



浸信

2012年
雙月刊

第六十一期

校舍地址：澳門黑沙環中街410號
澳門白馬行41號

電話：28470388
電話：28332711 / 28343986
網址：<http://www.mbc.edu.mo>

傳真：28470601
傳真：28373600
電郵：mbc@mbc.edu.mo

澳門浸信中學擴校工程動土禮

李焯堅校長



眾嘉賓於2012年6月1日主持擴校工程動土儀式。

2012年6月1日下午三時正為本校擴校工程動土禮的大日子，並是校史上一個很重要的時刻。當天承蒙教育暨青年局梁勵局長、新建設顧問有限公司(承建商)鄭建東執行董事、新建設顧問有限公司(承建商)梁國華工程總監、巴馬丹拿建築及工程師有限公司(設計及顧問)黃中原董事、圓方工程顧問有限公司(工程監理)柯慶耀董事總經理等嘉賓蒞臨主禮。

本校自1955年創辦至今歷經五十七載，在過去艱辛的歲月中漸漸成長，這完全有賴於澳門政府的支持，特別是回歸後本校得到教青局的大力協助，在黑沙環蓋起了這幢佔地九萬幾平尺的新型的校舍。為了持續發展我們的基督化教育理念，為澳門培養新世紀的人才，本校於2006年起籌劃擴建黑沙環校舍的計劃。在籌建的過程中，本校得到教青局給予的很多寶貴意見，並特別邀請了新加坡的顧問親臨本校進行實地考察，同時詳細地研究本校的擴建方案，最後給予我們很多專業性及建設性的意見。此外，特區政府將按十年教育規劃內加大教育投入的方針全力資助本校發展有關項目，對此，本校表示衷心感謝。

除了特區政府教育當局的支持與協助外，本校亦十分感謝巴馬丹拿建築及工程師有限公司為本項工程進行設計及技術指導，巴馬丹拿公司是一間國際級的建築設計公司，其設計的項目遍佈亞洲各地，本校現校舍都是該公司的傑作，校舍使用了十年仍然運作良好，可見巴馬丹拿公司的設計十分優良。

為了確保工程質量及符合教青局的指引，本校承蒙圓方工程顧問有限公司為本項目之工程監理單位之協助，圓方工程顧問有限公司為本澳一間很有經驗的工程顧問公司，目前在皇朝區本澳一所最新最大的學校就是該公司監督興建。每次學界活動走進該校都發現該校校舍的工程質量十分高，本校深信圓方工程顧問有限公司定能為本項工程做好監理工作。

本項目本校有幸得到本澳一間實力十分雄厚且具有良好商譽之大型建築及發展公司——新建設顧問有限公司為這項工程的總承建商。新建設顧問有限公司近年在本澳中區、內港區、填海區等發展多個在私營商住項目，同時又在北區承包多個公共工程項目均獲社會各界肯定。本人最近從『榮譽雜誌』的一則專訪中了解到該公司領導層的理念為『細節和態度決定成敗，只有認真對待每一件事情，才會取得最終的最大的勝利』，本人深信該公司將秉持著這個宗旨以高質量、重安全及按期準時完成工程。

本工程不是本校自己的事，因為教育乃是社會大眾的事，本人請在座各位作見證，本校願意與特區政府教育當局、巴馬丹拿建築及工程師有限公司、圓方工程顧問有限公司及新建設顧問有限公司全力合作展開是項工程，並履行社會及企業公民的責任，以高質量、重安全及按期準時完成是項工程，為教育及建設澳門作出貢獻。

目錄

◇ 校長的話

◇ 校園脈搏

◇ 透視人生

◇ 師情話意

◇ 自由天地

總編輯：李焯堅校長
副編輯：陸曉熊校長助理
執行編輯：廖玉群
發行機構：澳門浸信中學

擴校工程動土禮



動土儀式於大禮堂進行。

我校籌備六年的擴校計劃工程於2012年6月1日正式動土，工程計劃於明年二月底完工，提供的學額將由目前的四十七班增至六十三班二千一百人，每名學生的平均活動空間將提升兩成，並計劃將整合和裝修後的音樂及藝術設施向社區開放，創建文化教育一體的社區學校。

動土儀式於下午三時於學校大禮堂舉行，主禮嘉賓包括：教育暨青年局梁勵局長、新建設顧問有限公司（承建商）鄭建東執行董事、新建設顧問有限公司（承建商）梁國華工程總監、巴馬丹拿建築及工程師有限公司（設計及顧問）黃中原董事、圓方工程顧問有限公司（工程監理）柯慶耀董事總經理、澳門浸信教會陳伯洪主任牧師、澳門浸信中學董會主席梁溢長會佐、澳門浸信中學李焯堅校長、澳門浸信中學家長教師會鄧美英理事長。

李焯堅在動土致詞上介紹，學校自2002年將中學部自白馬行舊校舍遷入黑沙環校舍後，如今中、小、幼三個學部彙聚於九萬多平方呎的黑沙環校舍。為了持續發展基督化教育理念，為澳門培養新世紀的人才，積極推動多項教育改革。幾年間在辦學興教各方面都取得了跨越式的發展，但發展又對空間提出了更大的要求，為此於2006年起籌劃擴建校舍。計劃將原有的室外地面球場升建至原三樓平台，並在平台下建有四十個課室的幼稚園新校舍及一個大型的多功能廳。擴建工程明年完成後，將由K1開始每年每級增設一班，將現時的四十七班一千六百人，增加至六十三班二千一百人。每名學生的平均活動空間將提升約兩成，此外七萬多平方呎的體育設施將在課餘時段向社區開放。學校並有意將音樂及藝術設施由基礎教育層面推向社區化，全面落實政府推行學校社區化的教育方針。



李焯堅校長致詞。



梁勵局長講話。

最後，教育暨青年局梁勵局長形容我校擴建是澳門教育發展的重要見證之一，認為教育成功體現在良好的師資、課程教學、學校管理，還要有優良環境、設施和設備作保障。她指特區政府重視教育環境和條件的改善，透過教發基金支持改建、擴建工程，未來還繼續將學校條件改善作為重點工作之一，努力為學生發展提供優質空間和環境。



管樂團演奏助陣。



感恩祈禱。



致送紀念品。



校內網上直播。

管樂團十週年慶祝音樂會

我校為了慶祝管樂團成立十週年，於2012年4月16日晚上八時假澳門理工學院舉行「浸信中學管樂團十週年慶祝音樂會」，出席人數逾三百人。

音樂會當晚，儘管下著大雨，但不減演出者和觀眾熱情，幾乎滿座。李焯堅校長在音樂會開始前致詞指出，管樂團成立至今的十年裏，創團之時只有20多人，其後人數不斷增加，現有大約50人，校方多年來誠聘專業導師教導同學演奏樂器，在導師們的悉心教導和校方鼓勵下，團員的演奏水平不斷進步。管樂團從無到有，到漸被外界認同，當中遇有不少風雨，幸好一路上有著社會各界和家長的鼎力支持，加上團員的努力付出才有著今天的進步，他感激大家之餘又期望大家日後繼續給予支持。不少教育研究報告指出，兒童在成長時期所接受的音樂陶冶，會間接的影響他們未來的人格成長。李校長表示，學校將繼續致力推動音樂教育，一方面利用一般性的音樂基礎教育，以音樂教育功用為手段，經由音樂潛移默化的力量，培養學生高尚的情操，健全人格的發展；培養具有音樂才能的學生，力助本澳未來音樂文化之發展。



音樂會於2012年4月16日晚上八時假澳門理工學院舉行。

音樂會上，團員分別作了敲擊樂重奏、圓號三重奏、長笛四重奏、銅管五重奏、合奏、木管五重奏和爵士樂合奏等，奏出了《<天空之城>》、《<Rock Around the Clock>》等耳熟能詳的樂曲，美妙的音符讓人陶醉，並獲得不少掌聲。而樂團過往除了參與校內演出外，更積極參

與社會上的文化公益活動，如「澳門管樂繽紛」、「亞太管樂節」、「公益金百萬行」等，同時也多次獲邀到香港、深圳等地演出，其中2009年參加「深圳管樂藝術節」活動中，透過團員的努力和精湛的演出，獲得金獎的殊榮，部分成員在歷屆澳門青年音樂比賽中獲得優異成績，更獲澳門青年管樂團甄選入團，使他們獲得更高水平的音樂訓練和演出機會。

最後，短短一個多小時的音樂會在《<千之風>》的全體團員合奏下結束。在此，鳴謝澳門管樂協會、澳門理工學院、澳門浸信教會、澳門浸信書局及每一位導師團員成長的老師，其中包括指揮丘龍恩和楊俊文老師。

表演花絮及大合照



浸信管樂團現有50多人，而團員在導師們的悉心教導和校方大力支持下，演奏水平不斷進步。



音職班「悠弦樂韻」聯合音樂會

為促進學生多元智能發展及培育音樂人才，我校近年積極推行音樂教育，並於2008年高中開設音樂職業技術班。校方為創建表演平台，增強學生的自信及提昇演出水平，於2012年4月25日下午五時，假校內禮堂舉行「悠弦樂韻」聯合音樂會。

「悠弦樂韻」聯合音樂會由高一及高二音樂職技班的同學聯合主演，參與演出學生約有50人，分別作出了手鈴、管樂、弦樂合奏等，同學們的演出獲得掌聲，校長、多位主任、老師、部分演出學生的家長、在校的其他學生也親臨現場支持。

希臘哲學家柏拉圖說：「音樂之於心靈，猶如空氣之於身體。」我校除了在高中開設音樂職業技術班之外，更於中、小學全面開設音樂常規課，聘請專業導師教授小學生小提琴，中學生則可因應個人喜好於課餘參加管樂團、弦樂團、合唱團等活動，經過校方多年的資源投放，去年第一屆高三音樂職技班的畢業生以及應屆畢業生，大部份被國內外各大院校錄取，而部份學生更加入了澳門不同樂團，繼續音樂之路。



手鈴表演。



管樂表演。



弦樂表演。



管弦樂及合唱大合演。



校長、主任、老師、部分演出學生的家長親臨現場支持。

教職員新春聯歡聚餐

我校教職員新春聯歡於2012年2月10日晚上在德興酒家舉行，出席的有校董、全體教職員及浸信中學家長教師會主要幹事等逾二百人。

校董會主席梁溢長會佐向出席的浸信同仁及家長予以新春節日祝福和謝忱，感謝學校各員工的努力付出，致使學生能在關愛中成長；他祝賀浸信中學校務不斷發展，培育更多人才。校長李焯堅在祝酒時則祝願各人身體健康、工作順利及勉勵大家繼續共同為澳門的教育作最大貢獻。

另外，校方為答謝各教職員的努力，席間更設有抽

獎活動，所有禮物均由校董會贊助，獲獎的教職員滿載而歸，而整晚聚餐在歡樂中結束。



校董會成員及校長向同仁予以祝福。

培才教育基金籌款活動結束

為資助家庭經濟拮据、學業成績理想而有機會升讀大學的學生圓大學夢，校方自1997年起所創設的培才教育基金，至今已幫助接近三百名學生。為了籌募基金所需資金，校方每年舉辦籌款抽獎及環山跑活動，而在社會各界的支持下已於早前順利完成，截至2012年5月17日合共籌得澳門幣24,009.8元。

環山跑籌款活動率先於5月5日下午於松山進行，按男、女子及不同年齡層分組繞松山主跑道環跑一圈，同學們積極參與，逾兩百人參加。培才教育基金籌款抽獎活動則在5月14日下午於六樓小禮堂進行，



抽獎儀式。

在博彩監察中心有關人員的監察下，由校董會主席梁溢長會佐、學校行政會成員等抽出十名大獎及多個安慰獎，獎品豐富，有手提電腦、智能手機、影音器材等，由多間商號及浸信校董會捐出。

李焯堅校長在抽獎儀式上感謝社會各界熱心人士一直以來對培才教育基金的支持，並向到場的嘉賓和學生代表簡述培才教育基金的運作概況，基金大多數款項除了作為應屆高三同學、校友升大的貸學基金外，還資助在讀同學的對外學習，讓學生開闊視野，為未來持續學習奠下基礎。



環山跑。

四川交流

我校為培育學生的愛國情懷、增加學生對祖國歷史文化的認識及讓學生有機會瞭解四川5.12地震後人民的生活概況，在教育暨青年局的資助下，於2012年3月中旬由德育輔導處鄭偉文主任帶領師生36人赴四川省成都、都江堰及綿陽等地區展開一連六日「認識祖國、愛我中華」四川交流、探訪之旅。



