

回憶是記憶的回想，印證了人生起伏、成敗得失的經歷，是生活中不可缺少的一部分。

回憶記錄了成長的印記，見證了歲月的足跡。每當我們回想起青蔥歲月的那段日子時，再與今天的我們相比，就會發現自己有許許多多的改變。著名佈道家力克於一次佈道會提到：「回憶在我成長的發展過程中起了不少正面的作用，因它往往喚醒了我過去的經歷，造就了今天不平凡的我。」

回憶能重新肯定自己的價值，以及提醒我們對生活追求的意義。於本土電影《少林足球》中，一班前度少林足球隊成員各散東西，為了生活糊口和工作奔馳，每天都日以繼夜、反反覆覆地做同樣的事情，過着一些機械性、硬邦邦與枯燥乏味的生活，弄得自己終日疲憊不堪、心力交瘁。直到某一天，當他們回憶昔日贏盡歡呼和喝采聲、集萬千寵愛在一身、大紅大紫的自己時，這驅使他們從回憶中好好反省自己的價值和人生意義，成為了他們推動自己勇往直前的動力，重燃心中的那團火，因而改變人生，展開生命的新一頁。

回憶是人類的感情寄託，維繫着你我的生活情感。我們把所愛的人和事永遠保留在思憶裏，儘管物換星移、春去秋來，每當回憶起這一切時，烙有心底裏的記憶總會變得歷久常新，昔日的那份情亦隨之而存留在腦海中。於早前鬧得熱哄哄、一時成為社會熱話的皇后碼頭清拆事件中，許許多多的香港人均以「集體回憶」為理由，強烈反對清拆碼頭。他們之所以對它珍而重之，皆因那標誌着香港光輝歲月 and 發展史的遺跡令香港人留下了一段段刻骨銘心的珍貴回憶。由此可見，回憶是何等重要！

可是，有些人不住地沉溺在回憶裏，因而力圖逃避現實，又或被回憶的野獸死命攫着。就以去年一場撕裂人心、悲天憫人的四川大地震為例，時至今日，不少災民依然不斷回憶起過去傷痛的經歷，久久仍未能釋懷，令他們終日活在黑暗的世界，人生亦因此而變得更支離破碎，這些回憶更成為他們一生的負累。這是多麼可悲的事！所以，過份沉溺於回憶中，只會為人們的生活帶來壞影響。

歲月不饒人，每每回望過去時，回憶的抽屜總會被拉開，昔日的經歷和體會再次在腦海中上演，發覺唯有把握今天，才能掌握明天。人總要對前路抱持希望，儘管擁有如鑽石般璀璨亮麗的回憶，又或擁有再多如頹垣敗瓦般不堪入目，令人一蹶不振，把我們推向深谷的回憶，這都沒有關係了，因為往事已塵埃落定，沒有人能扭轉和改變過去的事，對有太多的緬懷回憶也是徒然，不是嗎？

無論怎樣，回憶是生活中不可缺少的一部分，適可而止的回憶為人的一生帶來莫大裨益。但願在我們回憶過去的時分，亦不忘努力在這變幻無常、陰晴不定的人生旅途上締造更多充盈的美麗回憶，建設一個春光明媚、前程錦繡的將來。