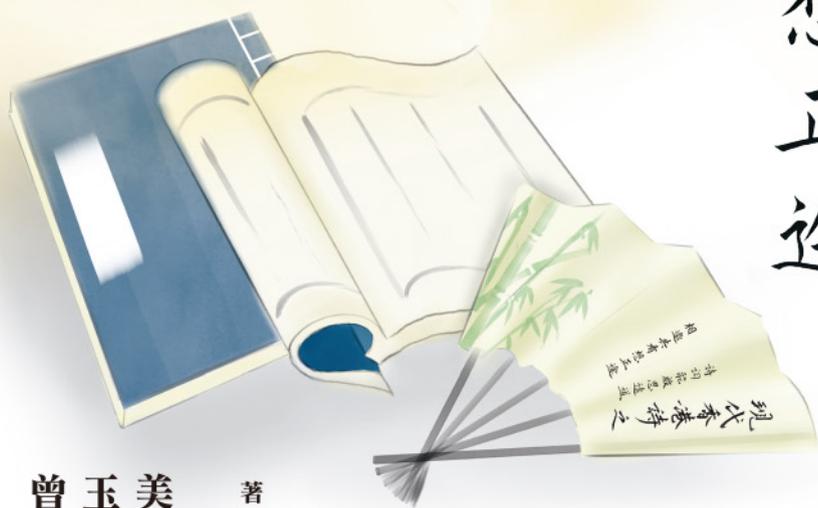


# 現代香港詩之

詩詞能啟思遠道  
相邀共看想正途



曾玉美 著

## 序

花甲將至，將翻人生另一頁的我，訂下了很多退休後工作計劃和目標，當中第一項目標，便是出版一本自己的詩集。

記得年輕時，我並不喜歡中文科，高中課程沒中國文學科，我無從接觸到中國文學，自然對文學不甚了解，更別說產生興趣。會考中國語文科成績只是中平成績，沒有突出表現。

步入暮年，我身心健康不斷轉壞。隨着生命色彩幻變漸多，我也開始閱讀更多，過程中漸漸喜歡了詩詞，更創作文章和詩詞。我對藏頭詩尤其喜愛，此書便有一千首藏頭詩。

書名也是一首詩：《現代香港詩之「詩詞能啟思遠道，相邀共看想正途」》。

去年聖誕節，我忙碌籌備出版第一本詩集《現代香港詩之「人間清歡品詩香，月照浮生弄清涼」》，同時又想出版一本萬年曆，讀者每天閱讀一首正向詩，由三百六十六首詩引導正向生活。聖誕假期我寫了一千首，它們全部是兩句五言詩，每一首詩都是我的心血，不捨得切割。由於萬年曆只採用三百六十六首詩，其餘六百三十四首詩會被刪除，我深思熟慮後改變初衷，改為出版第二本詩集。

我喜歡寫藏頭詩，此書有一千個情緒和品格詞語，它們藏在詩詞直行第一個字。五言詩詞是有正向意念，我主觀地將每一首詩配了一張相片，詩和相究竟能否完美配合？每人藝術觀點與角度不同，想像力空間也不同，讓讀者自我思考觀察吧！

約廿年前我曾被診斷患有嚴重抑鬱和強迫症，生活的挫敗是透過正向生活而痊癒。現代人生活受壓，意志力被削磨，遇到挫折時會逃避，也想脫離痛苦，忘記要找出生命意義。我希望透過詩詞和相片能夠鼓勵讀者，從而培養強大生命力，勿在錯誤或缺點上自怨自艾，要找出自己的長處和自己的生命意義，改變思維，強化正向力量，正如書名的意思「從閱讀詩詞和看精美相片，能開啟思維，步向遠大光明正向道路」。

# 關於作者

我是曾玉美，大除夕出世。大除夕是一年終結，也是一年之始，很有意思。所以我的英文名字 May，也取自「尾」的諧音，我相信一年「最尾」亦是最美的一天。我喜愛烹飪創作，寫食評。對美食的熱愛，也推動我參加不同機構舉辦的全港公開烹飪比賽（我在公開組得過兩次亞軍）。此外，我曾受邀撰寫食評文章。除了烹飪，我也喜歡藝術、歌曲、旅遊、運動、研讀中國文化，點綴生活。

自小生於貧窮家庭的我，直到十八歲為止也住在獅子山下的木屋徙置區。獅子山下的童年生活貧困，我們一家人雖然有淚，但亦有喜，我跟爸媽姊弟們同舟共濟，同時寄望「知識可以改變命運」。