是次活動主要與都江堰中學交流、探訪綿陽三台廣化東尚小學學生以及遊歷四川名勝古跡。

東尚小學探訪，與廣化東尚小學學生舉行了豐富多彩的文體活動。中午，師生們還分成六組，在廣化東尚小學學生及家長的帶領下，步行到農村學生家中體驗了當地農家生活。

是次活動學生收穫多，感受深。其中通過探訪災後地區重建學校及遺址，讓學生體會到：幸福不是必然的，遇困難時要有堅定的信心去面對；與當地學生共同學習及走進農村，除體驗四川的風土人情、民間習俗外，更重要的是與四川學生建立了長久的情誼。總體來說，這是一堂愛國教育課，也是一堂深刻的生命教育課。

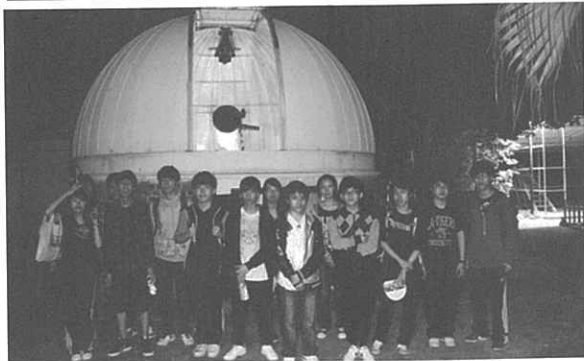
短短几天的行程主要到都江堰中學交流、綿陽北川老縣城地震遺址及綿陽三台廣化東尚小學探訪。首三天，師生與都江堰中學交流時，受到熱烈歡迎，並與都江堰中學學生一起走進英語、語文和體育課堂學習。特別在體育課堂上，兩地學生進行拔河、跳繩、羽毛球、排球等友誼賽。同時又舉行了浸信中學、都江堰中學師生交流座談會，在會上，我校師生們介紹了浸信中學的基本情況，都江堰中學張慶剛副校長代表該校致歡迎詞及介紹了都江堰和都江堰中學地震後

重建的情況。最後，兩地學生進行交流，並互贈禮物。第四天行程，浸中學生走進綿陽北川老縣城地震遺址，眼前一片廢墟，大家的心情都變得沉重，同學們在紀念碑前為死去的同胞送上悼念和祝福。第五天到綿陽三台廣化

師生赴港參與天文工作坊

為了增進學生對天文學的興趣，普及澳門天文科學的發展，我校於早前在地理科組謝建勛老師的帶領下，一行十五人前往香港進行三日兩夜的天文工作坊。

是次工作坊在香港星河科研社導師的專業指導下，主要前往香港大埔白鷺湖進行有關的天文培訓，當中主要使用星河科研社長磨製的反射鏡觀測月面和行星（木星），並進行模擬天體、水火箭製作、星圖製作、



前往大埔白鷺湖進行天文培訓。

日晷儀製作、觀星等。學生通過活動參與是次野外觀星活動，除了產生對探索天文的興趣之外，從而更有效認識天文基礎知識。

另外，學校近年在科普基金的資助下，致力推行科普教育活動，除了把天文課程定為高中和小學常規的選修課之外，也於校舍天台上新建了小型的天文館及購置一批先進的天文設備，以供學生有更多的實踐學習。

組織師生觀看本世紀最後一次「金星凌日」

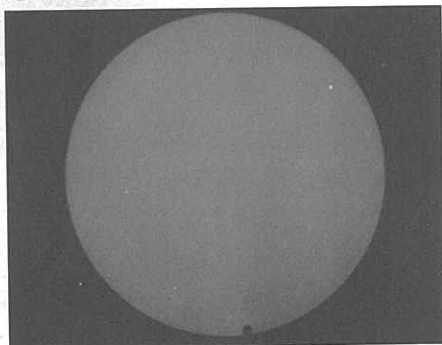
適逢2012年6月6日上午天空出現罕見的「金星凌日」天文現象，我校特意組織師生前往天台觀看。

為了讓全校師生體驗戶外觀察天體的樂趣和通過觀看「金星凌日」現象認識更多天文知識，天文組導師和學生預先準備好各種觀日設備迎候著。天公造美，陽光普照，昨天早上八時開始，老師和學生分批前往天台，大家在天文組導師專業指導下，利用觀日儀器親眼看見金星在太陽表面上移動的一個黑色暗斑；在天文組學生的講解下，瞭解到「金星凌日」現象原來是指位於太陽和地球之間的行星金星直接從太陽的前方掠過，成為太陽表面的可見暗斑（並且遮蔽一小部分太陽對地輻射）的天文現象，還了解到科學家通過觀察金星凌日，可以利用視差的原理計算太陽和地球之間的距離等。

另外，「金星凌日」以兩次凌日為一組，間隔8年，但是兩組之間的間隔有100多年。21世紀的首次金星凌日發生在2004年6月8日，這一組則發生在2012年的6月6日。再下一次是2117年和2125年。短短一個上午的學習，師生們經過今次實地的天文現象觀察，獲益匪淺。



老師指導學生運用儀器觀看金星凌日過程。



師生攝製的「金星凌日」。

史地學會路環考察

為了加強學生對澳門史地認識的廣度和深度，並能以地理的角度觀察環境，我校史地學會在謝建勛老師的帶領下，一行15人於2012年4月30日至5月1日前往路環進行考察。

是次活動主要到九澳水庫、九澳村、龍爪角等地方進行考察。而透過活動，讓學生清楚了解澳門水文地理、海岸地形的演變、天文觀星的技巧知識和澳門離島簡史等一系列史地學科知識。此外，也借野外實察增強野外知識和求生的技能和增進學生之間的感情和鍛鍊學生的體魄。



是次考察讓學生對澳門有進一步的認識。

校園舞蹈比賽



為了增加學生對舞蹈的興趣，我校於2012年5月19日舉行校園舞蹈比賽，每組同學分別進行了自編舞和即興舞蹈，李焯堅校長親自頒獎。另外，也向早前曾往北京學習的同學頒發證書。

校園戲劇比賽

優秀團隊獎：

高三信——全都忙

高二聯——人質

初二望——媽媽的疑惑

高二聯——鄰里互相

優秀演技獎：

人 質——顏李浩

全都忙——陳文東

媽媽的疑惑——黎慧沁

鄰里互助——林詩琪

優秀劇作獎：

愛在身旁——呂泳欣

高低姊妹花——陳文東

劇作嘉許獎：

你出我出大家出——鍾嘉欣

好男人——梁雯意

無厘頭偵探社——黃鋸雅



校長向獲獎同學頒發獎狀。



急救隊嘉許禮

為了嘉許表現出色的急救隊隊員，我校於2012年5月5日舉行嘉許活動，向考取初級、高級急救資格及服務多年的同學頒發證書。

嘉許禮上，李焯堅校長感謝澳門紅十字會的鼎力協助，接著勉勵急救隊能學以致用及參與更多的社會服務。最後，由澳門紅十字導師逐一向獲初



急救隊現有三十多人。

級、高級急救資格的隊員頒發證書。

我校急救隊成立於2007年5月8日，急救隊現有三十多人，主要為學校舉辦的活動提供專業的緊急救護服務及參與校外救護服務。急救隊多年來在澳門紅十字會的協助下，除了加強對醫護急救常識，也提升了自信。

史地學會年度總結大會

學年結束之際，史地學會於2012年5月30日在小禮堂舉行年度總結大會，並由校長親自向表現積極的學生頒發獎狀。

我校史地學成立逾半載，在短短半年多時間內，分別舉辦了武漢考察、路環考察、澳門中西文化交融主題攝影比賽等，積極推動學生認識本地歷史地文化，地理環境外，更透過學會成員自主組織活動以提昇他們的自信、團隊合作等能力。為了嘉許學會成員的努力，學校於2012年5月30日在小禮堂舉行年度總結大會，校長親自向表現積極的學生頒發獎狀。最後，也進行了簡單的茶聚。



史地學會約有70名學生成員，校長親自向表現積極的學生頒發獎狀。

澳門樂團來校推廣音樂教育



澳門樂團於2012年5月15及16日來校為我校師生舉辦校園音樂會，而同學們透過互動參與活動、樂曲導賞對管弦樂器有著更多的認識。

私框講解會



2012年5月24日下午，教青局派員來校講解「非高等教育私立學校教學人員制度框架」，全體教師均有出席。

北京師範大學領導來校指導



2012年4月17日下午，北京師範大學教授、領導、老師蒞臨我校指導美術教學，是次交流使我校老師獲益良多。

大提琴大師班



為了提昇學生的大提琴水平，2012年5月20日我校邀請了大提琴演奏家潘穎芝來校指導學生。

中學部家長日



中學部第二段家長日於2012年4月28日上午於大禮堂舉行，校長向品學優異學生頒發獎狀，並與家長分享教育心得。

歌唱比賽



為了增強學生學習英語的興趣，我校學生會於4月份舉辦中學部英文歌唱比賽，同學們比賽時表現淡定，語言流暢。

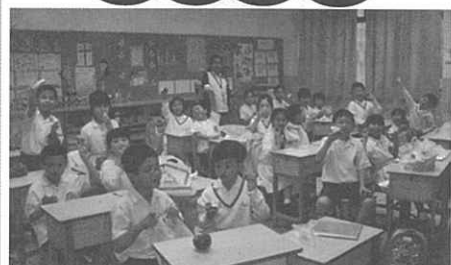
幼稚園 朗誦講故事歌唱比賽



幼稚園於2012年4月18日上午於大禮堂舉辦了故事演講暨兒歌朗誦比賽，參賽同學表現淡定，說唱動聽有趣，有不少家長到場打氣。當天除了邀請澳門大學教育學院導師、校長、主任、老師擔任評判外，也邀請學生家長擔任評判。



水果分享日



為了讓學生關注個人健康，養成良好的飲食習慣，我校於2012年4月28日響應水果分享日，於下午3時全校師生一同進食水果，同學們吃得津津有味，並把自備的水果與其他同學分享。

良好親子關係 打破管教難關

「教養孩童，使他走當行的道，就是到老他也不偏離。」這是聖經箴言 22 章 6 節的記載。每個孩子都有不同的能力和天賦，需要因材施教，讓孩子能按自己的特長、個性去發展和得到適當的培養，這是家校合作的最基本目標。

我校小學部於 2012 年 4 月 21 日早上舉行了一場「良好親子關係，打破管教難關」的家長教育講座，是次講座邀得澳門循道衛理聯合教會社會服務處的羅麗歡主任蒞臨主講。講座中羅小姐教導家長用正面的方法教導孩子，讓孩子的在成長中盡情發揮，這是每位老師及家長都需要共同努力的。讓孩子學會自律，能對自己的行為負責任，這不僅是學校在教育孩子上要做的事，同時也是每位家長要盡的責任。了解孩子及建立良好的親子關係是每位家長所關心的。在講座中羅小姐提出只要家長多花心思聆聽，懂得鼓勵與尊

重孩子，建立家庭凝聚力，這樣良好的親子關係便隨之而來，管教孩子也不再是難題。是次講座反應熱烈，約有二百位學生家長出席。

講座後隨即派發學生成績表，家長與老師透過面談而加深了對孩子在家中和學校情況的瞭解，期望能親師攜手合作，協助孩子健康快樂地成長。



羅麗歡主任教導家長用正面的方法教導孩子。

問答比賽



為了提昇學生學習語文的動力，小學部於5月7日上午舉行語文問答比賽。

歌唱比賽



小學部於5月14日舉行班際歌唱比賽，同學們課後努力練習，比賽當天表現出色。

文化交流



5月3日上午，中南民族大學學生來校與高小及初一學生交流，他們透過民族舞蹈、音樂等表演向我校學生簡介中國少數民族文化風情。

英語推廣活動



為了增加學生學習英語興趣，小學部於4月杪舉行英語推廣活動，並透過遊戲方式進行，同學們寓學於玩樂中。

親師生體智能童樂日暨慶祝母親節

我校幼稚園部為了迎接母親節的來臨，於2012年5月5日(星期六)上午十時至十二時，假澳門關閘廣場工人體育場A館，舉行本學年「親師生體智能童樂日暨慶祝母親節」活動，是次特別邀請香港忠誠文教有限公司組織「綿羊老師」及三位團隊成員主持一場別開生面、動感熱切、充滿歡樂的體智能活動，全場參與人數逾五百人。

