



香港青年協會
the hongkong federation of youth groups



為青年 再向前
Contributing forward to young people

主辦機構及出品：香港青年協會
執行單位：荃灣及葵涌外展社會工作隊
活動統籌：鄧良順
花架製作：香港青年協會Image 21多媒體工作室
攝影：影像文化

音樂製作：伯樂製作及藝術發展有限公司 Baron Productions & Artiste Management
大碟監製：伍樂城 @ Baron Pro
歌曲監製：朱俊傑 @ Baron Pro
結他：黃家昌
錄音：馬英鳴、洪玉麗 @ Baron Studio
混音：梁展璋 @ Baron Studio
錄音室：Baron Studio
設計：Anguz Chan @ 伯樂音樂學院
宣傳：香港青年協會



全力支持



贊助

活動查詢及聯絡：
香港青年協會 荃灣及葵涌外展社會工作隊
Anna Ng
電話：2487 6151
電郵：osw-tk1@hkfyg.org.hk
anna.ng@hkfyg.org.hk



Just say no

作曲：姜麗 (James)
填詞：Kerri Lai
編曲：朱俊傑@Baron Pro
主唱：姜麗 (James)

歌曲大綱 / 表達訊息：

《Just say no》是創作者以過來人的角度寫的。忠言始終逆耳，如果歌曲直接說明毒品有害，年輕人未必容易被說服。
故此，歌曲的第一段以毒品給人的錯覺作開端，以減少年輕人對歌曲的抗拒感及引起其繼續聽下去的興趣。歌曲的中段講述吸食毒品的各種害處，加上易記的副歌，為求將“Just say no”的信息帶出。
歌曲的第二段則說明吸毒品對毒品在身體上和心理上的依賴性。
歌曲的尾聲是描述一位後悔與毒品接觸的人對別人所作出的最後勸告。創作者希望《Just say no》能令被毒品引誘的人學會Say no和令已接觸毒品的人及早回頭。



Photo by Benny Leung

據說它 若是入注於身體
人間無盡絕望 亦覺得安慰
有了它 人們毋用再自危
靠緊這依歸 未怕快樂流逝

為了它 就讓健康都枯萎
如家財亦用盡 亦在所不計
為了它 連靈魂被追消費
罪惡的魔鬼 令你變做奴隸

這對手 怎麼這麼顫抖 腦袋已不接收 再加上呆滯眼睜
張了口 結果有點作嘔 看到背影遠走 行前為何像退後
已足夠 毒癮就似詛咒 但卻沒法自救 就錯在信了損友
拖太久 再不要找借口 這天你知道否 這真相多麼荒謬

如開始一試 又試多一次
惡性循環如輪轉永沒停止

原本的天使 沒法可展翅
跌入地獄輪迴百世沒人知

Just say no! Just say no!
抗拒引誘 也要靠你這一步
Just say no! Just say no!

Just say no! Just say no!
抗拒引誘 也要靠你這一步
Just say no! Just say no!
看看鏡子 你會更快變蒼老
每個壞處 逐樣細數
藥物濫用 青春虛度
試過了後便迷途 別踏上歪路

Just say no! Just say no!
抗拒引誘 也要靠你這一步
Just say no! Just say no!
看看鏡子 你會更快變蒼老
每個壞處 逐樣細數
藥物濫用 青春虛度
試過了後便迷途 如回頭要趁早

Just say no! Just say no!
看看鏡子 你會更快變蒼老
每個壞處 逐樣細數
禍害太深 終於知道
試過了後便迷途 當初應該聽勸告 別踏上歪路
這對手 怎麼這麼顫抖 腦袋已不接收 再加上呆滯眼睜
張了口 結果有點作嘔 看到背影遠走 卻嘆嘆前事不堪再回首