我中學就讀慈雲山保良局第一中學，課餘組織了「Electron 群力創」，負責策劃多項課外活動，例如參與社區義工。雖然課外活動非常精彩，但學業成績很差，初中就留過兩次班，這曾令我意志消沉。但我後來意識到，人生路長漫漫，不可以白白蹉跎，就浪子回頭。藉此感謝母校保良局第一中的培育。

中學畢業後，我升讀柏立基教育學院（即教育大學前身），投身教育後仍努力進修，在英國獲頒教育學士；同時我繼續進修，取得美國頒授的國際化妝師文憑。

因為我的學術背景，過去任職三所中學期間，我就分別任教中史和家政科，我亦有服務於香港教師中心委員會，也擔任香港家政學會幹事。在這教育界的經歷，令我獲益良多。漫長的教育歷程中，沙田崇真中學佔了大多數時間，有卅五年之久。我在沙崇生活精彩而豐盛，是前校長葉秀華太平紳士所成全的，她恩深義厚，我一直銘記在心。

私人生活方面，我婚後育有三子女，其後回復單身。我於 2013 年患上癌病，經治療後完全康復。貧困的家庭背景、婚姻的磨練、老朋友去世、交通意外的傷患，還有多年的眼、耳鼻喉和腳患等，雖然聽來是沉重的片段，但亦是可貴的人生經歷，這些構成了我珍而重之的「生命字典」。起落幾番，特別感恩有主同行，恩寵吾命。例如我接受癌病手術後休養期間，竟獲得公開烹飪比賽教師組亞軍，真是奇異恩典！在此亦多謝阿翁與我合組參賽。經過起起伏伏，年屆六十，我終於發掘到自己對寫作的濃厚興趣，希望分享給別人，勉勵大家勿因年齡自設限制，而放棄自己夢想。希望讀者喜歡此書。

最後，我很想讀者給我指正賜教，也希望能夠與讀者互動，可以電郵聯絡本人（[ymtsangmay@yahoo.com.hk](mailto:ymtsangmay@yahoo.com.hk)）。