早上十時正，全體人員率先站立唱校歌及誦讀校訓，接著由李焯堅校長致詞，他指出孩子在學習成長中除了需要學校的推動外，更需要家長的共同合作；他又衷心感謝各位到來家長的積極參與和祝願大家能享受活動過程。簡單的講話後，「親師生體智能童樂日暨慶祝母親節」活動便開始啟動，全程均由來自台灣的「綿羊老師」率領團隊主持是次活動，內容共分四部份，包括有親子熱身操、親子DIY遊戲、親子競賽遊戲、親子律動遊戲等。全場洋溢溫馨、融和氣氛，最後在「我要聽媽媽的話」歌聲中結束這次親師生慶祝母親節感恩活動，眾人皆帶著幸福滿足的笑臉回家去。是次活動除獲得各方協助，運作圓滿結束；更要鳴謝澳門教育暨青年局贊助全場活動經費。



李焯堅校長致開幕詞。



家長及學生樂在親子遊戲中。



台灣的「綿羊老師」率領團隊主持活動。



同學們齊唱「我要聽媽媽的話」。



全場逾五百人參加，眾人皆帶著幸福滿足的笑臉來個結束前的大合照。

優質教育 基督教教育的重要性

梁潔瑩主任



全世界都非常重視教育工作，政府每年都投放很多資源於教育中，可見教育的重要性。教育除了傳道、授業、解惑外，最重要是育人，是把我們未來的主人翁教育成人，使他們日後服務人群、造福社會、建設國家、影響世界。

身為老師的我，就必須背負起這個重任，更何況我是基督教學校的老師呢！我們要成為眾人的模範，要做到這一點，就必須以耶穌基督作為我的榜樣，按主（聖經）的心意去教育我們未來的主人翁，達致優質教育。古語有云：「身教重於言教」，所以我們為人師表者必須以身作則，以生命影響生命。身為基督徒老師的我更要背負這個使命，透過教育使萬民作主的門徒，好讓我們身邊的同事和學生活出主的生命，把主的光照耀大地，使他們成為世上的光和鹽。

聖經：「你要保守你的心，勝過保守一切，因為一生的果效，是由心發出」。我們如何教育下一代，下一代就會如何，所以教育很需要我們從心而發，透過傳授知識之餘，觸動心靈，改變生命，這也是我受小學班主任影響決意當老師的原因！



在教學上，要我們教懂課本上的知識，是一件較為容易的事呢！但要我們上好一堂課，又要合宜地訓輔導學生，這就是一门很有難度的功課。學生有時比較調皮，我們就要時時刻刻都保持警醒的狀態，時時都能依靠神的話語行事，以聖經作我的盾牌，令自己強壯起來，不受挫折的侵擾和打擊，以聖經的教誨來做那訓輔導的工作，不掉進撒旦的詭計中，最終學生會感受到我們的關心和愛，而馴服於我們的教導！

我要學習忠心良善，作忠心的好管家，好牧人，並且要承認神創造每一個人都有其獨特之處，各人有自己的優點和缺點，所以我們要肯定每位學生的獨特，清楚了解每位學生的個性，替其揚長補短，發展他們不同的潛能，達至「全人教育」。由於每位學生都有著不同的恩賜和能力，故我們應重視其是否忠心於學習，而不應僅僅看重其成績之高低，反而要肯定他們具良好學習之態度。按他們的潛能發揮到極點，幫助其建立信心，令其向著標竿直跑，不時也要從旁為他們打氣、歡呼、拍掌，培養他們永不放棄的精神。

現時有些學生自我形象不太健康，盲目地隨波逐流，欠缺主見和辨別是非的能力，甚至沒有人生目標，這真是太可憐了！要把這批迷失方向的羊群一一尋回，這是我作牧人的首要任務：多肯定，多表揚，少譴責，少處罰，與其共同奮鬥、共同分享，增強他們自信心，激發他們的學習動機，切勿過於強求。因材施教，循循善誘，祈使他們能自發性地學習，好讓其由他律轉變為自律，對未來充滿憧憬，對未來敢於承擔，那就是我們作為教育工作者成功的標誌。



筆談語文教學

「不以物喜，不以己悲」的四種含義

——「互文」說略

陳志強老師

「不以物喜，不以己悲」出自范仲淹的《岳陽樓記》。

岳陽樓，與滕王閣、黃鶴樓一起，並稱為江南三大名樓。李白、杜甫、白居易、韓愈、孟浩然、劉禹錫、李商隱、歐陽修、陸游等，都曾登上岳陽樓，留下千古絕唱。其中杜甫的「吳楚東南坼，乾坤日夜浮」和孟浩然的「氣蒸雲夢澤，波撼岳陽城」，為我的業師所激賞，所以至今還記得。可以說，岳陽樓、洞庭湖，已經被高手們寫完了，很容易使人產生「眼前有景道不得」的感慨。但范仲淹卻「明知山有虎，偏向虎山行」，老題目作出了新文章，揮毫寫下了《岳陽樓記》。全文僅僅364個字，寫得真是詞彩飛動，議論縱橫。裏面的「不以物喜，不以己悲」，「先天下之憂而憂，後天下之樂而樂」，發出了動人的哲理光彩，以至於「先憂後樂」，成為了中華民族的精神瑰寶。

因此，《岳陽樓記》成為了不朽的傑作，無論過去、現在、將來；因此，《岳陽樓記》選進了我國的中學語文課本，無論內地、港澳、臺灣。

但這不意味著，我們對《岳陽樓記》理解得很透徹了。筆者在講授《岳陽樓記》的過程中，就發現有人，包括學生和老師，對《岳陽樓記》還是有理解不全面的地方，例如「不以物喜，不以己悲」。

我曾在課堂上請一位學生解釋「不以物喜，不以己悲」。這位學生的答案是：范仲淹是不因為「物」好而高興，也不因為「己」差而傷心，「不以物喜，不以己悲」嘛！我接著問：那「物」差，范仲淹如何？「己」好，范仲淹又如何？那孩子說，作者沒有提，我不知道。班上的其他孩子，基本上同意這孩子的？法，都認為范仲淹只說了「物」好和「己」差這兩種情況，卻沒有對「物」差和「己」好這另外的兩種情況而表態。

孩子們的看法是錯的。當然，這不怪他們，我這個老師還沒有講嘛。在「不以物喜，不以己悲」中，范仲淹其實對「物」好和「物」差、「己」好和「己」差的這四種情況，都表明了自己的態度。

於是我告訴同學們，為了使語言表達簡潔，古人行文往往會使用一種叫「互文」的修辭法。所謂「互文」，是指上下文義互相呼應、補充。也就是說，詞語甚至句子分開兩處，但在意思上卻是彼此拼合或彼此補充。就拿「不以物喜，不以己悲」來說，「物」、「己」是分開兩處寫，但理解的時候，應該把他們合起來，理解成為「不以物己喜，不以物己悲」，即「不以物（好）己（好）而喜」、「不以物（差）己（差）而悲」。說白了，就是不因為外界事物的盛衰而悲哀喜歡，也不因為個人的處境的好壞而歡喜悲哀。只有這樣合起來，才能理解古仁人「寵辱不驚」的崇高態度。

只要讀一下《岳陽樓記》，我們就不難發現，范仲淹用洞庭湖霪雨霏霏和春和景明的兩種不同的景象作為比喻，表示自己不管在順境和逆境中都「不以物喜，不以己悲」，並公開表白自己無論在野在朝都要憂國憂民，先天下而後自己。可見范仲淹在原文就批判了因環境好壞而喜悲，因個人進退而喜悲的情況。所以，我們按「互文」去理解「不以物喜，不以己悲」，是符合作者的原意的。

掌握了「互文」這個修辭法，對我們閱讀古代作品，是很有幫助的。

杜牧《泊秦淮》：「煙籠寒水月籠沙，夜泊秦淮近酒家。商女不知亡國恨，隔江猶唱後庭花。」這「煙籠寒水月籠沙」，就使用了「互文」。作者寫的時候分開寫：「煙籠寒水」和「月籠沙」，但我們理解時應該合起來理解為：煙月均籠水和沙。因為「煙」不可能只籠罩秦淮河，而不籠罩河邊的沙灘；反過來，月光也不可能只籠罩秦淮河兩邊的沙灘，卻不籠罩夾在中間的秦淮河。

《木蘭辭》：「當窗理雲鬢，對鏡貼花黃。」我們不要理解為木蘭姐姐是無事忙：一下子跑到窗前去理雲鬢，一下子又跑到鏡子前去貼花黃。實際上「當窗」「對鏡」是互文，是說臨窗對鏡理雲鬢與貼花黃。花小姐是氣定神閑地坐在窗前，對著鏡子而梳妝打扮，還自己一個女兒身的，並沒有跑來跑去。

白居易《琵琶行》：「主人下馬客在船，舉酒欲飲無管弦。」其中的「主人」（白居易）「客」是互文。所謂「主人下馬客在船」，實際是說主人、客人都下了馬，都上了船。所以才出現兩人「舉酒欲飲」，卻「無管弦」（音樂）的情況。於是琵琶女就適時地出現了，主人和「客」就「移船相近邀相見」。琵琶女上船後，為他們「大珠小珠落玉盤」地演奏了一番。最後，白居易自問自答：「座中泣下誰最多？江州司馬（即白居易自己）青衫溼。」看，又是「移船」，又是「座中」，可見白居易（主人）早已是下了船的。

下面再說些「互文」的例子。

李白《將進酒》：「烹羊宰牛且為樂，會須一飲三百杯。」「烹羊宰牛」即「烹宰羊和烹宰牛」，也就是宰

殺、烹煮羊和牛。事實上，羊在烹煮前必須宰殺，而在這裏牛被宰殺的目的是為了烹煮。

杜牧《阿房宮賦》：「朝歌夜弦，為秦宮人。」所謂「朝歌夜弦」，是說「朝夜歌和朝夜弦」，即日日夜夜地歌唱吹彈，而不是唱歌是在早上，是清唱；吹彈呢，則安排在晚上，是合奏。總之千萬不要理解為是唱奏分離。

杜甫《客至》：「花徑不曾緣客掃，蓬門今始為君開。」應理解為「花徑不曾緣客掃，今始為君掃；蓬門不曾為客開，今始為君開。」原詩僅僅十四個字，由於使用了互文修辭法，因而顯得回環婉轉，言約義豐，生動地表現了隱居草堂、幾乎被息交絕游的杜甫，對崔明府來訪的那種喜悅的心情。

我國的作家，很早就使用這種修辭方法了；我國的訓詁學家，也在很早就發現這種修辭方法了。如：《左傳·隱公元年》：『公人而賦：「大隧之中，其樂也融融。」姜出而賦：「大隧之外，其樂也洩洩。」』唐代孔穎達引漢代註解家服虔的話說：「入言公，出言姜，明俱出入，互相見。」服虔告訴我們，《左傳》的這段文章「入」和「出」使用了互文。不能按字面的意思去理解為莊公進入隧道時賦詩，姜氏走出隧道時賦詩，而是莊公姜氏進入隧道時都賦了詩。

《詩·大序》：「動天地，感鬼神。」唐代孔穎達解釋說：「天地云動，鬼神云感，互言耳。」孔的意思是，《詩·大序》的這句話要理解為：感動天地和鬼神。

當代人寫作，也有使用互文的。

現代京劇《智取威虎山》有這樣的情節：一個名叫常寶的姑娘的奶奶和媽媽，被土匪殘害了。於是常寶就悲憤地唱道：「到夜晚，爹想祖母我想娘。」其中的「爹想祖母我想娘」就使用了互文。我們不應機械地按字面理解為他們父女倆分工想，我爹只想我的祖母，而我則負責想我娘。而應理解為「爹我均想（我）祖母和（我）娘」，即我們兩個幸存者，都深深懷念她們兩個死難者。

