丙午霜降

親愛的協青社好友：

您好。這一期的「街頭來信」，想請您慢慢讀一封阿焰的來信。

第一次認識阿焰，她還是個小學生，剛從內地來港不久，語言不通，也不敢和陌生人說話。有一次排練時，她忽然躲到角落，哭了一個多小時，卻說不出原因，我們沒有追問，只是靜靜的陪在她身邊，讓她慢慢平復心情。

改變她的，是一次很簡單的跳舞機會。

自從接觸協青社後，阿焰每星期都期待練習，她第一次認識了學校以外的朋友，第一次有家人以外的人為她慶祝生日。她不開心時，有哥哥姐姐走過來陪她。她在信裡說，這裡的人都「願意坐下聽我說話」，不覺得她奇怪，也不追問她為什麼哭，只是陪她把心結「像一團毛線一樣」慢慢解開。

今天的阿焰，已重拾與人相處的勇氣，自信地站在大家面前。她成為香港霹靂舞12至18歲組別代表，並獲宋慶齡基金會邀請，代表香港青年前往北京國家大劇院參與「六一兒童節」表演。那個曾經躲在角落哭泣的小女孩，如今已勇敢站上屬於自己的舞台，綻放光芒。

青年的成長很少是一條直路。他們會跌倒，會退後，也會有想放棄的時候。他們需要的不一定是一個完美的答案，而是一個不會放棄他們的地方：一個舞台、一群同行的人，以及足夠的時間和空間，讓他們慢慢找到自己。

在香港，還有很多像阿焰一樣的年青人。有的剛來到陌生的城市，有的背著說不出口的傷痛，有的在學業和家庭的壓力中迷失。他們未必會主動求助，但只要有人伸出手，給他們一個機會，他們就有可能找到自己的熱愛，也發現自己原來可以發光。

誠邀您支持協青社，為更多青年守護這份成長空間。您的每一分支持，都可能成為某個年青人第一次鼓起勇氣說「我想參加」的機會，也可能成為他們在最低谷時，仍然有人陪伴的理由。

阿焰在信末寫道：「希望所有仍在迷茫的年青人，能夠找到自己所熱愛的，在這熱愛的事情中找到救贖自己的方法，成為自己想成為的那個最好的自己。」

就讓我們一起，陪他們走這一段成長路。我們亦感謝您一直以來的關心與同行。

順祝　安康

協青社總幹事
陳嘉玲謹上
二零二六年十月

香 港 西 灣 河 聖 十 字 徑 2 號
2 Holy Cross Path, Sai Wan Ho, Hong Kong
電話/Tel：(852) 2384 3531　傳真/Fax：(852) 2804 8622
網址/Website：www.yo.org.hk　電郵/E-mail：yoenquiry@yo.org.hk

榮譽會長
溫文儀先生，BBS，JP

榮譽委員
蔡潘若棠女士
雲維庸先生

執行委員會

會長
黃紹基先生

副會長
林煒瀚先生

義務秘書
麥錦明先生

義務司庫
尤妤心女士

義務法律顧問
梁雲生律師，JP

委員
區璟智女士，GBS，JP
崔永康教授，MH
何松謙先生
李鄺保瑜女士
李文烈博士，BBS，MH
譚贛蘭女士，GBS，JP
鄧淑珍女士
黃妙茵女士

Honourary President
Mr. WAN Man-yee, BBS, JP

Honourary Members
Mrs. CHOI POON Yeuk-tong Stephanie
Mr. WAN Wai-yung Alex

Executive Committee

President
Mr. WONG Siu-kee Kent

Vice President
Mr. LAM Wai-hon Patrick

Honourary Secretary
Mr. MARK Kam-ming

Honourary Treasurer
Ms. YAU Yu-xin Amelia

Honourary Legal Advisor
Mr. Vincent LIANG, JP

Members
Ms. AU King-chi, GBS, JP
Prof. CHUI Wing-hong Eric, MH
Mr. Jonathan HO
Mrs. LI KWONG Bo-yu Bonnie
Dr. Peter John NEWBERY, BBS, MH
Ms. TAM Kam-lan Annie, GBS, JP
Ms. TANG Suk-chun Winnie
Ms. WONG Miu-yan Cecilia

從沉默到起舞

一個曾經害怕與陌生人說話的女孩，在舞蹈中慢慢找回屬於自己的勇氣。

從內地轉學到香港，從最熟悉的環境一下子轉到新的地方，語言不通，壓斷了我與陌生人溝通的能力。

大家好，我係阿焰，從小學五年班已經開始認識協青社。

我的性格從小並不討喜，家中加上我有五個小孩子，我是家裡脾氣最大的，也是最晚跟著爸爸媽媽生活的，從幼兒園開始我便在內地跟著爺爺奶奶一起生活，在一個小鄉村，不是所有人都那麼的友善，而爺爺奶奶的封建也同時影響到年紀尚小的我，小時候遇到的種種事情，無論是被猥褻，孤立，我都從沒有和家裡的人說過，我選擇沉默，因爲這或許是一件很丟臉的事，我不敢說。