# 目錄

序 | 二

關於作者 | 四

① 書名 | 八

② 千個正向行為、品格和情緒詞彙 | 一〇

③ 千首正向詩和相 | 一五

④ 鳴謝 | 二四八



現代香港詩之  
 詩詞能啟思遠道  
 相邀共看想正途

現代香港詩

之

詩詞能啟思遠道

相邀共看想正途

書名

詩思  
 相想

【註】 此詩藏於上面詩詞中，刪除了第二、三、四、六、七字組合。可直讀或橫讀。

思遠道  
 想正途

【註】 此詩藏於上面詩詞中，刪除了第一、二、三、四字組合。

詩思遠道  
 相想正途

【註】 此詩藏於上面詩詞中，刪除了第二、三、四字組合。「相」讀音「想」。

詩詞思遠道  
 相邀想正途

【註】 此詩藏於上面詩詞中，刪除了第三、四字組合。「相」讀音「雙」。

詞能思遠道  
 邀共想正途

【註】 此詩藏於上面詩詞中，刪除了第一、四字組合。

詩能思遠道  
 相共想正途

【註】 此詩藏於上面詩詞中，刪除了第二、四字組合。「相」讀音「雙」。

詩能思遠  
 相共想正

【註】 此詩藏於上面詩詞中，刪除了第二、四、七字組合。「相」讀音「雙」。

能思遠道  
 共想正途

【註】 此詩藏於上面詩詞中，刪除了第一、二、四字組合。

九

自在，自得，自由，自信，自豪，自悟，自覺，自主，自治，自律，  
自發，自學，自愛，自修，自制，自醒，自滿，自娛，自動，自助，  
自行，自家，自立，自新，自處，自若，自勉，自勵，自視，自守，  
自謙，自感，自好，自我，自知，自備，自尊，自理，平心，平和，  
平凡，平正，平安，平淡，平常，平實，平穩，平靜，冷靜，舒坦，  
舒適，舒展，舒服，舒暢，舒緩，隨心，隨行，隨和，隨風，隨順，  
隨意，隨緣，怡人，怡心，怡然，怡情，放下，放手，放心，放空，  
放開，放晴，放慢，放緩，放膽，放鬆，安心，安全，安好，安定，  
安份，安寧，安詳，安樂，安撫，安慰，安靜，安穩，寧靜，靜氣，  
溫文，溫和，溫純，溫婉，溫暖，溫馨，悠閒，悠然，悠揚，鎮定，  
鎮靜，愉快，愉悅，滿分，滿心，滿足，滿盈，滿貫，滿意，滿溢，  
滿載，滿福，開心，開明，開玩，開悟，開放，開通，開朗，開懷，  
快活，快意，快樂，快慰，快捷，幸好，幸得，幸甚，幸喜，幸會，  
幸運，幸福，喜色，喜悅，喜氣，喜訊，喜事，喜樂，喜愛，喜歡，  
喜慶，樂天，樂曲，樂音，樂透，樂善，樂意，樂道，樂業，樂趣，  
樂群，樂觀，爽快，爽朗，輕快，輕鬆，輕巧，輕柔，痛快，興建，  
興趣，興盛，興學，興隆，興奮，高興，歡心，歡呼，歡笑，歡迎，  
歡娛，歡唱，歡悅，歡愉，歡喜，歡樂，歡顏，歡聲，歡暢，歡聚，  
歡慶，歡騰，可行，可信，可取，可貴，可喜，可敬，可嘉，可佩，  
可愛，可靠，希望，渴望，盼望，願望，前望，喜望，美人，美言，  
美名，美好，美妙，美味，美育，美景，美姿，美意，美善，美感，  
美滿，美聲，美德，美麗，美觀，美夢，美艷，美譽，美饌，好心，  
信心，孝心，順心，敬心，愛心，齊心，興心，關心，英才，英烈，  
英姿，英偉，英傑，英豪，英俊，英勇，英明，英雄，同行，同伴，  
同盟，同仁，同等，同慶，同德，同路，同喜，同聲，同義，同道，

# 千個正向行為、

# 品格和情緒詞彙





同理，同情，尊心，尊重，尊師，尊崇，尊榮，尊注，尊貴，尊敬，尊嚴，仁心，仁安，仁政，仁厚，仁孝，仁道，仁愛，仁義，仁賢，仁慈，仁德，聰明，聰敏，聰穎，聰慧，勇士，勇氣，勇敢，勇武，勇悍，勇猛，欣喜，欣然，欣羨，欣賞，欣慰，忠言，忠良，忠烈，忠勇，忠孝，忠貞，忠賢，忠誠，忠實，忠厚，溫文，溫和，溫柔，溫順，溫純，溫暖，溫馨，強力，強大，強壯，強項，活力，活水，活泉，活著，活潑，活躍，才子，才氣，才華，才幹，才智，才學，才藝，才識，慈心，慈祥，慈和，慈安，慈善，慈愛，慈悲，成器，成才，成仁，成果，成真，成事，成長，成功，機靈，機會，機遇，機警，機智，機敏，才力，效力，能力，強力，韌力，潛力，勤力，動力，友好，友善，友情，友愛，順人，順心，順民，順利，順景，順治，順意，順暢，獨有，獨特，獨創，獨秀，堅定，堅忍，堅決，堅固，堅貞，堅守，堅強，堅持，堅毅，堅信，能力，能手，能耐，能幹，無敵，無私，無悔，無畏，無憂，無慮，無愧，無憾，無懼，體諒，體恤，體貼，友愛，博愛，親愛，摯愛，關愛，寵愛，智力，智能，智取，智謀，智育，智慧，智勇，感恩，感動，感悟，感激，感謝，感歎，鼓舞，鼓勵，鼓樂，鼓掌，勝利，勝仗，勝景，勝任，熱心，熱烈，熱忱，熱情，熱愛，熱誠，憐心，憐恤，憐惜，憐愛，憐憫，信任，信義，信仰，信用，信念，信譽，信服，真心，真正，真理，真愛，真誠，真情，真摯，真言，真相，真話，真實，積善，積德，積極，積滿，積福，健康，健壯，健談，健朗，讚美，讚揚，讚賞，讚譽，讚佩，忍耐，忍讓，關懷，關照，容忍，容易，容情，互助，互信，互補，互惠，互利，互諒，互讓，正義，正直，正心，正路，正道，正念，正業，正確，寬恕，寬容，寬宏，寬厚，寬大，寬免，寬和，敬佩，敬重，敬拜，敬意，敬老，敬愛，敬仰，敬禮，