毛澤東《送瘟神》「千村薜荔人遺矢，萬戶蕭疏鬼唱歌」，也是用了互文，它們意思是「千村萬戶均薜荔人遺矢，也都蕭疏鬼唱歌」。這樣理解，才算準確地理解原詩。

怎麼樣，掌握互文是不是很有用呢？



文革見聞：一樁強姦案

陳志強老師

此事發生在1970年左右，其時我正在G省B縣某壯族山村的第三生產隊插隊。

被指施暴的小伙子，姓潘，名叫如安；受害的姑娘姓李，名叫冠蘭。潘如安畢業於某機械學校，李冠蘭則畢業於某醫科學校：兩人都是中專畢業生。說來也巧，他倆跟我一起，都在第三生產隊插隊。我們是地地道道的「插友」，在農村這個廣闊的天地裏，結下了深厚的友誼。我們都是來接受再教育的，都是貧下中農的小學生。如果說有什麼不同的話，就是我的學歷比他們高一個等級，我是大學本科的畢業生。

在第三生產隊插隊的大中專畢業生，三男一女，共四個人。除我、潘如安和李冠蘭外，還有一位姓何的男中專（林校）畢業生。不知為什麼，李冠蘭對我們三人的長相，非常注意。她經常公開說，插隊的靚仔都集中在第三隊。她這是孩子氣的話，當然是做不得準的：至少我離靚仔，還有很長的差距；但她畢竟是花季少女，對男孩的觀察，也有她細膩、準確的地方。的確，除我之外，我們第三隊的另外兩位插隊男孩，真的是地地道道、貨真價實的靚仔！尤其是潘如安，容貌俊秀，高度適中，由於經常運動，肌肉十分勻稱。多年以後，我看見香港演員劉德華的影像，總覺得很臉熟；某一天腦子突然靈光一閃：這不就是活脫脫的當年的潘如安嗎！

潘如安除了人靚之外，還多才多藝，尤其是二胡、小提琴拉得很有水平。我們當時都一致認為，專業演奏員也不過如此。農村的生活單調乏味，下雨和休息的時候，我們就往往要他演奏一曲。他通常也不推辭，操起小提琴就拉。一會兒，草屋內外便會響起《喜洋洋》、《梁祝》等曲的旋律。這些樂曲被他演繹得優美動聽，令人陶醉，使我們暫時忘記生活的艱辛。

這樣的一個多才多藝的美少年，即使擱在今天，也還是不少女孩的夢中情人，何況在什麼資源（包括俊男美女）都匱乏的當年！的確，暗戀潘如安的少女，實在是所在多有，李冠蘭本人就是其中的一個。李追潘，在當時可以說是公開的秘密。說得誇張點，真是地球人都知道。她看他的眼神，她跟他說話的腔調，她見他時的肢體語言……都是當時我們知青茶餘飯後津津樂道的話題。因為這些就像食鹽一樣，給我們無聊的生活，添加了不少味道。但她居然向政府舉報，說他強姦了她！

當時，強姦女知識青年，可以說是犯了彌天大罪。如果罪名成立，坐牢是肯定的，弄不好腦袋也得搬家。因為知識青年到農村去，接受貧下中農的再教育，是毛澤東主席的一項偉大的戰略部署。破壞毛主席的戰略部署，那還了得！一發生這種事情，政府絕對是從快、從嚴、從重處理。這方面的案例，我們都聽說



過。不過說實話，我們這兒出了驚天大案，但我們居然一點兒也不知道，直到我們全體知青被召到縣裏去開會之後。

一到縣裏，我們就感到氣氛不對。先是聽到某某把某某強姦了的流言，後來就發覺別人在我們後面指指點點，總是用一種怪怪的眼神看我們。我們雖然覺得不對勁，但又莫名其妙。問別人，別人總是閃爍其詞。謎底是在某一天被揭開的。

這一天，我們被召到縣政府某會議室開會。會議的主持者，一個相當級別的負責人，神情凝重地宣佈，你們公社出了大事，潘如安把李冠蘭給強姦了。今天開的這個會，就是要批判潘如安這個臭流氓的。

聽到這個消息之後，我們都嚇了一跳，大家都面面相覷。想不到潘如安這個靚仔，居然做出這種骯髒的事情！真是金玉其外，敗絮其中！

消息宣佈後，反應最強烈的自然是潘如安。他大呼冤枉，竭力否認。當然，在我們看來，他的辯解是蒼白無力的，因而也就無人相信：試想，一個罪犯怎麼會爽快地承認自己的罪行呢！

為了讓潘如安這傢伙口服心服，無話可說，接下去，這位負責人就比較詳細地介紹了案情：一天晚上，大約是半夜，潘如安摸進了李冠蘭的住房，不顧李的極力反抗，粗暴地糟蹋了她。

令這位負責人沒有想到的是，正是他的這番介紹，使案情來了180度的逆轉，導致這樁強姦案顯得是那樣的荒唐可笑。

前面說了，我與這案件的雙方是同在一個生產隊插隊的，彼此都很熟悉，而且我是他們裏面學歷最高的。所以我認為自己有責任，把我所知道的情況說出來，還潘如安的一個清白。

於是我說，所謂李冠蘭的住房，並不是人們所想象中的保密性很好、遠離塵囂、壞人易於作案的場所。由於我們所在的是少數民族地區，比較貧窮，比較落後，即使是李冠蘭這樣的一個從大城市來的黃花閨女，房東也無法安排一個房間給她，只能在廳堂架一張床，讓她居住。大家知道，廳堂是全家活動的中心，所以，她睡覺的時候，進進出出的人都可以看得見；唯一的遮擋措施，就是她的那床蚊帳。另外，環繞著她的，是東西廂房，裏面住的是房東、房東太太、房東母親、房東弟弟等一大堆人。廳堂本來就不寬，而廂房與廳堂，是用薄木板或蘆葦隔開的，只是形式上遮擋一下視線，根本就不隔音。廂房或廳堂有任何動靜，彼此都得一清二楚。因此，把李冠蘭安排在廳堂住，表面上很兒戲，實際上是絕對安全。因為這等於是把她置於大家的監視和保護之下，一有什麼風吹草動，人們就可以馬上出手相助。在這種情況下，強姦她，就好像中午在北京天安門廣場大街上強行跟一個女人發生性關係，卻不想讓別人知道一樣。其荒謬程度，只能用兩個字來形容：絕倫！至於什麼「極力反抗」、什麼「粗暴」，簡直就是天方夜譚！

我發了言後，一些熟悉情況的知識青年也作了補充。我們都一致認為，這件強姦案，純屬子虛烏有，是絕對不可能發生的！

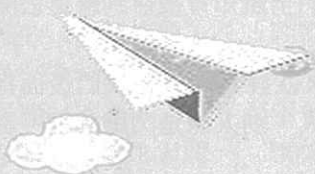
為了我們的發言，縣領導面面相覷，一下子不知說什麼好。應該說，毛澤東時代的縣委、縣政府幹部，大多是從下面經過艱苦的磨練，才上到現在的位置。他們對農村的情況，比我們這些讀書人要清楚得多。所以，我們這麼一說，他們其實心裏已經明白，這是一樁冤假錯案。但因？我們這幫是典型的知識分子，而當時毛澤東的觀點是，知識越多越反動，我們已經淪為被農民教育的對象。要縣領導向我們認錯，這是萬萬不可能的。最後，領導們抓住潘如安出身不好的「弱點」，把他大罵一通了事。至於強姦，則連提也不提了。

這件事，對我們大體沒有什麼影響。接受再教育畢業後，我們，包括潘如安，都按專業被分配了工作。茶餘飯後，有時也會想想，李冠蘭為什麼會下毒手，陷害她自己所喜歡的潘如安，但至今也想不出個所以然。不過，如果把後來接著發生的事情連起來分析，似乎也可以看出點端倪。李冠蘭誣告潘如安，其實是受另一女知青某某的指使的。事情真相大白後不久，這女知青擅自逃回了大城市；而李冠蘭本人，也以「得罪了他們，不宜在原地插隊」為藉口，申請並被批准到縣城工作。這種種跡象好像告訴我們，她們製造事端的原因極有可能是：要離開艱苦的再教育的第一線。因為由於農村太艱苦，條件太差，當時的一些知青為了能返回城市，手段可以說是無所不用其極。「強姦」，可能是她們所使用的一種伎倆，雖然狠毒了一點！當然，這只是猜想。

事情的吊詭之處還在於，多年以後，李冠蘭居然真的如願以償地嫁給了潘如安，兩人還生了一個寶貝千金。後來，我與他們都先後來到了省城落戶。我在大學教書，他們在一個國營大廠工作。有一年，為了女兒讀書的事，他們還來找過我。看到他們恩愛的樣子，我把已經湧到喉嚨頂端的「你為什麼要害他」、「你為什麼要娶她」之類的問題，硬嚥了下去。再後來呢，我與他們就失去了聯繫，彼此一直都沒有見過面了。因此，這樁「強姦案」發生的真正原因，我至今還是糊裏糊塗。

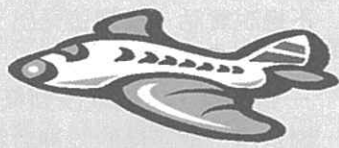
唉，糊塗就糊塗吧。清代的名人鄭板橋老先生不是說過嗎：難得糊塗！這人啊，有時還是要糊塗一些的，尤其是在糊塗能保持家庭和諧的時候！





坐飛機的夢想

石瑋老師



母親帶我們兄弟姊妹五人來到世界上，我們應該感謝她。家鄉的黃土過早掩埋了父親。此後，家庭生活的重擔就落在母親身上。母親是小學教師，每月要寄生活費給祖父母，那裡有我的兩個哥哥、弟、妹。



自從我懂事開始，母親對我們無微不至的關懷，那一幕一幕的畫面深深地刻入我的腦海裡，令我感受到母愛的無私與偉大。

上初中時，我被分在了所謂的快班。令人不愉快的是快班並不是按學習成績的優劣分配的，快班的一些孩子的父母是做官的。每次考完試，老師都會把班上按學習成績優劣排出的花名冊發給母親一份，我優秀的學習成績令母親欣慰。

初中畢業時，我領了三好生獎狀與獎品回來，卻悶悶不樂，從內心裡高興不起來。母親迫不及待地問我為什麼？這時我才撅起嘴說：「× × × 同學坐飛機出去旅行了。」「× × × 同學出去觀光了。」我問母親：「我們什麼時候才能坐著飛機出去玩？」於是母親說：「孩子，別羨慕這些，別和人家攀比這些。好好學習吧！只有好好學習，將來你才有機會坐上飛機飛遍世界各地。到時候什麼都會有的。」我聽了以後，不是很相信，不想讓母親傷心，點了點頭。我也們心自問：學出好成績，真的就會擁有一切嗎？是不是還是這樣平庸地活著？我的父親、母親都是十年寒窗讀出來的優秀生，也是祖父母輩心頭的期望與等待，可如今又怎樣呢？還不是這樣平庸地活著，連我這小小要求也滿足不了。可是母親又能怎麼樣呢？也只能是鼓勵我好好學習！

一次週末，母親放下了為生活而忙碌的一切，準備陪我去玩，她告訴我，要帶我痛痛快快地「瘋」一天。我歡呼雀躍，出了門，母親喊來了出租車，對我說：「今天咱們也來瀟灑一回。」我腦海裡頓時反映出母親在平時生活中十分節儉的每個細節，出租車來了，我倒不肯上車。等車走遠了，我才跟媽媽說：「這車坐一趟要多少錢？一定很貴吧！我們只是出去玩又不趕時間，沒有必要花這冤枉錢。」母親聽見我說了這些話之後，感動得流下了淚水。於是我和母親去擠公共汽車了，車剛停穩，我一下子竄到了車門前，在擁擠的人群裡使勁往裡鑽，差點跌倒，母親在後面大聲喊：「阿瑋，小心點兒，別擠著了！」我上車後，迅速在一個靠窗的座位坐下，並揮手朝母親喊：「媽媽，別擠著您了，我給您佔著座位了。」母親看著我一臉的興奮，她的心好像猛地被什麼刺了一下，面部閃過片刻抽搐。

母親告訴我，這個世界是無數個像爸媽這樣的普通人組成的。這些人平平淡淡，認認真真地生活著，同時也期望自己的下一代一步一個腳印地走好自己的人生路。我也知道我的童年比起父母的童年已經幸福得多。盡管這個飛速發展的時代也還讓我感知了淡淡的灰色，但是這些更讓我們這一代普通人分清善惡。

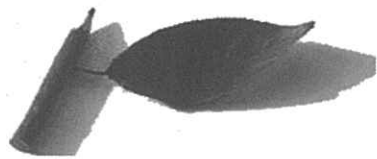
一天，我和母親吃晚飯時，她告訴了我一個意外的消息：因為年邁的外公、外婆在澳門，她曾經申請來澳門定居，得到了政府批准。事前她從來沒有對我提過這件事，可能怕我分散學習精力吧。知道這個消息後，我不知這個消息對於我來說好不好？