Photo by Chak

造

作曲：林敬鋒、董明成、尹梓穎
 填詞：林敬鋒、董明成、尹梓穎
 編曲：朱俊傑@Baron Pro
 主唱：林麗麗 Jacky@伯樂音樂學院
 歌曲大綱 / 表達訊息：
 《造》的內容是講述一位吸毒的青少年因誤入歧途，改變了他的生活、與家人、朋友的關係及夢想，創作者希望藉此歌曲使吸食毒品的青少年能夠有所反省，回想自己所做過的錯事及作出改善，並重拾以往的目標。

遍曉再見你清醒了麼
 快瘋狂 跟現實沒有快樂
 太心寒 快測失知覺
 亂忍的心靈 不可再躲
 說到痛也會刺下你一個
 命運未到最後
 一生掌握於你手
 你堅持 怕現實沒太意義
 沉淪之時 相當的風刺
 命運未到最後
 一生掌握於你手
 卻未參透
 而預告不再去接受
 那晚你再次清醒了他
 身邊的聲聲彷彿已沙
 某次你想起當天結他
 但現在也有力量抱起嗎



香港青年協會
 the hongkong federation of youth groups

50th
 為青年 再向前
 www.hkfyg.org.hk

音樂

Chapel a music

非賣品

宣傳抗毒
 正向生活
 積極快樂人生

BARON
 伯樂音樂學院 全力支持
 Baron School of Music

贊助

迷陣



Photo by Hung

作曲：譚尚灝(LC)、謝思聰 (TRE)
 填詞：譚尚灝(LC)、謝思聰 (TRE)
 編曲：朱俊傑@Baron Pro、陳思聰@Solid Sound
 主唱：譚尚灝(LC)、謝思聰 (TRE)、常靜歌@伯樂音樂學院
 歌曲大綱 / 表達訊息：
 創作者看見青少年毒品問題嚴重，吸毒青少年多是受身邊的朋友引誘而吸毒，他們錯誤地以為在毒品的迷幻下，可以尋到快樂，沉醉到最後，但是，換來的卻只是更多的恐懼和惶恐。

此外，由於現今吸食毒品的層面和普遍性日益擴大，如：在校園及派對圈內所發生的種種吸食毒品事件，觸發了創作者對自身及身邊人的生活作出關注及反思，從而希望藉《迷陣》表達一個訊息，吸毒者應早日回頭反省，他們仍於克服痛苦的傷痛所產生的痛楚，遠比吸食毒品所產生的幻覺 / 快感，來得更為實在和值得興奮。

你要知道 天無絕人之路
 身歷鼓舞 足夠離開一世噩夢
 怕被察覺 痛楚發作
 一個接一個 似鬼纏撲火

看清楚與其以身犯險
 命懸一線 不如轉變 成為歷練
 你要戰勝每一種種種危險

LC:
 Listen up
 Boys and girls look so young
 日夜巷橋街度stick around
 屌生活活艱難 唔興收入支撐
 每晚玩到三更 街邊流連忘返
 俾埋屋企太煩煩 所以落街玩
 乘間向 向你伸出援手 給你甜頭
 選擇接受 毒品令你奪到自由
 呢種念頭 天真無知 種種種借口
 染上毒癮 係人生中毒一個缺口
 件有用價值時候 佢會對你好
 好人唔係壞 將你變成俘虜 繼續引誘你
 走到去補路

太過懶惰 想戒不良嗜好 你做到
 因為身體早已纏滿了毒藥
 施毒淨身解毒
 能可惜悔太遲 你先至知道

開始內疚
 不幸發身街頭 人販並纏帶上手縛
 離牢房中歲月向前 向天祈求
 感謝死神無將你賜一刻帶走

感謝家人仍然陪左右 日夜守候
 為你擔憂 希望你能夠早日回頭
 不再沉迷毒品 找尋所謂自由

反省過後 可能原諒上社會節樂
 但係堅持 不再貪圖利誘
 擺出勇氣 繼續腳踏實地
 不斷奮鬥
 一樣可以創造自己理想天地
 就算有惡念同引誘
 令你想重振 毒品中嘍撲期迷離
 沉著意志 一定可以 將自己同毒品永遠隔離
 同毒品 永遠隔離