公平，公正，公益，公道，公義，公理，謙和，謙虛，謙卑，謙遜，謙恭，謙讓，守護，守望，守法，守信，守則，守時，守業，守節，守密，和平，和諧，和藹，和解，和睦，和樂，和善，和合，和氣，和順，和談，幽默，幽靜，幽雅，幽香，幽美，幽居，專心，專一，專注，專誠，節省，節儉，節約，謹守，謹慎，謹記，謹嚴，謹防，整齊，整潔，知足，知道，知心，知音，知己，知趣，認知，認真，認罪，認錯，果斷，果決，剛毅，剛強，剛直，剛正，剛勁，親切，親和，親善，親情，創作，創造，創建，明白，明智，明道，明德，明慧，明理，明辨，明察，明賢，明仁，明志，樸素，樸實，勤奮，勤勞，勤儉，勤勉，勤快，勤練，勤懇，敏銳，敏捷，敏慧，盡力，盡心，盡情，盡責，盡職，盡忠，盡義，合作，合群，合理，合力，合法，合宜，合建，合情，進步，進取，進修，耐心，耐性，耐力，耐勞，禮貌，禮讓，禮節，禮教，禮義，靈活，靈敏，靈巧，靈機，朝氣，朝陽，分享，分憂，分擔，承諾，承擔，承受，助人，助益，助學，勞力，勞動，勞心，勞苦，接受，接納，慎言，慎重，慎思，保護，保重，保健，保守，保養，膽量，膽識，效率，效益，效忠，效力，得勝，得救，得益，得宜，得力，值得，奉獻，彈性，饒恕，準確，迅速，周全，付出，負責，環保，捨己，主動，仔細，犧牲，溝通，原諒，原創，原著，原則，原罪，辨識，辨明，辨析，辨證，常識，常規，常綠，常言，年輕，年青，年華，光明，光芒，光榮，光澤，光輝，光譜，光亮，光彩，光景，光鮮，光耀，精心，精彩，精神，精緻，精靈，精美，精英，精確，精準，精通，本質，本能，本心，本事，本領，初心，崇正，崇高，崇敬，崇尚，崇德，崇拜，和平，和藹，和諧，和解，和好，和睦，和合，和樂，和談，和善，和順，和悅，平安，平常，平衡，平靜，平凡，平定，直言，直達，

直率，純樸，純潔，純淨，純真，純正，純白，純美，純良，純品，  
頑強，頑抗，立志，立功，立身，立德，立正，立誓，立言，卓越，  
卓見，卓立，悅目，悅心，賢淑，賢良，賢明，賢慧，賢達，賢才，  
婉言，婉謝，新生，新建，新年，新穎，尚佳，尚志，尚賢，尚真，  
誠信，誠懇，誠意，誠心，誠實，誠品，誠摯，誠敬，昌盛，昌隆，  
昌平，志向，志堅，志氣，志願，志業，志趣，志誠，志學，志書，  
玉泉，玉露，強勁，強大，強壯，強硬，強烈，強勢，強悍，強項，  
泰斗，泰安，泰然，思考，思念，思維，思索，思想，思量，思親，  
思源，思辨，思慕，思過，利豐，利益，利源，嘉義，嘉許，嘉勉，  
嘉獎，嘉祐，達成，達標，達觀，達意，率直，率先，率領，率真，  
融合，融化，融洽，融入，融和，融解，融匯，祥和，祥光，祥瑞，  
雅樂，雅琪，雅士，雅言，雅興，雅正，雅量，雅觀，朗廷，朗豪，  
潔白，潔淨，行善，行禮，行樂，恆心，恆久，恆溫，恆常，太平，  
太初，太興，隆德，隆盛，隆昌，麗質，麗澤，麗影，笑聲，笑容，  
笑臉，多謝，多元，特別，特色，特質，特快，清澈，清潔，清楚，  
清爽，清理，清純，清新，清除，清醒，清淡，清涼，清白，清廉，  
清香，加油，加速，加強，加快，減壓，減緩，減省，生活，生命，  
生日，生產，生存，生長，生動，生機，浪漫，習慣，聖潔，聖人，  
聖賢，聖典，聖明，聖蹟，聖哲，中心，中間，中正，中意，中立，  
中視，中和，白日，白天，白玉，記得，記憶，記念，記掛，念舊，  
念力，念書，學習，學術，學業，學問，學識，學成，學養，學行，  
抗壓，抗災，抗擊，抗敵，抗戰，抗病，患難，省錢，省思，省略，  
省事，省力，省掉，爭取，爭氣，爭光，爭妍，爭勝，豪傑，豪華，  
豪情，豪爽，豪俠，護理，護航，護法，護身，護養，毅力，毅進，  
文化，文學，文藝，文明，文教，福氣，福澤，福音，福利，福蔭

