菌難以清除等，但都給我以巧妙的方法化解了，也有些實在解決不了的，只好請媽媽指點一二。

最後，我也是成功地把整間屋子打掃得真正的一塵不染。於打掃的過程中，我獲得了很多成就感，對於打掃和做家務的能力也提升了不少，使我明白「施比受更有福」的道理。