

編號 4 號

【行出第一步】劉懿玲原作

人生有當多个「第一擺」，比論講還細時節第一擺騎自行車、第一擺蹶大山，出社會過後第一擺尋頭路、面試。第一擺總係分人印象深刻，因為「萬事起頭難」，愛行出第一步無恁該，需要當大个勇氣摺決心。

佢印象最深个第一擺係參加演講比賽。在參加比賽前佢斯在網路肚看過別人比賽个影片，看著佢兜仰會恁慶，在臺頂講到口涎波潑完全毋會緊張，乜問自家：「佢敢做得到？」老古人講：「敢去就一擔樵，毋敢去斯屋下愁。」該兩時佢單淨一隻「毋怕，挑戰看啊」个想法，就慇慇四報名落去。

準備比賽个過程，心情就像洗三溫暖樣，表現好斯歡喜靈天，表現差該下又額結結仔當慍悴。正開始練習个時節，單淨企在臺頂講兩句話就緊張到激激顫，成時還講到迪迪凸凸、結舌締確。有一擺練習，佢在臺頂講無一分鐘，續下來愛講麼个嘎全部毋記得淨淨，就恁樣在臺頂「罰企」到鈴仔響正下臺。下臺个時節佢敗勢到面紅濟炸，見笑到尋無空好園，實在還慘哦！

人講「人愛人打落，火愛人燒著」，經過這擺失敗个經驗，

佢摺自家講，定著愛較增志兜，做毋得過發生共樣个情況。想起指導佢个先生識講過：「準備个過程若係逐步行來實實疊疊，自然上臺就毋會緊張。」所以佢開始調整自家準備个方法，多看新聞摺文章、多聽別人个經驗摺見解、多寫演講稿、多練習企在臺頂講話，還過練習過後有問題斯多問、多請教。就恁樣一步一腳跡，漸漸仔試著自家个表現有兜仔進步，上臺毋會過恁緊張咧。

總算，到了上臺比賽這最關鍵个一步，俗話講：「臺上三分鐘，臺下十年功。」雖然佢無花到十年个時間，毋過因為有平常个煞猛練習做基礎，分佢在臺頂講來順順序序、自信恹恹。

在講煞下臺行禮該一瞞目之間，佢腦膈肚想起一幕幕對開始準備到這下一路練習个畫面。過程中有辛苦、懊惱，乜有快樂、歡喜，不管比賽个結果仰般，好得該兩時決定行出第一步來報名參加比賽，這擺寶貴个經驗定著會變成佢未來生活个養分！

編號 4 號

【行出第一步】劉懿玲原作

人生有當多个「第一擺」，比將講還細時節第一擺騎自行車、第一擺蹶大山，出社會過後第一擺尋頭路、面試。第一擺總係分人印象當深，因爭「萬事起頭難」，愛行出第一步無恁該，需要當大个勇氣同決心。

佢印象盡深个第一擺，係參加演講比賽。在參加比賽前佢就在網路頂看過別人比賽个影片，想講人家仰恁慶，在臺頂講到口涎波潑完全毋會緊張？乜問自家：「佢敢做得著？」老古人講「敢去就一擔樵，毋敢去就屋下愁」，該央時佢單淨一個「毋怕，挑戰看啊」个想法，就慇慇四个報名落去。

準備比賽个過程，心情就像洗三溫暖樣仔，表現好就歡喜靈天，表現差該下嘎又額結結仔當慍悴。正開始練習个時節，單淨企在臺頂講兩句話就緊張到激激顫¹，成時還講到迪迪凸凸、結舌締確。有一擺練習，佢在臺頂講無一分鐘，續下來愛講麼个全部毋記得淨淨，就恁樣在臺頂「罰企」到鈴仔響正下臺。下臺个時節佢敗勢到面紅濟炸，見笑到尋無空好園，實在有罅慘啊！

人講「人愛人打落，火愛人燒著」，經過這擺失敗个經驗，佢同自家講定著愛較增志兜仔，做毋得過發生共樣个情況。想起指導佢个先生識講過：「準備个過程若係每一步行來實實疊疊，自然上臺就毋會緊張。」故所佢開始調整自家準備个方法，多看新聞同文章、多聽別人个經驗摻見解、多寫演講稿仔、多練習企在臺頂講話，還過練習過後有問題就多問、多請教。就恁樣一步一腳跡，漸漸仔試著自家个表現有息把仔進步，上臺毋會過恁緊張也。

總算，到咧上臺比賽這最關鍵个一步，俗話講：「臺上三分鐘，臺下十年功。」雖然佢無花到十年个時間，毋過因爭有平常个煞猛練習做基礎，分佢在臺頂講來順順序序、自信淦淦。

在講煞下臺行禮該一瞞目，吾腦膈肚想起一幕幕自開始準備到這下一路項練習个畫面。過程中有辛苦、懊惱，也有快樂、歡喜，不管比賽个結果仰般，好在該央時決定行出第一步來報名參加比賽，這擺寶貴个經驗定著會變做佢未來生活个養分！

¹ 激激顫：音 gid gid zun'；發抖。