我和母親坐火車來到了澳門，來到了美麗的澳門小城。母親找到一所學校做小學教師，她的工資約是原來的四倍。在家庭經濟方面，我們這祖孫三代同堂的家庭就不覺得那麼緊張了，其樂融融。放暑假了，母親還記得我在國內讀書時，羨慕班中同學坐飛機出去旅行那一幕，暑假後，她第一時間到旅行社為我和外公、外婆報名參加去泰國的旅行。哈哈！我、母親、外公、外婆都是第一次坐飛機去外國旅行，我再也不羨慕原來在國內的某些可以坐飛機的同班同學了。



小學部老師

讀《沒有任何藉口》感想分享



勇於承擔，坦然面對問題——是大家都認同的一種積極的處事態度，更何況是為人師表呢。努力吧！盼望每一位教育工作者都能朝著同一方向努力，不單只要做西點軍校的士兵，不斷改進自己，也要做西點軍校的軍官，不斷持守著《沒有任何藉口》的理念，培育我們的學生。

工作無分大與小，記住工作要熱誠。列出要做的事情，一步一步慢慢做。同時懷抱感恩心，不找藉口定成功。

不要放棄，永遠不要為自己尋找藉口來開脫。即使面臨各種困境，仍然要選擇用積極正面的態度去面對。尋找解決問題的辦法，才是最有效的工作原則和生活態度。常常保持一顆積極、不放棄的心，活出更美好的人生。

沒有任何借口實質上是負責敬業的精神，是服從誠實的態度。使我領悟到尋找借口就是對所做事情的拖延和放棄，它會讓我失去別人的信任，包括上司、同事、朋友和我的學生；亦使我深刻的意識到再完美的借口，也無益事情的有效解決，只能使我疏於努力，遠離成功。

從教室中確實磨練我的能力，使我茁壯。不論在生活中、在職場上，《沒有任何藉口》一書能給我充分的勉勵和提醒。作者再次提醒我，工作不是我為了謀生才做的事，而是我要用生命去做的事。是否多麼熱愛自己的工作？是否懂得感謝在工作中所獲得的機會？是否緊記自己的身份和使命？所以我要以一顆感恩的心，感謝學校送給我這本有意義的書，使我獲益良多。往後，我要帶着熱情去工作，努力培育我的下一代，盡心竭力，作個無愧的用人，並以信心和愛心去實踐主的話，不讓藉口成為習慣。

無疑，起初看見這個書名確實有點負面感受。如果你真的放棄閱讀這本書，你就會錯失了一個自我反思的好機會！如果你帶著消極的心態來讀這本書，那就會變成你自我成長的阻力。如果你帶著積極的心態來讀這本書，那就會變成你自我成長的助力。

本書所引用的一句名言：「沒有卑微的工作，只有卑微的工作態度」再次提醒我們如何以卓越的態度來面對我們的工作，當有了卓越的態度，你所做的任何工作自然就是卓越的工作，你自然也能夠成為一個卓越的人。

學會了做事拖延的員工決不是稱職的員工這個道理。如果發現自己經常為了沒做某些事而製造藉口，或是想出千百個理由來為沒能如期實現的計劃而辯護，那麼現在正是該面對現實檢討的時候了，別再解釋了，快快動手去做吧！

書中描述每一個學員想盡辦法去完成任何一項任務，而不是為沒有完成任務去尋找藉口，哪怕是看似合理的藉口。就如同我們工作上通常會遇到很多困難或是暫時有些未能解決的事情時，自然地都會用一些借口去幫助自己逃避或推卸責任。而沒有深思自己是否已盡力做好這些事情嗎？所以此書帶給我的啟示，對事情一定要去想盡辦法解決問題。

我們在工作上或學習上，都難免會遇到很多挫折和困難。但是，如果想成功的話，我們應該要多花一點時間去找解決困難的方法，而不應該遇到困難就輕言放棄或者找借口去拖延時間，甚至不去完成。但是我們也應學懂以平常的心態，因為每個人的能力有所不同，只要認真對待自己接到的每一個工作任務或遇到的事情，用心去做，盡力嘗試，那麼就無愧疚了。

人生就像是個舞台，每個人都有屬於自己的角色，努力演好每個角色，這樣才能成為出色的「演員」。家庭中、職場上、課室裡，每個人都有屬於他自己的位置，如何做到稱職、到位，這是每個人都在研究的人生課題。在《沒有任何藉口》這本書中指出任何不能讓事情進步的「理」由都會變成讓事情拖延的藉口。而讓工作成為人生中不可缺少、努力構建的事業；還是可有可無、只為糊口的職業，完全取決於自己本身的心態。「成功取決於態度，成功也是一個長期努力累積的過程，沒有誰是一夜成名的。」

「工作就意味著責任」每個人都需要有責任心才能把工作做好。「懷抱一顆感恩的心」感恩是美德，常常懷抱感恩的心，設身處地為周圍的人（同事／上司）著想，可令我們能夠做到內心的寬慰。

在生活中，我們經常能夠聽到各式各樣的藉口，太多的藉口存在我們的生活中。但是無論做什麼事情，都要記住自己的責任，無論在什麼樣的工作崗位，都要對自己的工作負責。

借口能讓人逃避一時，卻不可能讓人逃避一世。正確的態度是正視現實，以一種積極的心態去解決問題，努力學習，不斷進取。《沒有任何借口》教會了我無論接到甚麼樣的工作任務，遇到怎樣的困難，都要想盡辦法去完成，而不是遇到難題就退縮和推諉，而且為了完成任務需要具開拓創新的精神，並把壓力變成動力。

看了《沒有任何藉口》這本書，當中有一章節是寫「多加一盎司，工作就大不一樣了」。這章節要我們不要少看這小小一盎司的力量，當你在工作當中每一樣事情都多做一分，結果的得益可能會在你意料之外。我們要把工作當成是用生命去做的事，全力以赴，我們就可能獲得自己所期望的成功。

通過閱讀《沒有任何藉口》這本書後，我獲益良多，對「沒有任何藉口」這一理念有了認識，啟發也很大。西點軍校能培養出這麼多優秀人材使我十分欣佩，特別是負責、敬業的精神和服從、誠實的態度，良好的團隊精神和合作能力，凡事感恩都非常值得我學習。

讀完《沒有任何藉口》此書後，真的很感謝校長送贈老師們這麼勵志的書。這本書帶给了我極大的反思及學習。我從這本書學會了成功是給這些不找藉口的人，我們應盡己所能去認真做好每一項工作，保持一顆積極、絕不輕易放棄的心，儘量發掘周邊的人或事物最美好的一面，從中尋找正面的看法，能讓自己有向前走的能力，而不讓藉口成為我們成功路上的絆腳石。我不會尋找藉口，而是追求卓越、追求成功、追求進步。

《沒有任何藉口》所表達的內涵遠比字面意思要深刻的多。它體現的是一種完美的執行能力，一種服從、誠實的態度，一種負責、敬業的精神。而在現實生活中，我們所缺少的正是這種精神。對我們而言，無論做什麼事情，都要記住自己的責任，無論在什麼樣的工作崗位上，都要對自己的工作負責。不能用任何藉口來為自己開脫，為自己找到一個個完美的理由。何況我們是為人師表呢。像書中所說「任何藉口都是推卸責任，在責任和藉口之間，選擇責任還是藉口，體現了一個人的工作態度。」

《沒有任何藉口》使每個人無論在學習、工作、生活中曾經有過各種冠冕堂皇的藉口，換得他人的理解和原諒，掩示自己的過失，使心理上得到暫時的平衡，通過閱讀《沒有任何藉口》這本書，使我深刻的意識到再完美的藉口。作為一名優秀的教師，應當貫徹這種「沒有藉口」的思想，心態要改變，全心的投入到工作中及多花時間去尋找解決問題的方案，以平和的心態，認真對待每一項工作任務，相信通過大家的努力，伴隨著暫時的失敗帶來的藉口會慢慢，完成任務的喜悅也逐漸增加。

大家在《沒有任何藉口》讀後感研討會上把自己對閱書後的感想一一作出發言。大家都圍繞和工作上有關問題作了很深的體會。但在繁忙工作之餘，我們何嘗不是對自己身邊的事物找來種種藉口來推辭呢！例如：每年的身體檢查，安排了嗎？給長輩們打個電話問候一下……沒有時間？體重又增加了……

書中闡述了責任感的重要，藉口的弊病；服從的美德，誠實的重要性；紀律是忠誠、敬業，創造力和團隊精神的基礎；全力以赴用生命去做你的工作；忠誠是人類最重要的美德，做任何事都要學會感恩，以及對工作有足夠的榮譽感等九個方面。如果我們能努力朝這九個方面去努力，我們的個人素質將會大大提高，團隊有這樣的員工，也會攻無不破，戰無不勝。

看過這本書後，我決心努力做到每一件事都想盡辦法去完成，而且力求做得最好，而不是為沒有完成任務去尋找或苦想看似合理的藉口。學會哪里有困難，哪里有需要，就義無反顧地奔赴哪里，明白誠信是為人之道、是為人處事之道、致勝之道、明白養成習慣守紀律是一個人自尊心、自信心和責任感的表現，感恩是發自內心的無言永恆的回報，知足常樂，助人為樂，讓生活充滿陽光，讓溫暖環繞著我們大家。

閱讀《沒有任何藉口》這本書後，了解到美國西點軍校 200 年來最重要的行為準則。值得我們去借鑒去思想。例如：只要你去完成一項的任務時，必須要盡辦法去完成，否則不是找藉口去掩飾未完成任務的來由或錯處。無論上司頒下的任務是大是小，「服從」是我們行動的準則。

在聖經：路加福音 16：10『人在最小的事上忠心，在大事上也忠心。』神的話告訴我們做事要盡忠職守。

敬業樂業，從不抱怨，盡力做到最好，不要找任何藉口……

無論你在什麼樣的工作崗位，喜歡你的工作，並且對自己的工作負責。這是我閱讀《沒有任何藉口》的最大的收穫。

在我們的日常生活中，人總是會在各方面為自己找很多「藉口」，甚至已經成為了一種習慣，可能這樣會令自己心裏覺得好過一點吧！但「自信的人從來不為自己找藉口，任何藉口都表現為懦弱的一面。」當出現問題時不應該讓藉口成為一面擋箭牌，把自己的過失掩蓋掉，因為長此以往就會有各種各樣的藉口可找，人就會不再想如何設法爭取成功，而把大量時間和精力放在如何尋找一個合適的藉口上，所以當我們遇到了困難，就要保持一顆積極、絕不輕易放棄的心，要記取教訓，把失敗視為朝向目標前進的墊腳石，而不要讓藉口成為我們成功路上的絆腳石。

雖然《沒有任何藉口》看似冷漠，缺乏人情味，但它可激發起一個人最大限度的潛力。失敗了也罷，做錯了也罷，再美妙的藉口對事情改變又有什麼用呢？不如仔細地想一想，下一步該怎樣去做。

對我們而言，無論做什麼事情，都要記住自己的責任，無論在什麼樣的工作崗位上，都要對自己的工作負責。不要用任何藉口來為自己開脫或搪塞，完美的執行是不需要任何藉口。尤其是身為一位老師，我們的言行、舉止都是學生的榜樣，更應拋開任何藉口，投入自己的責任感和忠誠之心，做到問心無愧，處處為學校、學生著想，懷著感恩的心情，盡自己的最大努力把工作做到最好。

教育工作團隊精神非常重要，要建立好的團隊精神，最重要是大家有共同的願景，校長於新學期開課前向全校教職員推介閱讀《沒有任何藉口》一書，期望透過這書令團隊有清晰的目標和處事態度。

