

周記、日記

(一) 作用

我們很多人都希望把自己生活裏一些比較有意義、比較值得記憶的片段記錄下來，包括生活裏的所見所聞、所思所想；以一天為單位來記述的，就是日記；以一周為單位來記述的，就是周記。

(二) 應用範圍

中國古代的日記是以記事為主的，但是現在不論是日記還是周記，在記錄生活片段的同時，也可以用來抒情、說理和議論。一些日常生活裏比較有意思、比較特殊的事情固然值得記錄下來，但是在沒有特別事情發生的時候，自己某一天或某一周的喜、怒、哀、樂，對某些事物的看法或議論，對某一些事情的說明描述，也同樣可以成為日記或周記的內容；它們所牽涉的範圍，可以說是相當廣泛的。

在一般情況下，日記和周記都屬於比較私人的東西，通常不會對外公開，除了自己之外，不會有其他讀者。不過，如果我們參與一些時間比較長、性質比較特殊的活動，也可以把過程當中一些經歷、觀察和體會寫下來，形成類似報告、但以日或者以周為單位的記錄。比如參加了一次到外地交流訪問的活動，可以寫成活動日記或周記；參加了一次地理勘察活動，可以寫成勘察日記或周記等等。這一類文字記錄，私人色彩比較淡薄，因此可以向外公開。

(三) 寫作注意事項

日記和周記的寫作相對於其他應用文體來說，是比較簡單的。內容結構一般只包括日期和正文兩個部分。

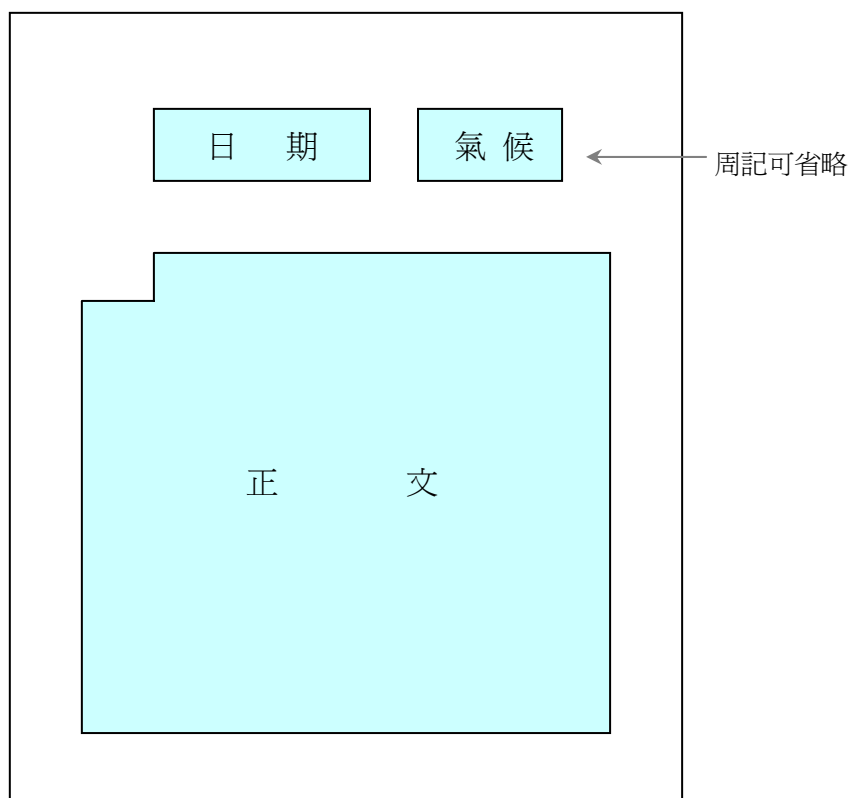
日期通常寫在第一行，有時候會同時概括描述一下當天的氣候，如「晴」、「雨」、「陰」等；周記則只要寫日期，氣候在一周裏可能變化無端，所以可以省略。

正文所寫的，就是一天或一周裏面想要記錄下的生活片段或感想、議論。這一部分內容通常不受甚麼限制，作者想寫甚麼就可以寫甚麼。既可以三言兩

語，也可以長篇大論。如果碰上一天裏面沒有甚麼可記的，也完全可以簡單寫上「今天無事可記」一類句子就完事。勉強找一些無關痛癢的事來寫，甚或為文造情，都是不必要的。

一般的日記以記錄個人的經歷感想為主，因此正文的寫作都用第一人稱。「我」可以作為貫串日記或者周記內容的中心，所有的事情都是「我」的經歷，所有的感想都是「我」的感想，所有的議論都是「我」的議論。誠然，一天或者一周裏面所思所感所經歷的事情可能很多，縱使以「我」為軸心，也還需要有條理地把這一切組織整理起來。一個比較容易的方法，就是按時間順序記錄，寫完一件再寫另一件；那麼不管是夾敘夾議或是因事興感，都能顯得比較有條理。不過，如果幾件事情之間是有聯繫的，那就可以在綜合記敘完幾件事情之後，才抒發感想或者提出議論，這樣可以使內文比較簡潔。而不論是用那一種方法，記事都要有選擇性，不能把所有發生過的事情巨細無遺一一記錄下來；一些每天/每周都做的事情，就可以省略，像刷牙洗臉、吃飯睡覺等活動都可以不記。當然，如果期間發生了一些比較特別的事，還是可以成為日記或者周記的內容的，比如一天刷牙的時候突然發覺自己有幾顆蛀齒、放學途中遇到一個好幾年沒見的舊鄰居、睡覺的時候做了一個很奇怪的夢等等。

