

2011年11月16日，邵副校長帶同我們一行十人參加由教育局舉辦的「同行萬裏」高中學生內地交流計劃 - 四川體驗學習暨關懷之旅。我們連同其他學校同學，幾百人同行到四川交流。是次活動有別於我校以前探訪姊妹學校，而是全港師生代表一起參與，十分難得，亦是我第一次參加交流活動，所以心情既興奮又緊張。

這次行程十分豐富，第一天從紅磡火車站出發到深圳機場，然後前往成都。第一站是到東區音樂公園參觀。那裏原是老工廠區，現在改建成充滿音樂氣息的食肆和酒吧，卻又保留部分老工廠的原貌。之後我們到了寬窄巷子，非常有古舊建築特色，彷彿置身於古代街道。而那裏也有很多傳統手工藝店和食肆，供遊人品嘗傳統四川小吃。

第二天是在成都體育學院的講座和接見領導的活動，心情既興奮又緊張，一方面很開心可以一睹領導的風采，另一方面又擔心自己的表現。之後我們前往廣漢三星堆博物館欣賞青銅器的文物，亦瞭解到以前人們的生活習慣。

第三天是我最期待的行程，到綿陽中學交流。綿陽中學是一間當地非常著名的重點中學，那些同學非常熱情。雖然只相處短短半天的時間，但他們那份熱情，深深感動了我。他們更親手做了一些小禮物給我們。他們都為著同一目標前進，就是考入大學。而成功的背後，是要付出很大努力，這一點我們真的要好好向他們學習。在短短的一堂課裏，瞭解到他們平時上課的情況，更建立了深厚的友情。到了現在，我們還有在網上聯絡呢！最後，我們帶著依依不捨的心情離開綿陽中學到下一站 - 川地震遺址。眼見面前的一堆瓦礫，令人回想以前一幢幢完整無缺的建築物。一夜間變成一堆頹垣敗瓦，在下面的是埋下很多的生命，令人感到非常傷痛。但之後，我們到了永昌新城。只見他們用了短短十五個月，就能重建新城，真令人佩服，亦看到中國人團結、守望相助的一面。最後我行參觀大熊貓繁育基地。

這次旅程最令我驚嘆的是我們一共有七輛旅遊車在公安開路之下，浩浩蕩蕩地出發往成都體育學院。這個國情教育講座，講解了不少四川大地震的成因及災後重建的現況和進展，令我獲益良多。像國家領導人等級的公安保護開路下，令我覺得是次活動得到中國政府的重視。試問一生中有多少機會可在公安開路及陪同下參與交流，所以這次機會十分難得，也會成為我一輩子美好回憶。

這次交流之旅令我體會到中國人的團結精神，對祖國的熱愛和濃厚的人情味。我希望以後有機會再次參與交流活動，增廣見聞。