

校長、各位老師、各位同學早晨，我是陳競男老師。今日很高興可以在此與大家做一個分享。我今天想分享的是四個字「感恩堅持」。

我是一個移民，來港後，移民所遇到的問題，我都一一面對過。插讀中一後，我開始了不停轉校的命運。中學七年，我先後就讀過四間不同的中學，不斷地適應一次又一次陌生的環境，建立一段又一段陌生的人際關係，只因想就讀更好的學校，更上一層樓！這一切問題、挑戰我都嘗試去克服。因為父親說過：「天將降大任於斯人也，必先勞其筋骨，餓其體膚，窮其心志。」我一直深信這一點。亦都從一些書上看過，「放棄有19劃，堅持有20劃，比放棄多一點，為何不堅持下去呢！」我們要感謝磨難、經歷，因為它們造就生命的不屈，我們要懂得感恩悲傷，因為它成就心靈的堅強。

最後作為一個化學老師，想與大家分享一段化學的文章「Life is chemistry」翻譯成中文「生命猶如化學；你要懂得稀釋你的悲傷；蒸發你的擔憂；過濾你的錯誤；沸騰你的自信；那麼你就會得到快樂的結晶！」

多謝大家！