你要知道 天無絕人之路
 身歷鼓舞 足夠離開一世噩夢
 怕被察覺 痛楚發作
 一個接一個 似鬼纏撲火

看清楚與其以身犯險
 命懸一線 不如轉變 成為歷練
 你要戰勝每一種種種危險

TRE:
 本來派對五光十色 紙醉金迷
 盡樂風氣即 令到女子昏迷
 生活圈周遊 禁毒訊息充斥
 又係何種勸誡 至去攞神公式

有邪只顧吸埋 似慢性中毒癮癮
 不斷化大 依賴迷藥去化解
 也到試下冇嘢 呢個心虛被毒犯買
 吸毒賭命大 少女一換藥癮 粉未但活埋
 平日腦袋只載住興奮與高甜

所有不滿抑或苦悶空虛
 用藥丸抑壓 換取軟弱身體
 結果想太多 失去了知覺
 應往明星亦負上罪名 後悔知錯
 只因縱容幻想 傷感萬結
 由犯罪到不再畏難對
 過去有幾難性 一樣得過去
 今時唔理住日
 金蟬已脫殼 重新振作
 不可一不可再 生命依然可愛
 堅持去改 我地繼續奮戰
 憑歌寄希望以後嘅事
 嚟住鬆馳
 Take it easy

你要知道 天無絕人之路
 身歷鼓舞 足夠離開一世噩夢
 怕被察覺 痛楚發作
 一個接一個 似鬼纏撲火

看清楚與其以身犯險
 命懸一線 不如轉變 成為歷練
 你要戰勝每一種種種危險

Losing control, which way to go
 Losing control, which way to go
 Say no to drugs
 向毒品說不
 All you need is love
 All you need is love

Everything's gonna be alright
 Everything's gonna be alright
 Everything's gonna be alright

升空

作曲：吳劍希
 填詞：丁光良
 編曲：朱俊傑@Baron Pro
 主唱：楊寧甄

歌曲大綱 / 表達訊息：
 創作者希望藉《升空》，鼓勵沉淪毒海的年青人及早遠離毒品，找回自己從前的夢想。在過程中，雖然他們可能會遇上很多的挫折，但只要永不放棄，必定可以重新踏上清醒及光明的路途，光明的前景仍是能夠在自己的手上開闢的。

不可一 不可再
 不可一 不可再
 不可一 不可再
 Everything's gonna be alright
 Everything's gonna be alright
 不可一 不可再
 不可一 不可再
 不可一 不可再
 Everything's gonna be alright
 Everything's gonna be alright
 Everything's gonna be alright



Photo by Fan Hoi Wang

狂流如影漲 萬歌不傷信 就真備
 乘風之中翱翔 甚麼都不再怕 遇上

我相信 當初中光力量
 那一次 難捨心願只想揮灑
 仍然沾染上幻變 情緒打仗

青春 那怕後路 似得將
 神機恍惚中登程
 危巖之巖告別後分清志向

無人和應亦喊一聲 願志
 忘掉往昔決心 懷抱
 動作仍難儘即使通暢太遲
 但亦未停步 目標一致

來跟我想像 來將兩願合上
 重現奇蹟 耀星之火更亮
 迎面或者昏天黑地 蒙著眼晴病起雙離 都趕上
 全速高飛越洋 炮炮不熄信仰凝望合唱

我相信 天清氣朗路上 有方向
 回頭將對面分清
 從微風裡再踏上 清醒志向

升空 那勁動力 我知道
 前程錦繡必經失意
 全憑堅信要練就一身 鬥志

遙遙路窄亦專心 嘗試
 忘掉往昔縱使失意
 就拼命向前今生才盡意義
 盡力餘開爭 耐心凝望

來跟我想像 來將兩願合上
 重現奇蹟 耀星之火更亮
 迎面或者昏天黑地 蒙著眼晴病起雙離 都趕上
 全速高飛越洋 炮炮不熄信仰凝望合唱

我相信 天清氣朗路上 有方向
 回頭將對面分清
 從微風裡再踏上 清醒志向

無毒人生齊說不

作曲: 熊寶欣
填詞: 熊寶欣、黃靖婷
編曲: 朱俊傑@Baron Pro
主唱: Kingson Kwan@伯樂音樂學院

歌曲大綱 / 表達訊息:

《無毒人生齊說不》以「齊說不」為口號，勉勵年青人向毒品、引誘及損友說不，同時，年青人應自愛自潔、立志奮鬥向上、激發本身的光彩、分享成功經驗及建立自信心。

人人要自愛 激發心裏光彩
全城也覆蓋 衝破一切障礙

我要每日也歡笑 奮鬥是最緊要
更努力發放光輝照耀
我 抗拒毒癮需要 勇氣盡發揮了
永遠實踐這心中信念

齊說「不」 快抗拒引誘
齊說「不」 毒品要遠走
齊說「不」 決意再去奮鬥
齊說「不」 趕走那損友

人群之中 分享溝通
確立自信心不變動
一飛沖天 別怕 犯錯 願他朝更英勇

人人要自愛 激發心裏光彩
全城也覆蓋 衝破一切障礙

我要每日也歡笑 奮鬥是最緊要
更努力發放光輝照耀

我 抗拒毒癮需要 勇氣盡發揮了
永遠實踐這心中信念

齊說「不」 快抗拒引誘
齊說「不」 毒品要遠走
齊說「不」 決意再去奮鬥
齊說「不」 趕走那損友

人群之中 分享溝通
確立自信心不變動
一飛沖天 別怕 犯錯 願他朝更英勇

齊說「不」 快抗拒引誘
齊說「不」 毒品要遠走
齊說「不」 決意再去奮鬥
齊說「不」 趕走那損友

人群之中 分享溝通
確立自信心不變動
一飛沖天 別怕 犯錯 願他朝更英勇



Photo by Benson Chan



時間囊

作曲: 朱偉文
填詞: 朱偉文
編曲: 朱俊傑@Baron Pro、羅宇閏@Solid Sound
主唱: Natalie Lo@伯樂音樂學院

歌曲大綱 / 表達訊息:

每人都有一個屬於自己的《時間囊》，隨著年紀增長，我們會把許多珍貴的東西，包括：智慧、學識、經驗、感情、回憶等，均放進了這個時間囊內。隨著年月過去，一些放在時間囊底部 - 曾被我們珍而重之的，卻因為受著眼前的一切「繁華」吸引而被淡忘。



Photo by Chow Shu Fun

尚記得 七歲大 慈母送的這聖誕老人
曾話過 要努力 報答到 永恆

十八 當天的那日 已厭棄這溫暖庇護裡
要誓言 無什麼 都運去

時光 真可愛 不可再 獨自地出走 珍惜摯友
到最後至發現 日曆沒守候
忘記背後 讓你走 遺忘世間那些損友
便記住 還有珍惜某某

白粉筆 竟會令我再次 低聲歎氣 搖頭
還誤信 試過後 會飲去 悶愁

廿八當天的那日 才發覺不知道歲月去
試問誰 拿什麼 可再兌

時光 真可愛 不可再 獨自地出走 珍惜摯友
到最後至發現 日曆沒守候
忘記背後 讓你走 遺忘世間那些損友
便記住 還有珍惜某某.....Oh Yeah

憾事 到開幕 待停留 可會否
別讓這故事到了白頭 才試脫離這窗口.....Ah

結果 不可愛 不可再 毒漸入傷口 身邊摯友
到最後 至發現 沒什麼守候
忘記背後 讓你走 遺忘世間那些損友
便記住 還有珍惜某某
到最後 贏得心中富有