在聖經馬太福音 25 章 14-30 節中記載〔按才幹受責任〕比喻。說明天國好比一個人要往外國去，就叫了僕人來，把他的家業交給他們，按著各人的才幹給他們銀子：一個給了五千，一個給了二千，一個給了一千，就往外國去了。那領五千的隨即拿去做買賣，另外賺了五千。那領二千的也照樣另賺了二千。但那領一千的去掘開地，把主人的銀子埋藏了。過了許久，僕人的主人回來了，和他們算帳。那領五千銀子的又帶著那另外的五千來，說：主啊，你交給我五千銀子。請看，我又賺了五千。主人說：好，你這又良善又忠心的僕人，你在不多的事上有忠心，我要把許多事派你管理；可以進來享受你主人的快樂。那領二千的也來，說：主啊，你交給我二千銀子。請看，我又賺了二千。主人說：好，你這又良善又忠心的僕人，你在不多的事上有忠心，我要把許多事派你管理；可以進來享受你主人的快樂。那領一千的也來，說：主啊，我知道你是忍心的人，沒有種的地方要收割，沒有散的地方要聚斂，我就害怕，去把你的一千銀子埋藏在地裡。請看，你的原銀子在這裡。主人回答說：你這又惡又懶的僕人，你既知道我没有種的地方要收割，沒有散的地方要聚斂，就當把我的銀子放給兌換銀錢的人，到我來的時候，可以連本帶利收回。奪過他這一千來，給那有一萬的。因為凡有的，還要加給他，叫他有餘；沒有的，連他所有的也要奪過來。把這無用的僕人丟在外面黑暗裡；在那裡必要哀哭切齒了。從這比喻中，說明各人有不同的才幹，都需要盡上努力完成各人的責任。

學校是培育人才的場所，教育是任重道遠，社會各界及家長們對學校都有深切的期望，因此作為學校的一員，都需要有良善忠誠的態度，高效能的處事效率。閱讀這書，讓自己有更深刻的體會一要有優質教育，需整體努力才能獲得成效，成功是一個長期努力累積的過程，須對自己的工作崗位有使命感，並保持一種自動自覺的工作態度，為自己的行為負責，是那些成就大業之人和凡事得過且過之人的最根本區別。對工作永遠保持樂觀的態度，這也是每個人應具有的人生態度，對努力工作的人，工作會給予他意想不到的成就感，他們總是做得比應該做的更多，我們為教育使命繼續加把勁吧！



升學了，筆記本電腦要如何選購？

趙積明老師

時近畢業典禮，剛好《2012 年度現金分享計劃》正要分享到 90 後的時候，準備升學的同學們可能已經打算收拾細軟，預備出外旅行或留學。不管你留澳或外出讀書，可能你都會購買新的電腦，今次就打算為大家介紹一下今年夏季的筆記本電腦購買選擇。除了手機，電腦可謂年輕人每天都會接觸的事物。當中，又不乏潮人玩意。以學生來說，方便移動，外出上課、做功課也可以自由帶出室外的電腦，當然是學生首選，但對於大學生來說，要針對個別學科所用到的不同的軟件，才算是買對了。下列就以各個大學學科類別的特色，來說明一下購機有什麼要注意的地方。

【經濟管理及人文科學類】

經濟管理及人文科學類算是購買電腦的一個起點了，這些科系對電腦應用的要求相比其他大學科系，要求要低得多，因為這些科系不用太高的「運算」能力。因此，不用花太多錢購買費用高昂的電腦，只要是 Intel i3、AMD Quad-Core A6 或「雙核心」CPU，已經夠用大學四年了。因為文科學系不外乎是寫論文、網上交作業而已，只要可以使用 Word、Excel、SPSS 之類的軟件就足夠了，對電腦的「運算」能力要求不高。

【理科系和醫學系】

對於理科系和醫學系來說，手上要有一台具有「運算」能力的電腦會好一點。因為理科的學生一般需要利用電腦的「運算」能力建立數學模型或處理圖像，對於醫學系的學生來說，也要處理許多醫學影像。對於資訊科技、地理科學院系的同學，也需要安裝許多的模擬器，來模擬整個網絡及環境變化。因此，理科學生需要的是一台能夠運行 VT (Virtualization Technology) 技術的 CPU，而且在「仿真技術實驗」時，大都需要用上四核心的 CPU 來應付大量的模擬信號。當然，Intel i5、AMD Quad-Core A8 或「四核心」CPU 是比較實用了。

【工程學系及設計學系】

對於工程學系來說，大一、大二將學習繪製工程圖則，必須要用到的軟件需要大量處理數據和科學運算，對於土木工程及建築系的同學，更要日以繼夜的練習畫圖則，那是一類辛苦得死去活來的課程。但現今學習，能透過大型的圖像處理軟件，繪製工程圖像已經變得相對輕鬆。當然，能夠繪製「高度精準」的圖則，必須要有高速穩定的電腦，Intel i7 系列成為了必然之選，再配合 NVIDIA GeForce GTX 670M 或 AMD Radeon? HD 6000M 系列圖像處理卡，處理大型圖像就不會容易死機或殆慢。尤其是運用 3DS Max、Blender、Cinema 4D、Maya、Autodesk 系列等設計軟件，就相對一般電腦的要求高得多。而設計學系（尤其是室內設計、包裝設計）除了會運用到高端電腦外，購買時也可以選擇 Apple 公司生產的電腦，因為這類學科一般使用 Mac 機而非 PC。由於 Mac 所使用的軟件並不能於 PC 上運行，建議學生在入學後，了解學院的學習情況，或向學兄學姐查詢，會更貼近實際學習，以免購買後得物無所用。以下附上基本配置建議表，配置及價格只供參考。

配置	經濟管理及人文科學類	理科系和醫學系	工程學系及設計學系
CPU	Intel i3 / AMD A6	Intel i5 / AMD A8	Intel i7
RAM	4GB-DDR3	8GB-DDR3	16GB-DDR3
HDD	500GB	500GB / 750GB	750GB / 1TB
Display Card	On board Share	AMD HD6630M	NVIDIA GT 525M
Monitor	10" ~15"	14" ~17"	>=17"
OS(Scheduled)	Windows 8	Windows 8	Windows 8
Price(HKD)	<5000	5000~8000	8000~15000

總的來說，新學年購買電腦是不宜太過心急，要貼近實際。而應付每年更新，而要求又越來越高的軟件，建議記憶體 (RAM) 在購買時，都選擇容量多一點較好。2012 年的下半年，Windows 8 系統亦會投入市場，購買筆記本電腦時要注意，新型號一般會安裝新版本 Windows 8，而不再是 Windows 7。由於筆記本電腦在購買時，已安裝好所有配置，因此，不用擔心兼容問題，只要選擇大廠的品牌，一般都可以順利使用四年，其實電腦不會太

容易壞，同學可以放心。而筆記本電腦品牌中，比較知名的品牌有：Toshiba、HP、Lenovo、DELL、Apple。在外地升學的同學，也可以比較一下當地的電腦價錢，選擇在當地購買也可。反正，現在一般電腦都是全球保用，在購買電腦時只要問清楚保養方式和時間就可以了，因為有些品牌的保養可以再加買全球保險，即使被盜，也只需要報警及付出少量金額，即可得到一台同型號的新電腦。在本澳上大學的同學，也可以留待九月、十月新學年開始之後，各間大學一般都會與電腦公司合作，在校舉行電腦展銷會，屆時展出的都是最新型號的電腦，而價格亦會比市面便宜20%—40%。因此，大家可以先入學，跟學兄學姐請教一下自己的學系要使用哪種電腦，以更貼近實際需要。

有關電腦問題，學生及校友也可以隨時來信解答。電郵：chioerik@163.com

談談學習管理秩序及處理學生問題的技巧

陳玉瑰老師

基督教學校應按神的公義與慈愛實踐輔導，與訓導合一的管理方式去管理秩序。要學習管理好課室，首先應管好自己，然後方能管理別人。先檢討自己，常以虧欠對學生，應做到聲（聲音）色（表情）藝（技巧），神說：「你想要做領導人，必先做眾人的仆人。」我們應學習如何理解、信任、關愛和愛護學生，關心學生，事事得學生的心，在教學中循序漸進，讓他們有滿足感，成功感，重拾信心，少點挫折感，好的管理技巧要融入信仰，因為聖經的原則是愛，對好學生是愛，對差生也是愛，愛是不求自己，只是幫助他人，做到助人為樂的。

要管好學生，教師必須做好身教、言教才會有效，俗語說：身教重於言教。有身教，言教方有效力，以生命影響生命。神的話語是教師和學生的「腳前的燈及路上的光」。聖經的話語使我們有信心，聖經的話語使我們有智慧，善用技巧，神讓我們有力量

改變學生，更新學生的形象，鼓勵學生，幫助學生喜歡學習，因材施教，發展學生不同的潛能，明白恩賜各異。幫助學生有所依從，從而建立良好的行事為人準則，以榮神益人。出於愛培養學生屬靈品德，懂得如何行事為人；常提示規則的意義，幫助學生學習，幫助學生遵守，為學生禱告，讓學生明白可靠主得力，凡事都能作，培養學生實踐主道，幫助學生建立良好的習慣，在求學上「忠心良善」以作修訂的原則。處理學生問題應以「內控」為主力，實踐「嚴謹而有關懷」，教識學生學會承擔，幫助學生認識耶穌，得到基督的教導，值著信仰，改變生命，讓聖經的話語觸動心靈。

綜上所說，學習管理秩序及處理學生問題的技巧就是：欣賞別人的長處，接納別人的短處，寬恕別人的錯處，分擔別人的難處。生命在於奉獻。

談天氣

粵：呢排天氣好好，唔冷唔熱。

普：近來天氣很好，不冷不熱

粵：今日好熱，幾多度呀？

普：今天很熱，多少度？

粵：澳門天時冷有冇落雪？

普：澳門冬天下雪不？

粵：澳門有落過雪。

普：澳門沒下過雪。

粵：我想聽日去爬山，唔知會唔會落雨？

普：我想明天去爬山，不知道會不會下雨？

粵：天氣預報講，聽日落細雨。

普：天氣預報說，明天下小雨。

粵：落細雨唔緊要，唔打風就得啦！

普：下小雨不要緊，不刮風就行！

粵：好似要翻風啦，出門要帶多衫。

普：好像要起風似的，外出要多帶些衣服。

粵普對照

2011-2012

高中學生作文比賽（高三級）

冠軍

臉孔只是一張皮

區子軒（高三望）

知名導演吳宇森曾經執導的一套電影<<奪面雙雄>>，故事中的主角跟對頭人調換了臉孔，整個身份也隨即改變，兩人從而展開了一連串的角色。雖然這只是一套動作電影，但箇中主題卻很值得我們深思——臉孔是否就是一個人的一切？

當然，從現實而言，要這樣更換臉孔是不可能的，從生物學角度而言，人的臉孔其實只是一層佈滿神經、血管的皮，甚至連「肉」也稱不上，然而這張皮，卻又跟我們整個人交錯糾結著，它令到一個人可以微笑、大笑、冷笑、皮笑肉不笑，也可以把一個人的喜怒哀樂表露無遺……或是隱藏得不留痕跡。試問世上有哪一種面具可以取代這天然產物？

世人們都很看重這張皮，不惜一擲千金去保養，甚至注射許多人體不應具備的物質，去博取外人一句讚美臉皮的說話：娃娃臉、童顏、剛剝殼的雞蛋……當中又以女性為甚，但這是她們的天性，因為「女為悅己者容」。近年來，這種風氣已經全面向雄風世界滲透，廣大男士為求得到一句讚美的話，也投身這個無垠大海中，廠商亦不斷推陳出新，務求在市場上分得一塊肥肉。其實這也是一種正常的供求關係，對人類而言並不差，因為能促進經濟；可是對大自然而言呢？

話又說回來，這張臉皮還具有不少的功用，至少，它可以成為暴力的出氣袋，更可以成為賺錢的工具，就連令人讚歎的川劇演出都以變臉為焦點；其實，臉孔只是一張皮，為何要太看重它呢？一張漂亮的臉孔也許會讓你在世上得到不少好處，可是它終究有老化、消逝的一天。與其浪費資源包裝這一張皮，倒不如鍛鍊自己的心靈來得有用。「成大事者，其內心也必然強大。」有人說，臉孔代表一個人的存在。如果臉孔是虛假的，那麼這個人的存在又是否真實呢？更進一步說，臉皮不同了「你」，還是你嗎？外表與內涵，到底哪方面更重要？答案應該不言而喻。當然，臉孔是我們面向世界的第一道前鋒，注意保養也是無可厚非的，但若只顧注重臉皮的保濕，而不多往肚子中添點墨水，那麼你永遠都只是草包一個。再縱觀中外歷史，偉大的首領人物如秦始皇、朱元璋、拿破崙等，他們的外表與其說是其貌不揚，倒不如說是異常醜陋更來得貼切；奇怪的是，逆命題真是可信的，外表俊美但心術不正的人，如意大利的凱撒·波爾金、清朝第一貪官和坤，他們的下場皆只能以慘不忍睹來概括。歷史總是會重覆的，鐵證如山，還不夠清楚嗎？

