

「勝不驕，敗不餒。」(出處：商鞅《商君書·戰法》)

意思：不論勝利還是失敗，我們都能保持平常心。

當我們套用這兩句古語在自身上，我們能易於理解當中的含義。「勝不驕」是指我們不會因一時的成功就得意忘形、驕傲自滿、不思進取；「敗不餒」是指當我們面對失敗時，不會怨天尤人、自暴自棄，而是從失敗中汲取經驗，千方百計地去扭轉現狀，並為目標堅持到底。

大家還記得 2021 年東京奧運後，劍擊運動在香港掀起熱潮嗎？大家又有否聽聞過江旻憶這位人物？

江旻憶小姐是香港女子劍擊(重劍)運動員。她先後代表香港出戰三屆亞運及兩屆奧運，勇奪多面獎牌。她也是首位贏得世界盃的香港劍手，獲賜「重劍世一」名銜。然而，江小姐的運動員生涯並非一帆風順，她曾經因腳傷要做手術，也曾在比賽中落敗，與獎項擦身而過。

江小姐多次公開分享運動生涯中的高低起伏，我印象最深刻的就是在一個「運動傳承」的活動中，江小姐勉勵年青人要「笑看得失，堅持才可飛得更高。」她又談到如何面對運動場上的勝利和失敗，她說：「當我在比賽中勝出，開心之餘，我會提醒自己不要只着重於眼前的成績，盼望憑着自己對劍擊的熱愛，繼續努力練習，從而有更大的長進。當我在比賽中落敗，我會傷心流淚，但我會叫自己停一停、深呼吸，重新審視自己比賽前的各項準備是否足夠，及比賽時的表現是否達到應有水平，調整策略，為下一個機會出發！」

江小姐所分享的運動員精神具體展現了「勝不驕，敗不餒」的意涵。這兩句古語既是一種人生態度，也是一種人生智慧。人生是一個向着標竿直跑的過程，每個人都會面對紛至沓來的挑戰，而這些挑戰可能越發嚴峻艱難。如果我們只顧沉醉於一時的成功，滿足於現狀，不求上進，就難以應付各種挑戰。另外，我們也需要學習勇敢地面對失敗，甚至是接二連三的失敗。若要克服失敗，我們必須要自勉自強，不斷提升和充實自己，堅持不懈，這樣才能一步一步地靠近目標，邁向成功！

各位同學，我希望你們能將「勝不驕，敗不餒」放在心裡，時刻提醒自己：得意時不自滿，失意時不放棄。

我今天列舉劍擊運動員江旻憶為古人古語的例子，同學聽了她的經歷後，是否對她充滿好奇？是否想一睹她的風采？事實上，我們有幸邀請江旻憶小姐到校分享她的運動員生涯及得着，時間為本星期三(4月10日)下午第七、八節課。這個機會千載難逢，希望同學能從江小姐的分享中有所啟發。屆時老師也會講解中西劍術的分別，亦有兩位同學將分享眼中的江旻憶，以及本校劍擊隊會有示範表演。明天早會期間，老師會透過校園電視台向大家講解有關安排，請同學密切留意。我的分享完畢，謝謝大家！

孫莉華校長

08/04/2024