三

千首正句  
詩和相





自省己身道  
在心已有思



自強堅毅勝  
得見金蓮台



自此方知勤  
由來髮已白



自笑滄桑客  
豪慨滿山關



自愧荒廢業  
悟得月歲爭

自處寒幽處  
覺有同伴踪



自憐杳何處  
主愛在人間



自悲性平庸  
治之勤奮行



自嗟狂不羈  
律管須靜道



自嘆月華逝  
學海盡無涯



自念綠環保  
愛惜地球生



自知無強處  
修身志先行



自喜正向思  
信心朝日尋



自惜花雪月  
發枝幾艷陽



自言幽默路  
娛己又樂人



自缺專注心  
制勝除煩音



自登浪濤石  
醒我跨黃山



自改故惡習  
滿笑向前行



自悟書用少  
動即勤習多



自應除霜貧  
助弱竹成林



自識劣美善  
行樂識陽陰



自君忠孝存  
家享樂團圓



自是敦教賢  
立鶴鳴人前



自移浪狂妄  
新生照輝陽



自開艱苦路  
處處聞花香



自尋生命路  
若得寶山歸



自欠恆定心  
勉勵思堅毅



自約科網樂  
勵精勤作業



自觀歷代君  
視古為鑑今



自從善如流  
守道榮耀全



自恨虛假放  
謙遜勿輕忘



自臨幸福泉  
感恩千丈峰



自築群團路  
知音共里行



自與罪分割  
我獨不為惡



