

清 晨

「油條，油條，熱的油條」，那低沉又沙啞的聲音又將我從夢中叫醒，多年來他成爲我早上起床的標準時鐘，他——一個六十多歲的老人，爲了擔負一家，爲了早死的兒子所留下的二個孫子，不論晴陰或風雨，不論春夏或秋冬，永遠揹着一筒又熱又脆的油條，一條街又一條街，他不以尖銳的叫聲來吵醒些遲起的達官富貴，但他却以富有磁性且溫和的聲音來叫醒那些慈愛的媽媽，起來爲孩子們準備。一日復一日，同樣的聲調，同一的時刻，「清晨老人」人們如此的稱呼他，帶着多少的尊敬與愛戴。

海 灘

浩瀚的大海，碧綠的海水，蔚藍的天空。我喜愛海，我喜愛海的綠，海的藍，和海的深與闊，海啓示——我智慧，純潔與寬宏。每當心裏難過時，我總喜愛獨自靜坐海灘，望着大海，海慰藉——我。人與海相比，是那麼渺小，如似海中的一粒貝殼，偶而被海水冲上岸來，但是不知何時又將會被捲回去，我們同是海灘上的那些貝殼，何須互相爲難，爲什麼不相互琢磨成美麗光亮的貝殼？來美化這海灘，何必要爲那些小事而憤怒？寬待別人，你也將被人寬待。何不相互友愛？讓這黑暗的世界充滿了良善、和平。

倚 窗

倚着高樓的窗子望外；一道圍牆；隔開了兩個世界，那圓而大的草地上，蹲着一位老人，手拿着鋤子，一圈一圈的割着，與世無爭，那麼安祥，似乎世界與他遠離，沒有嫉妒，鬭爭與埋怨，一塊野草漫生的荒地，成了幽美柔和的綠氈。他，默默的作着他份內的工作。

然而牆外的大道，千百輛的車子，如飛急馳着，互不相讓，那些來來往往的人們，匆匆的，憤憤的，終日奔跑，終日忙碌，憤怒，利害與競爭充滿——他們。似乎不把世界佔爲己有不肯罷休。但「賺得了全世界，而賠了自己的生命又有什麼用。

癒或病況減輕而出院，但在較完善設備和充分人員的醫院，出院比率高達百分之八十，這顯示病人受到愈好的治療，痊癒的機會愈大。

是否大部份的精神病患者都得到適當的治療呢？

不幸的很，這答案却是否定的。百分之八十五的住院患者都在公立醫院。這些醫院大都過分擁擠且缺乏服勤的人員，缺乏精神病學家和其他各種治療的技術人員。

什麼是迫切的設施呢？需要更多的專家，更多的醫院設備、設施、更多的精神病臨床醫師和更多

落 葉

校園滿佈飄落的葉子，風吹走了地上的落葉，時光帶走了人們的悲傷與歡樂

又是一個晚秋，紅紅的楓葉，我不想再收集了，因爲它已藏不住我的夢，只是添加了一份思愁，在幾百個過去的日子裏，我又失去了什麼我得着什麼？似乎失去的比得着還多，我難過，我哭泣。楓葉枯了，有再紅的時候，日子去了，什麼時候會再回來呢？

拾起一片小的落葉，却也勾起一股感傷的心緒，曾幾何時，我對着紅紅的葉子，寄上無盡的夢與虔誠的祝福。如今，秋風吹落——枯葉，也飄去了我的夢，我的祝福。

黃 昏

天空一片彩紅，太陽西下，提着脚步，踏着夕陽而歸。我喜愛黃昏，喜愛黃昏的美，黃昏的靜，尤愛在黃昏獨行。

黃昏的時刻，最令人陷入沉思，綺麗的夕陽落去了，天空的彩霞漸漸的消失，代之的是黃昏的到來，田間的蛙聲四起，遠處山上的燈火亮了，人們趕緊着步子。然而，遊子欲歸何處，故鄉的慈母此刻是否倚闌等候遊子歸來。嚴冬到了，誰會關注該添加衣着，夜晚飢餓，誰會預備熱食。虔誠的祈禱，故鄉的父母能够安恙。

夜 晚

壁上的鐘「釘！釘！」的敲了兩下，窗外一片漆黑，寒風颯颯作響，馬路上車輛的聲音漸漸遠去消失，傳來的是一聲淒清的泡茶叫賣聲，這是什麼時刻，還有這小孩的叫聲，他沒有父母嗎？爲什麼他能忍受這寒流的襲擊，爲什麼……打開了門，叫住了他，並不是爲了填飽肚子，只是想讓他能早點回到家去。

誰說這世界充滿了溫暖與同情，但，誰去可憐這小孩，人們早已走入了夢鄉，可是這小孩却被人摒棄門外，與夜遊者相伴。爲什麼有人終日酒食作樂，有人却飢寒交迫？爲什麼那些富人寧可將錢送到罪惡之處，却不肯施捨給貧窮的人，爲什麼……一千個爲什麼，只因這世界充滿了冷酷與殘忍。

的研究人員。我們現只有八千位精神病醫生，我們至少需要一萬五千人，我們現只有一萬二千個精神科護士，我們需要四倍以上。喬治·S·史蒂芬遜博士，全國心理健康協會的主席說：「精神病一般來講，比其他長期的重病更有希望，但痊癒基於及時且適當的治療。

精神疾病可以預防嗎？

這就是心理健康運動的目標，預防的方法在給予孩子有一健康的環境且避免孩子在年幼心理即受到創傷。一個精神學家說：「心理衛生不論在家庭或在學校都很重要，因爲它是滋潤心靈的沃土」。