

在這三日兩夜的旅程中，我學到了很多非物質的文化遺產，又可以體會這些非物質文化遺產的寶貴，真是我的榮幸，而在只幾天內，讓我明白了很多事情是不可以用金錢買到的，另一方面，我更明白到山區有需要的人希望得到我們的幫助。

第一天我懷著興奮的心情與老師和同學從學校出發到關口過關，然後乘三四個小時車後，就到吃午餐的餐廳，這裡的午餐雖然有八菜一湯，但主要的是菜。導遊王老師教我們要好好珍惜這些食物，因為這些食物對他們很重要。吃完了午餐，我們在乘坐兩小時車，達到了（香坪中心學校），便參觀課室和宿舍，他們的宿舍非常殘舊，不比香港的宿舍那麼美。最後，我們先擺放行李，然後就去吃晚飯了。

到了第二天，我們再次去（香坪中心學校）進行小老師計劃，我們（香港）的學生就教他們跳繩、做毛巾蛋糕等。他們很聰明，一學就會了，小伙伴们都很積極參加，不像我們的學校的男同學般，拖拖拉拉的，像個拖拉機一樣。他們教我們玩遊戲時，我們大部份人都很投入參與。小老師計劃結束了，老師便叫我們去洗手間，我們走到洗手間外，已經聞到了像臭豆腐一樣的臭味，沒有人在這裡清潔，這裡的洗手間不比香港的那麼美，那麼乾淨。他們身穿的衣服



像我家擦地布一樣，我知道他們需要我們的幫助。接著，我們去兩家農戶的家，其中有一家，知道我們去他的家，特意宰了一隻雞給我們吃，我在他的家幫忙摘菜給雞吃，還有燒柴和做豆腐包菜。接著，又到另外一戶農戶的家探訪，戶主姓房叫海鋒，他對我們很熱情，還請我們吃番薯呢！不像香港人，跟跟計較。最後我們先去超市買手信，然後去吃晚飯了。

到了最後一天，也是我們學到最多的一天，我們學到了很多非物質的文化遺產，有：唱瑤族民歌、刺繡，還有跳長鼓舞。這裡（南崗中心學校）的大哥哥姐姐們都很用心的教我們，最後我們交換了通信地址。

這幾天過得很快，我都很捨不得離開，在這裡我體會了很多人生意義，如：「多種的多收，少種的少收」的道理，和把各人視為兄弟姐妹看待。我在此希望我們可以像他們一樣和平共處，更希望我們每個人都可以幫助他們。