自有正向思  
好景終常伴



自看風霜降  
理真見仁義

自受庭中訓  
尊師恆有道



自蹈江山路  
備缺增潤之



平生施福澤  
心善向羣生



平路思危端  
和風暖花徑



平生毋作亂  
凡事不違心



平入綠草茵  
安享彩霞陳



平生不沾墨  
常懷純潔真



平生抱不平  
實是笑相迎



平日專注學  
穩步上金閣



平湖無風雨  
靜看天山雲



平湖尋幽谷  
正思向艷陽



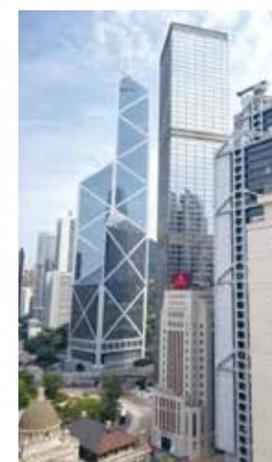
平池風日麗  
淡泊名利山



舒卷雲隨處  
適意天外行



冷眼看塵囂  
靜立不同流



舒華麗偉業  
展盡爾刻勤



舒揭千萬頁  
服拜樂書尋



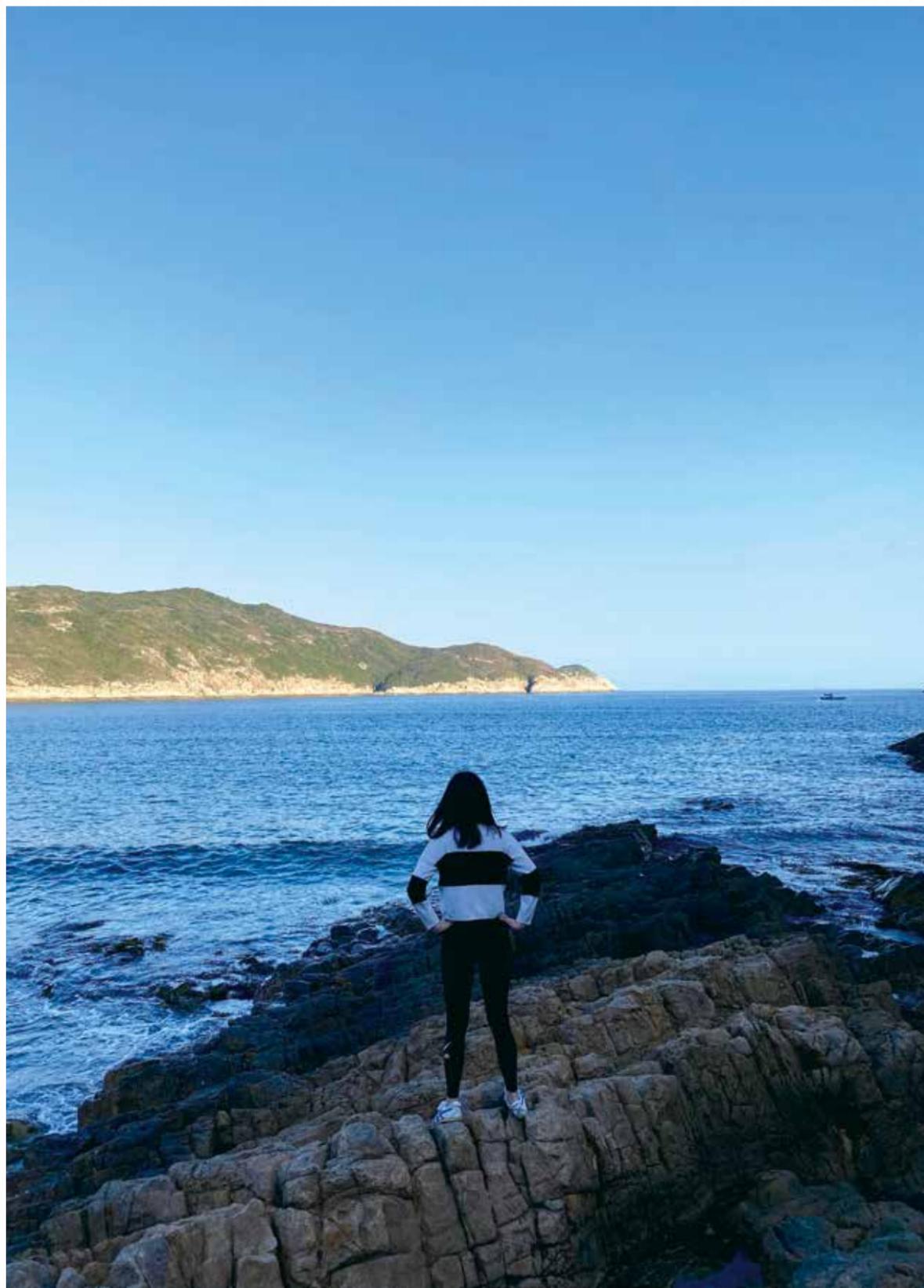
舒說兒時夢  
暢飲笑還春



舒移錯漏習  
緩蹈青雲路



隨劍渡暗礁  
行道上凌霄

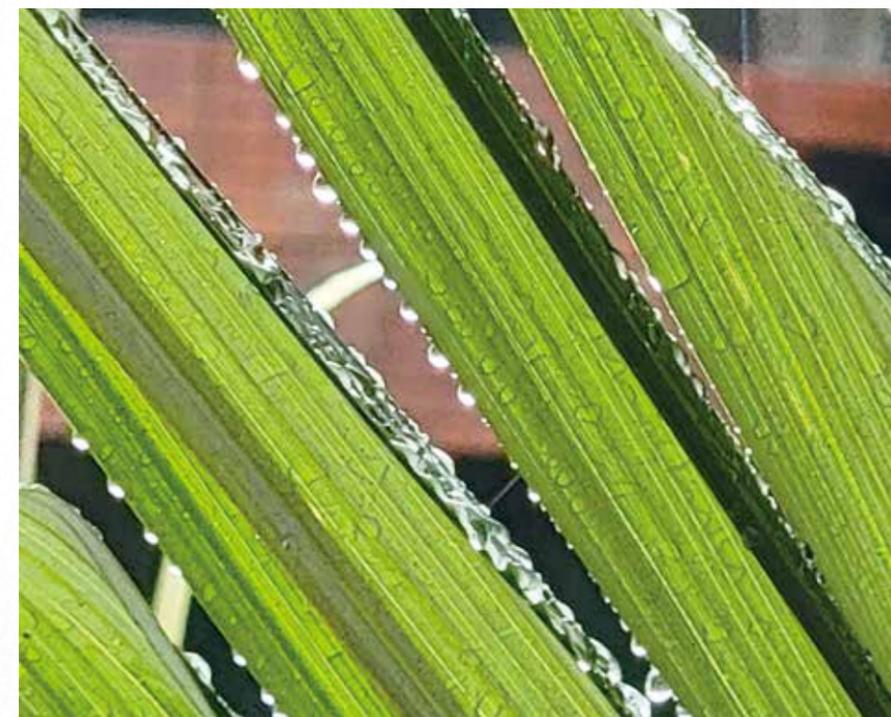


舒幹無造作  
坦率性自然



隨馬闖刀山  
心堅定勝還

隨雨洗千傷  
意淨去萬愁

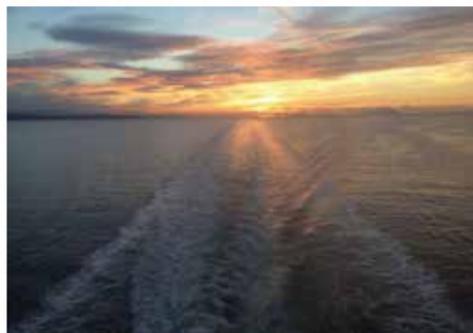




隨處溢花香  
和風入瑤池