來到香港後，我開始感到焦慮，我開始不願意上學，我不願意將更多的時間「浪費在學校身上」，從小的教育又同時告訴我，讀書是我唯一的出路，這種矛盾焦慮，讓我開始不愛說話，我害怕跟陌生人交流，害怕那些我從來都沒有去過的店舖，害怕路上成群結隊的人，我時常想，如果我可以永遠不和陌生人交流就好了。

直到有一天協青社來我的小學宣傳Dancical，那是我第一次正式接觸跳舞，我不了解，但那是我第一次主動去找老師報名說我想參加。

意外的我開始每天都期待上學，期待每週的訓練，結束了學校的訓練後我正式去到西灣河開始排練，我在那裡第一次認識了學校以外的朋友，第一次結識到友善的哥哥姐姐，第一次有除家人以外的人為我慶祝生日，他們誇我漂亮，誇我厲害，在我被喊出去跳舞的時候鼓勵我，又在我忘記動作的時候感覺很丟臉而跑去角落哭的時候過來安慰我，之後我便開始在這裡學跳舞，學Kpop直到現在已經參加了第四年的Dancical。

從一個小學生，到現在已經成為了一個中五的大朋友。不得不說我重新擁有了勇敢社交的能力，願意去說話去面對我不認識的人，甚至站到他們面前教他們我自己編的舞蹈。

香 港 西 灣 河 聖 十 字 徑 2 號
2 Holy Cross Path, Sai Wan Ho, Hong Kong
電話/Tel：(852) 2384 3531　傳真/Fax：(852) 2804 8622
網址/Website：www.yo.org.hk　電郵/E-mail：yoenquiry@yo.org.hk

榮譽會長
溫文儀先生，BBS，JP

榮譽委員
蔡潘若棠女士
雲維庸先生

執行委員會

會長
黃紹基先生

副會長
林煒瀚先生

義務秘書
麥錦明先生

義務司庫
尤妤心女士

義務法律顧問
梁雲生律師，JP

委員
區璟智女士，GBS，JP
崔永康教授，MH
何松謙先生
李鄺保瑜女士
李文烈博士，BBS，MH
譚贛蘭女士，GBS，JP
鄧淑珍女士
黃妙茵女士

Honourary President
Mr. WAN Man-yee, BBS, JP

Honourary Members
Mrs. CHOI POON Yeuk-tong Stephanie
Mr. WAN Wai-yung Alex

Executive Committee

President
Mr. WONG Siu-kee Kent

Vice President
Mr. LAM Wai-hon Patrick

Honourary Secretary
Mr. MARK Kam-ming

Honourary Treasurer
Ms. YAU Yu-xin Amelia

Honourary Legal Advisor
Mr. Vincent LIANG, JP

Members
Ms. AU King-chi, GBS, JP
Prof. CHUI Wing-hong Eric, MH
Mr. Jonathan HO
Mrs. LI KWONG Bo-yu Bonnie
Dr. Peter John NEWBERY, BBS, MH
Ms. TAM Kam-lan Annie, GBS, JP
Ms. TANG Suk-chun Winnie
Ms. WONG Miu-yan Cecilia

中學的壓力不斷增加，很長一段時間，我都在一直克服我心裡的種種難關，很多次情緒失控，或是說出傷人的話，甚至是心裡想著，我到底為什麼要讀書，如果我可以一走了之，是不是不會那麼痛苦？這些在我看來或許是性格缺陷，我甚至需要學習如何才是愛自己，但是在這裡遇到的所有人都願意坐下聽我說話，他們不覺得我奇怪，不在意我為什麼要哭，而是幫我把問題拿出來，像一團毛線，慢慢解開所有的心結。

在協青社我遇到了我重要的跳舞隊友們，所有崩潰的瞬間，都是協青社的大家陪伴我走出來，教會我慢慢成熟，我擁有了第二個像家一樣的地方。

從小學到中學在協青社這裡，教會「小學的我」，如何與陌生人相處，教我慢慢成為一個能夠冷靜處事的人。教會「中學的我」去直面自己的情緒，不要藏起來，而是解決它。教我慢慢成為一個不需要想那麼多，依舊快樂的人。

現在的我，還是會發脾氣，也還是會暴躁。不過我一直向前走，一次又一次跨過難關。身邊多了很多好朋友，我也多了很多底氣。我相信，我終有一天會成為一個懂得好好愛自己，也有勇氣面對所有難題的人。

我也希望，所有仍在迷茫的年輕人，都能找到自己真正熱愛的事，在熱愛裡找到救贖自己的方法，成為自己最想成為、最好的那個自己。



香港西灣河聖十字徑2號
2 Holy Cross Path, Sai Wan Ho, Hong Kong
電話/Tel：(852) 2384 3531　傳真/Fax：(852) 2804 8622
網址/Website：www.yo.org.hk　電郵/E-mail：yoenquiry@yo.org.hk