(四) 空白格式範本



(五) 示例

例一：

二月十五日 星期一 晴

今天我做了一件很不應該做的事情。

不知道是不是放年假放昏了，我竟把假期功課全都留在家裏；借回家做讀書報告的書也忘記帶回學校還。何老師只不過說了我兩句，我也不知道自己幹甚麼，突然反駁了他幾句，因此引來一些同學起哄，把老師氣壞了。反駁的話一說出口，其實我馬上有點後悔，但是看見同學起哄，又覺得很好玩，沒想到會使老師那麼生氣。我本來想立刻向他道歉，在那麼多同學面前，又難以開口，現在應該怎麼辦？

例二：

三月九日 星期四 陰

昨天半夜開始發燒，早上還沒有退燒，自然不能上學。

上午媽媽請假陪我去看醫生，拿的還是那些難吃得要命的藥水。吃了只覺得很想睡覺，除此以外，似乎沒有別的功用。下午獨自在家睡了一大覺，起床餓得肚子咕咕響，幸好媽媽早準備了一鍋稀粥。

下午的電視節目很無聊。平日雖然經常盼望放假，但是一個人呆在家裏「養病」，其實悶得很，一點兒也不好玩。

例三：

6月12日 星期四 暴雨

還沒有進入雨季，卻已經下了好幾場暴雨。今年的雨水似乎特別多，是為人間的不幸而悲泣吧？

爸爸一病未了，一病又起。昨天開始背上「生蛇」，是很厲害的皮膚病。這兩天他的腳還有些腫。媽媽說以前鄉下的人流傳說，久病的人如果連日腳腫，大概也就時日無多了……

三番四次，他說唯一牽掛的是我能不能考上大學。這一年多以來，他在家和醫院之間進進出出，我因為忙於應付考試，不能經常看望他、陪伴他、服侍他，心裏已經難過得很；現在眼看他病情越來越嚴重，我不但不能紓解他的痛苦，還要讓他為我的前途而擔憂、而牽掛，我能不能羞愧傷痛嗎？如果我能夠很肯定在八月份給爸爸一個好消息，那麼，也許可以為病中的他帶來一點歡愉，可惜我沒有把握作出這樣的承諾！

他真的是時日無多嗎？一方面我很希望他起碼能夠熬到八月份，能夠親眼看著我進大學；但是另一方面，我又害怕考試的成績會令他失望，令他懷著遺憾離開人世。於是，我又希望八月份永遠不要到來……

窗外的雨淅淅瀝瀝下個不停，假如我的眼淚也能夠像夏季的雨那樣灑個痛快，那該多好！可惜家人都滿腹哀傷惆悵，我又怎能再在他們面前灑淚？尤其是在爸爸面前。

例四：

一月三十一日至二月六日

爸媽都回鄉過年，姐姐去了旅行，今年過年實在沒趣。他們不在家，沒有人來拜年，我當然也不會主動向人拜年，吃飯沒著落不用說，連「利是」也都沒著落。誰叫自己馬上就要考畢業試？這次真是三重損失。總之是慘！慘！慘！

例五：

4月10日至16日

這個禮拜的綜合科學課，林老師給每位同學派一株幼苗，要我們回家好好栽種，並把它的生長過程記錄和用圖畫描繪下來。這對於我來說，是天大的難事。我們家裏沒有一個人有種花的經驗；媽媽說應該每天澆水，哥哥說太多水會淹死它；姐姐說要多吸收陽光，媽媽又說曬得太厲害同樣會枯萎。我不知道應該聽誰的話，只好照自己的「懶人」做法，記得就澆澆水，記得就把它搬到窗台曬曬太陽。一周過去了，居然還有點成績，它開始長大了，還出現了一個小花蕾！原來種花並不太難，倒是記錄它的生長過程和繪畫它生長的樣子，實在不容易！

例六：

八月十四日至二十日

哥哥星期二從美國回來度假，不見了將近兩年，他瘦了，也黑了，媽媽很是心疼。

星期三晚上我們一家上街吃飯。沒想到一向挑食的哥哥，熬了兩年美國薯仔以後，竟變得毫不挑剔，甚麼菜都竟吃得津津有味。雖然有時候很羨慕哥哥可以到外國讀書，自由自在，但看見他現在這副食相，又覺得還是生活在香港好。

星期四、五我們都呆在家裏聊天、看照片和打機。

星期六中午我們去看了場電影，然後逛了一下午街。哥哥老是說東西便宜，買了一樣又一樣，我們都做了他的臨時苦力，回到家腳酸腿又疼。結果星期天那裏都不想去，全部留在家裏睡大覺。