

四日三夜的交流旅程不經不覺已完結，飲水思源(伍)亦完滿落幕。回想四天不同的經歷，百感交集，不禁沉醉於回憶和感觸之中。

事隔五年後，同一地點，同一路線，陪伴左右的卻是不一樣的同路人。再次踏足此地，感覺變了，年紀長了，責任大了。相比以往的交流活動，在這次交流中，令我最大得著的不再只是音樂技術上的追求，而是照顧別人的責任及承擔。

四天內與兩位同房的朋友認識加深了不少，本因不同樂器，甚少接觸，都只是點頭之交而已。在這四天中，與她們相處時就像與妹妹們般一同相處。在相處之間，有說有笑，年齡的相距從不成為我們溝通、互相認識的隔膜。

是次交流中，與南沙小學和湛江第二十五小學的小孩們合作。不論是排練或是演出，當看見他們開心的張大嘴巴地唱歌，全場洋溢著歡樂的氣氛時，內心的煩惱、不安都拋諸腦後，只陶醉於氣氛高漲之中。

四天的旅程完滿結束，感謝基金的老師們、家長們等不論在日常排練或是交流中盡心盡力的幫助和照顧，亦感恩有幸參與其中，成為其中的一份子。

交流，已不只是學習、自我訓練的得著，而是心靈上的滿足。

南沙，一個令人慢下腳步的地方。

四天時間窗間過馬，轉眼即過，與這個地方道別。四天過後再次回到香港，猶如回到現實般，唯有把節奏再次重新調整，回復適合急速節奏生活的節奏，回到這熟悉的地方—香港。

(NWNTSO) HO HEI NOK