隨伴意相通  
風雨兩並肩



隨陽金光顧  
順逆流相迎



隨月出星河  
緣雲泛碧波



怡少立志高  
人定勝天關



怡愉平湖月  
心清不染塵



怡神困惑曩  
然猶聰智長



怡悅皓月伴  
情深映星河



放善濟貧寒  
手扶得困安



放舟斷腸愁  
心廣解無憂



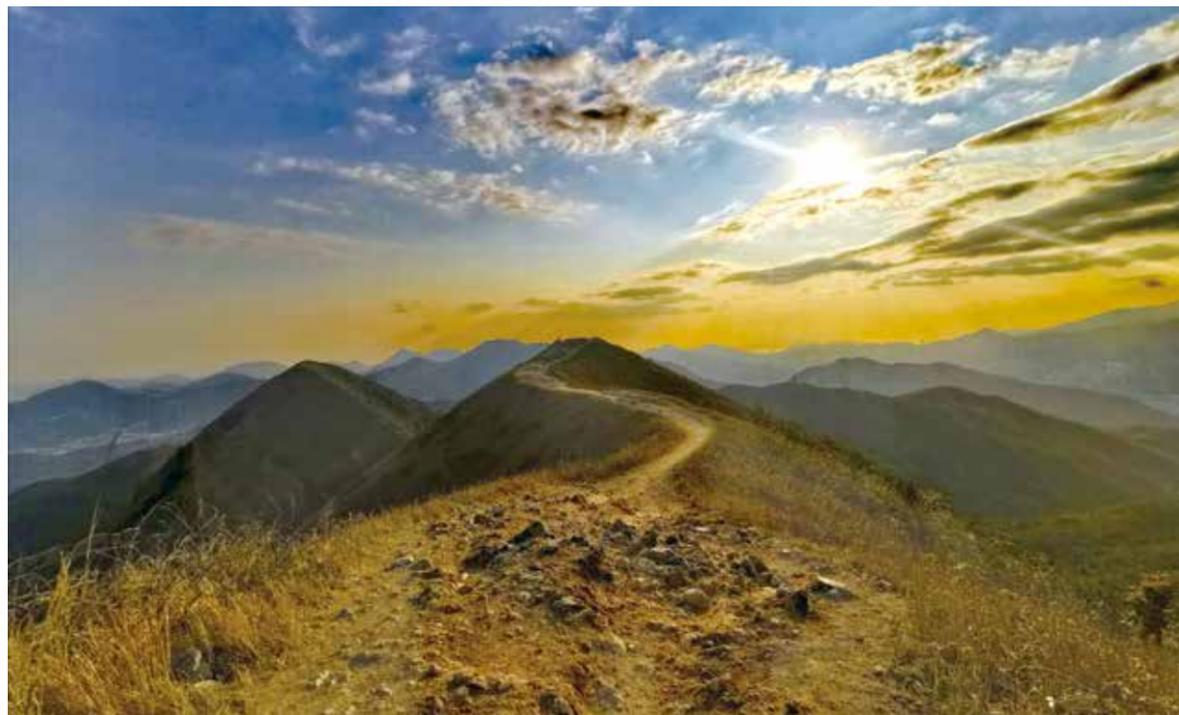
放笑錯失鹿  
開路再踏踪



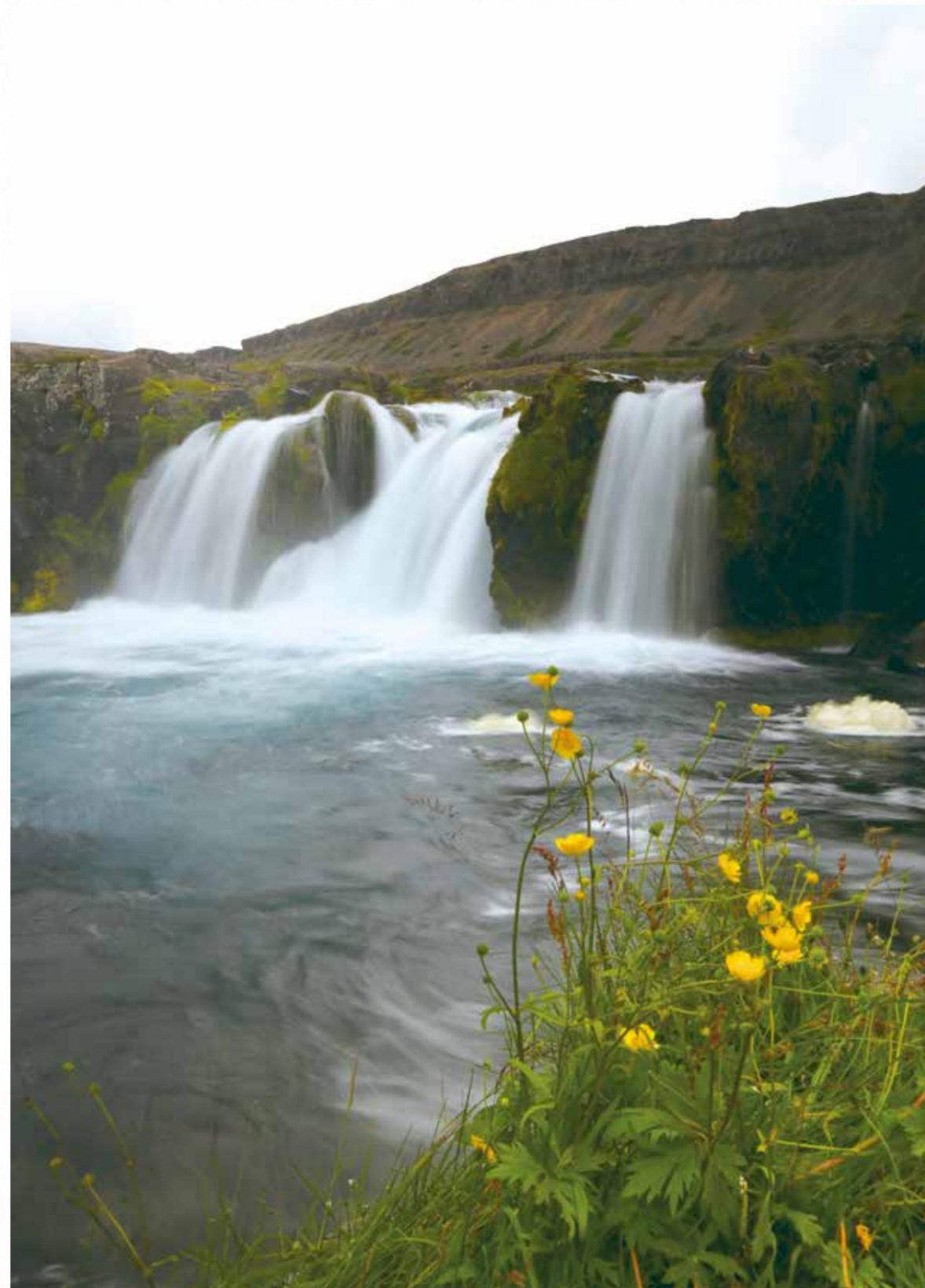
放暢自可樂  
慢步人生道



放眼百里望  
下有千連山



放袂金玉行  
空中彩霞繞



放執任平生  
鬆閒不強聲

# 現代香港詩之

詩詞能啟思遠道  
相邀共看想正途

## 作者

作者聯絡電郵  
作者聯絡 wechat ID

曾玉美

ymtsangmay@yahoo.com.hk  
ymtsangmay

## 編輯

## 插圖及封面設計

聯絡電郵

## 設計

Margaret Miao

許慧琳

huiwai408@gmail.com

VN Chan

## 出版

地址  
出版計劃查詢電話

電郵

網址

紅出版（青森文化）

香港灣仔道 133 號卓凌中心 11 樓  
(852) 2540 7517