人類不可能靠著一張臉蛋過活，知識才是我們可擁有的、永不會衰老的瑰寶，話又說回來，沒有相應的知識，又哪來甚麼的「活膚神仙水」出現呢？培養品德，注重內涵修養，而不是老記掛著那張臉皮，人生才會變得更圓滿，這個人的存在也不再是虛假的浮雲，而是實實在在的在世上佔有一席位。

當你下次打算掏錢買新一瓶「活膚神仙水」時，想一下，這「水」真的可令你「升仙」嗎？

亞軍

面具與人生

洪穎琪（高三愛）

相由心生，一個人的臉看上去是怎樣的感覺，與他的心態有很大關係。但是，總有些人表裡不一，外表看上去善良親切，但其實內心冷酷無情。而最高境界莫過於「變臉」。

川劇裡的變臉是在瞬間換上另一個表情。人的臉不用靠面譜也能做到。有些人在不同的人面前有不同的嘴臉：在地位比自己高的人面前謙恭有禮，處處奉承，言談間都能聽出其阿諛奉承的心思；而對於與自己平起平坐的人，便會變成情緒化的一人，心情好就與你談笑風生，心情差你便會淪為出氣筒，無辜被發泄都不知所為何事。那麼那些地位比他低的呢？不用置疑也知道將會是以一副自命清高、滿臉鄙視的嘴臉對待他們。這種人也許在開始時會很受歡迎，但慢慢當每個人都知道後，就必然會成為「犯眾憎」，可笑的是，他全然不知。

其實在現這個社會中，充斥著這類人。他們為求上位，不惜放下身段和尊嚴，向能助他成功的人拍馬屁。或許他能成功，但周圍的人都會瞧不起他。

難道社會上就沒有表裡如一的人嗎？當然有。他們直率自然，心地善良，所作的事都隨心所欲，不顧慮後果，縱使會遭人白眼或反對都仍然堅持自己。沒有束縛規限，自由的做著自己，做著真實的自己。無視旁人的閒

言閒語，自己活得精彩便足夠。這種人有多少人憎恨，又有多少人嫉妒呢？

要在社會上安穩地生存，就一定要為自己製造不同的「面具」，不同的臉以對付不同的人，為的只是想做到八面玲瓏，令自己外交方面有更強大的後盾。但是「面具」戴久了，彷彿它已經融入了你的臉，最原始的自己也丟了，剩下的只有一個個自己偽造的「臉」。

人們最放鬆的時候就是家中。那溫暖又熟悉的家孕育著我們成長，在她懷裡我們可以脫去所有的偽裝與面具，赤裸裸的享受自己的世界。至於家人是最熟悉自己的人，有的時候我們發洩情緒會波及他們，有喜訊要宣佈也能帶動他們的情緒，家人就是看著你戴的任何一副面具和面具下的你，都依然用心愛著的人。

人要在社會上生存，便拼了命為自己製造不同的面具。但是，當臉上的面具太多時，脫下也成了難題，真實的自己也被眾面具所淹沒時，丟失了自己，還如何去面對那些愛自己的人呢？親愛的，還是做回自己吧，做回那真實無污染的自己吧！

季軍

笑臉是每個人的最佳化妝品

馮詠詩（高三樂）

臉上的表情雖然與我們每個人都息息相關，但也是在我們日常生活中被許多人所忽略的，我們現在就談談這個問題吧！

其實在我們每天的生活中，都要以臉孔去面對其他人。我們的面部表情由大腦神經所控制，這代表著我們的情緒可能通過大腦神經繼而傳達到我們的臉上，這就是表情。我舉出兩個例子：一．我有一位朋友，她的眼睛永遠都好像在笑一樣，嘴角總是向上揚，整張臉蛋都給人一種很可愛且平易近人的感覺，因此，我們都稱她是「愛笑的臉蛋」。她很受異性歡迎，她的支持者都是因為她的可愛臉蛋而傾慕她的。是的，人們總是以第一印象，主觀地判定一個人的好與壞，就等於人們總喜愛美好的事物一樣。相反，我有另一位朋友，她整天愁眉苦臉，有時還板著臉孔面對別人，所以她身邊的朋友都只有小貓三四隻。有天，她走過來告訴我說：「又有人討厭我了，我真的如此不受歡迎嗎？人們說我冷淡，整天板著臉似的，其實我根本不是這樣的，我只是臉部沒有表情罷了。」我向她解釋：「其實我們的臉部表情是很重要的，我們可以時刻面帶微笑，這不算是一件難事啊！我們應該多在鏡子前練習微笑，使習慣成自然。」不久，她經過一番練習，果然人緣變好了！這就是表情的重要性了。二．假如你是一位僱主，你會選擇聘請一位樣子平凡但有著平易近人的笑臉的員工，還是一位樣子美麗，但總是板著臉、生人勿近的員工呢？所以即使外表多吸引也比不上擁有和藹可親的笑容；再好的化妝品也比不上笑容的可貴。

現今社會上的人都忽視了笑臉的價值，如果在街上看見的都是笑臉，你說社會會變得和諧呢！這都是在於你個人的選擇，想以「笑臉迎人」還是「板著口面」？與其花昂貴的金錢購買化妝品，又或一些修飾外表的物品，倒不如花時間練習笑容或從調控自己的情緒入手，這真是「一舉兩得」的事情啊！既可改善人際關係又可以改善社會風氣，那何樂而不為呢？電視廣告裡也曾說過一句話：「笑一笑，世界更美妙！」。



優異

外公的笑臉

吳惠婷（高三善）

還記得小時候，一到了星期六，我就特別開心，因為媽媽會帶我和姐姐回鄉下探外公、外婆。每一次我都會叫媽媽買葡萄，因為外公最喜歡，而外公就會坐在門前的石頭上，等著我們回來。

在我記憶中外公的臉，永遠都是慈祥的笑臉。我曾經打破了外公心愛的東西，當時我覺得外公一定會很生氣。但結果不是我想的那樣，外公不但沒有罵我，還溫柔地笑著問我，有沒有受傷，之後，我問外公：「那樣東西，不是你很喜歡的嗎？為什麼我打破了，你也沒有生我的氣？」外公對我說：「那樣東西以前的確是我心愛的，但是現在，我心愛的，重要的，就是婷婷你。」那時，外公又對我露出微笑，那張笑臉，真的使我感到很幸福和歡喜。



每次回去，外公都會帶我去玩，而我每次在回家的路上，都會不願意自己走，一定會死纏爛打要外公揹我。外公每次都會笑咪咪地對我說：「真的對你沒辦法！」我趴在外公的背上，感受著他的呼吸，感受著他的氣息，回想著他的笑臉，自然地就會安然入睡。臨睡的時候，我很喜歡聽外公講故事。因為他講故事的時候，臉，是慈祥的笑臉；聲線，是溫柔的聲線。這些最令我安心，總是使我睡得甜蜜。

外公經常都會對我說：「很喜歡看見婷婷的笑容。」而我聽到就會對他作鬼臉。我有一

次問媽媽為什麼外公最喜歡看見我的笑容，媽媽說因為外公本人也很愛笑，整天笑咪咪的；另外最主要的是，他最疼愛你，所以希望你每天都是開開心心地笑著。聽到以後，我終於明白外公的心意。

現在，外公雖然已經離開人世了，但是，他那張慈祥的笑臉，永遠都留在我心中。奇怪的是，儘管重病在身，外公離去的時候，也沒有很痛苦的樣子。臉上浮現的，都是那使人感到安心的笑臉。還記得當時我哭了，因?我親愛的外公要離開了，以後沒有人坐在門外的石頭上等我回來；以後沒有人在我走累時，把我揹回家；以後沒有人用溫柔的聲線說故事，使我睡得甜蜜；最重要的是，以後沒有人用那般慈祥的笑容，對我微笑！所以我很悲傷，很不捨得外公。但這時候，媽媽對我說：「外公一輩子都是笑容滿面，而且他曾經說過，他最喜歡看見婷婷的笑容了。如果現在你哭了，外公一定很不開心。你應該用外公最喜歡的笑容送他離去，使他得到安慰。」

從此，每次我遇到不开心、不如意的事，我都回想起外公的笑臉。外公的笑臉，經常幫助我笑著面對困難。我要感謝外公，感謝外公的笑臉！

小四級成績

冠軍 小四信 吳文皓
亞軍 小四信 陳柯楊
季軍 小四信 鍾曉峰

小學部

徵文比賽

小五級成績

冠軍 小五信 政 宏
亞軍 小五望 陳諾衡
季軍 小五望 魏韻儀

小學部

徵文比賽

小六級成績

冠軍 小六信 陳子琳
亞軍 小六望 楊岸鳴
季軍 小六信 黃澤琳

小學部

徵文比賽

冠軍

假如我是大象

吳文皓（小四信）

假如我是大象有多好，大象能幹又溫和，受到很多人的喜愛。

大象有高大的身體，也有很大的耳朵，身體的重量即使有拾個大男人也抬不起來。大象不但有很重的身體，也有靈敏的鼻子，如果牠的鼻子跟長頸鹿脖子相比，大象的鼻子比較好用，當大象的鼻子向上翹，可以吃到樹上的果實，向下翹可吃到細小好吃的草。到了夏天，大象也可以利用鼻子吸河水來洗澡，與同伴玩耍，也可以吸沙泥，噴灑在自己的身上，驅趕蚊蟲。用途真是數之不盡呢！

大象的敵人就是老鼠，當大象聽到「吱吱」的聲音時，就像老鼠看見貓一樣，立即逃跑。當遇到困境時，大象會像保母一樣保護小象，非常勇猛，但跟年幼的小象玩耍時，牠又顯得非常?柔，相處得特別開心呢！

我真渴望我是一頭能幹的大象。



亞軍

假如我是小鳥

陳柯楊（小四信）

假如我是一隻小鳥該有多好啊！

小鳥可以自由的飛翔，飛啊飛！飛到太平洋的上空見識海洋有多廣闊，飛到高山上看一看美麗的景色，呼吸一下新鮮空氣。

晚上，我會飛到高高的天空上，看看星星有多明亮，看看月亮上有沒有傳說中漂亮的嫦娥，讓我可以看清她的真面目。早上，可以近距離地看一看日出有多美麗、多漂亮。有時候還會跟軟綿綿的白雲玩耍，比賽誰飛得快……

我非常渴望是一隻快樂又自由自在的小鳥呢！



季軍

假如我是神仙

鍾曉峰（小四信）

假如我是神仙，我會到世界各地去實現每個人的願望，我也會要世界上的人都可以長命百歲，長生不老，還會把世上所有的病菌統統消滅，人人都身體健康，過著平安喜樂的生活。

我還會到世界各地和小朋友聊天，了解他們的內心，若有不開心的事情，便為他們想辦法解決問題。我也會盡力做他們的保護者，以免他們受到傷害。

啊！我真渴望自己是一個神仙。



冠軍

假如我是魔法師

小五信(政宏)

假如我是魔法師，我要用我的魔法掃帚教訓亂拋垃圾的市民，把澳門整理得更整潔，更美好。

一天，我騎上我的魔法掃帚，飛到落後的地方。嘩！這裡很冷呀！我看到當地的小孩只穿很薄很薄的衣服，我立刻揮動我的魔法棒，變出厚厚的衣服，讓小孩們得到暖。

我又騎上魔法掃帚，飛到偏僻的地方，資助一些水和食物給可憐的居民，讓他們天天得到溫飽，我還要揮動我的魔法棒，弄出一個水塘給他們，讓我不在的時候，他們也能天天有水喝，我也會教曉他們耕種，學會自給自足。

我想到澳門的小孩實在太幸福了，我要用我的魔法掃帚載著他們一起到落後地區，感受當地人民的生活，讓他們知道幸福不是必然的，要「身在福中要知福」。

啊！我總想有一天，真的能成為一位魔法師，全力以赴幫助世人。我更想我的愛心感染世人，大家守望相助，一起過著幸福，愉快的生活。



冠軍

假如我是天

陳子琳(小六信)

21世紀，天災頻生！中國汶川大地震、日本地震、美國龍捲風……

因此，假如我是天！我會阻止這一切的來臨，我會愛護寶貴的生命，不會輕易帶走他們，我會向人類報夢，告訴人類珍惜植物和食水等一切自然資料。其實，天災簡接是人類親手造成的！為甚麼工廠排出的廢氣令氣層穿個大洞，排出的污水、油污又會令大海變為黑暗的海洋！