editor@red-publish.com

<http://www.red-publish.com>

## 香港總經銷

聯合新零售（香港）有限公司

出版日期

圖書分類

ISBN

定價

2021 年 12 月

中國文學 / 詩集

978-988-8743-58-2

港幣 200 元正

筆者曾玉美，是一位退休教師和化妝師，喜愛烹飪創作，寫食評文章。此外也喜歡藝術、歌曲、旅遊、運動、研讀中國文化等，點綴生活。筆者曾患有癌症、精神疾患、交通傷患、身體痛症等等，亦經歷婚姻的磨練，這些都構成了珍而重之的「生命字典」。年屆六十，筆者終於發掘到自己對寫作的濃厚興趣，希望分享給別人，勉勵大家勿因年齡自設限制，而放棄自己的夢想。

筆者對藏頭詩尤其喜愛，此書包含了一千個關於正向意念情緒和品格的詞語，它們藏在五言詩詞直行的第一個字。閱讀培養強大的生命力，希冀讀者找出自己的長處和生命意義，強化正向力量，正如書名所言：「閱讀詩詞和看精美相片，能開啟思維，步向遠大光明的正向道路」。

ISBN 978-988-8743-58-2



9 789888 743582



專業出版 國際銷售

紅出版文化平台  
加入我們：[www.red-publish.com](http://www.red-publish.com)

ModvE.

上架建議：中國文學/ 詩集  
定價：港幣200元正