如果我是天，我會把它們——廢氣、污水、油污用一個巨大的吸塵機把它們吸進去。人類啊！你們聽到嗎？我不是天。我多希望你們愛護地球！是啊！假如多一個人愛護地球，地球就多一份光彩。人類啊！將小洞修補，吸走油污、污水……把黑暗海洋變回人見人愛，乾乾淨淨的大海！

人類，醒醒吧！但願這些災難只是我們的南柯一夢啊！

聖誕節

黃嘉琦(小五望)

慶祝聖誕節，校園裏充滿節日的氣氛。我們的課室在康老師和同學們的一起合作下，佈置的非常漂亮。聖誕聯歡會前夕，康老師還和我們商量感恩崇拜完後進行大食會，同學們都很積極參與，有的說帶食具，有的說帶飲品，有的說帶玉米沙拉……真的很熱鬧。

十二月十八日聖誕聯歡終於到了，同學們都陸陸續續地回到學校，我們來到大禮堂感恩崇拜。首先吳老師帶領我們唱詩歌，接著李校長講解了聖誕節的由來，讓我們明白到聖誕節的意義就是紀念主耶穌誕生。之後還有同學們表演精彩的節目，整個禮堂都洋溢著歡樂的氣氛。

感恩崇拜完後我們就回課室進行「大食會」活動，一開始我們就交換禮物，互相祝福。後來很多老師都來到課室和我們一起慶祝聖誕節，有位同學提議說：「不如我們請陳sir唱歌吧！」我們聽到之後就歡騰起來，一起叫著：「陳sir唱歌，陳sir唱歌……」在我們的热情邀請下，陳sir為我們放聲高歌，同學們都太興奮了，手舞足蹈和陳sir又唱又跳，徐老師還為我們錄影。後來我們一邊分享同學們的食物，一邊聽歌，一起拍照留念，還收到學校送給我們的聖誕禮物，實在太高興了。

放學回家後，我還和姐姐一起分享那些抽獎得來的禮物，一起談論在學校慶祝聖誕節和大食會有趣的事情，令我留下美好的回憶。

我最喜歡的事

黃靜芬(小六望)

我最喜歡的事有很多，打羽毛球、看電影、閱讀……多不勝數。電影的種類有很多，例如：戰爭片、生活片、古裝片，甚至是恐怖片。但我最喜歡的是古裝片和生活片。

《我家有隻河東獅》、《最愛女人購物狂》……雖然這些電影都是老片，但它們都是我的最愛。無論是放假時，還是閒餘時都想一睹為快。至於為甚麼喜歡看電影，我也說不出來。喜歡就是喜歡，不分時段，不分原因，也不分地點。看電影除了可以打發時間，還可以慢慢體驗出電影帶給我們的啟示。可以讓我們學到耐心、思考以及生活哲理和人生道理。

雖然看電影有諸多有好處，但整日都這樣看，不但對視力不好，而且看電影也需要三、四個鐘的時間，會因此而缺乏運動，影響及危害自己的健康。容易引起疾病和懶散成性及使免疫力下降。看電影也要適可而止，否則只會影響健康。



「病患關懷大使」證書課程 學員分享

本學年學校基督教部獲得教青局資助，邀得「澳門醫療事工協會 - 協安中心」合辦「病患關懷大使」證書訓練課程，由尹燕詩中心主任擔任培訓導師。此訓練課程內容包括：認識病人的身心靈需要、探病基本技巧、溝通之聆聽與同理心、如何向病人傳福音、癌症病人的心靈關顧。課程要求學員完成閱讀報告及學習感言各一份，並需達八成的出席率及參與最少兩次的實習活動，包括籌劃病友的聖誕慶祝會、採訪兒童病人及老人院。共有 30 位同學完成課程獲頒發證書，並在周會中分享心得，以下是部份同學的分享摘錄，盼望對未曾參加過此類課程的讀者，也會有所裨益。



共有 30 位同學完成「病患關懷大使」課程，並獲頒發證書。



同學們透過理論的學習及實踐，學會了如何關懷病患者。

（莫嘉敏 高三愛）我一開始知道有這個病患關懷大使課程的時候已經有很大的興趣，因為我身邊也有一些患病的人，但卻常常找不到方法去開解他們，幫助他們。而我本身有志於修讀社會工作等相關科目，我認為要幫助他們一定要先去了解他們，所以我毫不猶疑地報讀了這個課程，希望更加深對他們的了解，並由他們的角度去看事物，設身處地去服務他們。這次的病患關懷大使課程確實令我學到很多關懷病人的技巧，我們從探病時說話的禁忌和探病守則學到如何與病人開展話題、體會病人的心理、如何向病人傳福音等等。看似平常的事，原來當中也有不少是被我們忽略的，原來以前自己也有過好心做壞事。課程中導師上理論的時候常常都會引用很多真實的例子深入淺出地給我們講解，令我們的印象更為深刻，更易明白。記得有一節課導師邀請了一位嘉賓給我們分享他的真實經歷，這次的分享令我們不單單是聽別人講他人的經歷，而是確實地從當事人口中聽到，原來又有另一番感覺。這個課程我們一共有兩次實習，第一個是為一群癌病康復者舉行聖誕聯歡，一起唱歌，遊戲和聊天。之後導師安排了我們去醫院的兒科病房做探訪，我們和他們一起聊天，畫畫等，他們也很開心可以見到我們去探訪他們。我覺得這是一個非常有意義的課程，我們不但可以學到知識，更能運用出來，將愛傳給患病的人。



與病患康復者同賀聖誕。

（蔡芳芳 高一善）很高興能有幸參加這次課程，在這幾堂課中，我學懂了如何與病人溝通，怎樣關心他們身、心、靈的需要。

還記得第一次的實習，就是與一群出院病友慶祝聖誕節，表演節目過後，導師鼓勵我們利用與他們進餐的時候與病人溝通，一開始我真的有點害怕，不知如何入手，後來看見其他同學都開始與他們談話，我也鼓起了勇氣，開始了我的第一步，當然他們友善的態度也給了我無比的鼓勵，在這次實習中令我明白到病人真正需要的是什麼，明白到對病人應該要保持着什麼的態度，只要花一點心思、多用一點平和的語氣，事實上病人並不難相處。假使以後還有這種類型的課程，我一定會推介給我的同學，雖然要付出自己課後的時間，但我卻認為很值得。



病患者向學員分享患病的心路歷程。

我不知道我還有多少時間生活在這個世界上，但我會盡我的能力一點一滴去做自己想做的事情、關心病患等。盼望大家都能懂得去想、去經歷，活在神的恩典中是幸福的、是夠用的。

（布佳美 高三望）很高興可以參加這個課程，因為教會沒有相關的課程，所以我很想參加，但是課程時間和團契時間相撞，經過思考，認為這是一個很好的機會，所以我參加了這個課程。

在這個課程中學到應如何和病人有好的交談和如何了解他們的需要。原來我們的探訪已經可以帶給他們關心，病人的身體已經不太好，雖然我們不是醫生，不能醫治他們的身體，但是我們可以和他們聊天，讓他們把自己的想法說出來，釋放內心因患病而產生的各種疑慮。

這個課程中有一個的實習，要去探訪，未公佈往哪裡探訪前，其實是一點擔心的，因為如果要探訪老人家或癌症病人，我仍未有充足的信心。感恩的是最後是被安排探訪山頂醫院兒科病房，因為我有在教會的少年團契有服侍的經驗，所以懂得怎樣和小朋友相處。在探訪前一天，我拿了小時候爸爸買給我的故事書，它們終於可以大派用場。實習前，醫院的姑娘提醒我們不要和小朋友有身體接觸，經過了幾間的病房都不想進入，之後到了一間單人房，被人推了進去，看到一個小妹妹和他的爸爸。於是跟她說故事，之後聊天，聊天後冷場了一會兒，於是變魔術給她看，最後用送給她的畫冊和水筆和她玩遊戲。第一次的醫院探訪算是順利完成了。第五節課是如何和病人傳福音，提醒了我要先與病人建立關係，之後向他們傳福音才是合適的進路。

這個課程讓我明白和了解病人的需要，也對癌症有更多的了解，還讓我有機會參與了第一次的醫院探訪。我沒有後悔當初的決定，感謝天父讓我可以參加這一個課程。



探訪病童，並分享聖經故事。



學生通過探病實踐，對生命有更多的體會。

（李嘉儀 高三信）探病是一種恩賜，你同意嗎？是的，原來我們能夠去探望病人，說明我們尚有健康的身體和擁有一顆憐憫的心。上帝喜悅我們去服侍別人，更喜悅我們把祂的恩典帶到每一個病人身上，因為人在患病時，身心靈都特別脆弱，他們除了要忍受疾病所帶來的煎熬之外，心裡亦承受著很大的壓力，情緒起伏不定，變得神經質和敏感，無時無刻都擔憂病情，又害怕休養期間會耽誤學業或者工作，同時又害怕會拖累到家人，要親友擔心……如果此時我們能夠把上帝的話語帶給這些患病的人，使他們得到安慰，消除了心裡的焦慮，相信這樣對病情都會有一定的幫助，況且生老病死是人生必經的階段，不論我們是否願意也只能硬著頭皮去面對，而探病就是一個好好的磨練機會。因此，身為基督徒的我們更應該好好去了解和發展自身的探病恩賜，對自己和他人都有益處。

課程有兩次實習的機會，其中一次是到山頂醫院的兒科病房作探訪，以三人一組的形式分派到每一張病床，而我們分派到的是一位十一歲的小女孩，而她患的病竟是——自閉症！得知她無法說話時，我和我的組員們都感到十分無助，因為一直以來課程的重心都圍繞在「溝通」上，但面對著一位不會說話的病人，我們如何作出溝通呢？與此同時，我們也無法理解她內心的世界，雖然嘗試作了一些基本的對話，但她的反應似乎也不大，幸好她的母親亦願意跟我們傾談，使我們可以更加了解她，儘管最後我們都幫不上些甚麼忙，但我卻了解到一件更重要的事，就是我們探訪病人的同時，亦需要關心病人的家屬，因為他們和病人一樣承受著很大的痛苦和壓力，也肩負起照顧病人的責任，所以如果他們也得到關懷的話，相信會更事半功倍的。最後我想強調，我們要愛惜自己的身體，因為有健康的體魄才能更好的完成探病這項艱巨但意義甚大的工作！

球隊學界比賽成績佳



中學部排球隊在劉可欣老師的帶領下獲得學球類比賽女子A組亞軍。



中學部籃球隊在霍樹鈞老師的帶領下獲得學球類比賽男子B組亞軍。



學生黎國樑(高三善)獲得全澳田徑公開賽男青跳高冠軍。

全國應用物理競賽(澳門區)

李柏健(初三善)獲優秀獎

劉嘉俊(初三望)獲鼓勵獎

「希望杯」全國數學邀請賽

姓名	獎別	指導老師
孫傑毫(高二望)	三等獎	蘇瑞庭
雷軒丞(高一愛)	三等獎	吳子健
李柏健(初三善)	三等獎	陳明元
彭瀚文(初二信)	三等獎	蔡炳泉
許燕媚(初一信)	三等獎	毛俊文
林俊樂(小五)	三等獎	陳玉瑰
曾家耀(小四)	三等獎	鄭鎂堅

澳門浸信中學
Macau Baptist College

同樂耀樂

畢業音樂會

澳門浸信中學音樂職業技術課程
Macau Baptist College's Vocational

地點：澳門理工學院大禮堂
日期：2012年6月18日
時間：晚上7時30分
費用：免費入場(不設劃位)
入場券可於澳門浸信書局及廣星傳訊門市部索取

主辦：Presented by
贊助：(場地贊助) Sponsor
鳴謝：Acknowledgement

澳門理工學院
Macau Institute of Technology
澳門浸信書局
Macau Baptist Bookshop
澳門音樂協會
Macau Music Association
廣星傳訊中心
Rhythm Music Center

徵稿

- (1)來稿舉凡小說、文章、書法、繪畫、攝影等作品均歡迎。
- (2)來稿字數不超過一千字為佳，字體要清晰。
- (3)來稿刊登與否，概不退還，如欲退稿請註明。
- (4)來稿請寫明姓名、年級或聯絡方式。

