

暖流集

黎澤倫題



天保民學校家長教職員會通訊

42

快樂家庭大餐做法

文：陳雅麗校長 插圖：楊嘉莉老師

材料：

- 一份愛心（就像愛你自己那麼多就夠了）。
- 一份關心（包括不斷添加進去的付出）。
- 一份犧牲（再加一份能夠享受犧牲的心情）。
- 一罐開闊的胸襟（容得下自己的苦樂，也容得下家人的悲喜）。
- 一罐恬淡平和的心境（不為物慾所惑，不為得失所苦）。
- 一杯孩子的心（包括天真、無邪、單純、好奇、愛冒險、不記恨）。
- 一杯大自然（不一定要到戶外採擷，你心中若有備用也可以）。
- 一匙信心（永遠不會對自己、對別人，乃至對四周的環境失望）。
- 一匙忍耐（明白凡事都有定時，急不來—傳3:1-11）。
- 一匙從容（處變不驚、處驚不變）。
- 兩撮信賴（對別人，乃至對自己）。
- 兩撮了解（心靈的溝通）。
- 兩撮尊重（一種基本禮貌）。

做法：

把這些材料全部混合（當然差一、兩樣也不要緊，只是味道淡一點），倒在鍋子裡（甚麼鍋子並不重要），用愛火慢慢煮燉（火候的控制要靠你的經驗），輕輕攪拌，不時再加進去一點幽默的香料，一點歌聲、笑聲、親吻，以及任何你認為足以增加美味的東西。

你不需要等它煮好了才吃，現在就可以開始和家人一起品嚐。而且可以一邊煮，一邊不斷添加材料。

最後，當你心滿意足地享用這頓「快樂家庭大餐」時，不要忘記了讚一句：「啊！真棒！」也不要忘了感謝供給這些材料的上帝。



環保工作



1. 家長參與舊校服回收工作 (6/3/2009)
- 2-4. 參觀花卉展覽 (17-19/3/2009)

山頂環保廣場之旅 (13-14/5/2009)

5. 小四B班到達山頂廣場
6. 學習廢物回收
7. 與工作人員合照
8. 我也懂得環保

編輯委員會成員名單

暖流集 (第42期)

編輯委員會

主編：陳雅麗校長 馬福常副校長 黎志華副校長
編輯：周玉興主任 楊嘉莉老師
排版：周玉興主任 楊嘉莉老師
插圖：劉慈卿主任 陳長有老師
校對：編輯委員會
聯絡：周玉興主任 盧啟康社工
印刷：盈懿設計公司
督印：黎澤倫校監 陳雅麗校長

暖流集工作小組成員

周玉興主任 劉慈卿主任 楊嘉莉老師 李鎮安老師
陳長有老師 陳尚融家長 楊霆鈞家長 陳樂男家長
文約禮家長

本期封面為

袁思珩同學、吳冠熹同學、陳尚融同學、余冠熾同學、
楊霆鈞同學、鍾禮匡同學、黃煦霖同學、蔡仲熹同學、
陳鈺樺同學、曾子倩同學、楊耀俊同學、劉欣琪同學之作品

本校網頁提供更多學校消息，歡迎瀏覽

<http://mrs.hkcampus.net>

最聰明的投資

陳雅麗校長

香港人向來注重投資，近年坊間出現的「投資課程」，參加者由專業人士、家庭主婦，甚至學生都有，人人都渴望能成為畢菲特第二，藉着投資置富。可是去年爆發金融海嘯，浪潮席捲全球，至此，香港人的投資狂熱才得以暫時冷卻下來。也許，這正是上天給我們的機會，讓大家好好反思：「甚麼才是最聰明的投資？」

「不要為自己積儉財寶在地上，地上有蟲子咬，能銹壞，也有賊挖窟窿來偷。只要積儉財寶在天上，天上沒有蟲子咬，不能銹壞，也沒有賊挖窟窿來偷。因為你的財寶在那裏，你的心也在那裏。」太6:19~21

聖經提醒我們，財富只是次要的東西，不應全力去追求。太6:19~21用「蟲子咬」、「能銹壞」、「有賊偷」來形容錢財飛逝，既傳神又生動。正當人人都關注自己在地上資產的增值時，我們可有想過，其實「家庭」才是人在地上最重要的資產？我們又應該怎樣投資才能使「家庭資產」有所增值？讓我們一起從聖經中去找尋指引。

「你們作丈夫的，也要按情理（原文是知識）和妻子同住；因他比你軟弱，（比你軟弱：原文作是軟弱的器皿）與你一同承受生命之恩的，所以要敬重他。這樣，便叫你們的禱告沒有阻礙。」彼前3：7

了解和關心

聖經這裡有關互相了解、關心的教導，除了應用於夫妻之外，其實也可以應用到不同的關係中，例如：父子、母女、兄弟等。了解的意思是「明白並關心別人所關心的事情」。我們知道家人心中所想望、所記掛的事嗎？知道他們心中的憂慮嗎？我們有否每天抽出一段時間陪伴家人，與他們聊聊天，關心一下他們當天的生活嗎？若果真的太忙，那麼發個短訊、通個電話、寄個電郵也可以表達對家人的關心，增進溝通。短訊內容毋須太長，只要將心裡所想的寫出來便行，如「昨天見你好像不舒服，小心身體。」、「今晚煮了你最喜歡的菜，回家吃飯嗎？」、「我今晚回家吃飯，有甚麼靚湯飲？」就這樣簡單的說話，對方看見，已經感到很體貼、很窩心了。

互相尊重

古語有云：夫妻當相敬如賓，同樣，一家人亦必須互相尊重，關係才得以維持及增進，這點，反而是我們最容易忽略的。很多時，我們對同事、朋

友都能夠以禮相待，反倒對家人卻往往原形畢露，失去尊重，以為一切都是必然的。失去了尊重，任何一種關係都無法增長，甚至無法維持。有時我們跟家人相處、溝通時，未有留意自己的語氣，失去了尊重，以致影響了大家的關係，例如：家人來電查詢會否回家吃飯，很多人會不耐煩地答：「早說了不回來，還要問？」其實，只需要用較溫柔的語氣回答，已可令對方感到受尊重。

互相建立

說話能傷害人也能建立人。聖經教導我們：「……你們該彼此勸慰，互相建立……」（帖前5：11）對家人多說鼓勵的說話，特別在難處當中，更應多給予支持和鼓勵，這樣做就有如替家人的心靈「排毒」一般，幫助他們將心中的失望和怨氣舒解，有助維繫家人關係之餘，亦能促進家人的心靈健康，可謂一舉兩得。

原諒與忘記

原諒別人不是人的天性，人的天性總傾向將怨恨牢記在心，然後伺機還擊，所以今天有無數的家庭，處於衝突與不和之中。聖經說：「……總要彼此包容，彼此饒恕，主怎樣饒恕了你們，你們也要怎樣饒恕人。」（西4：13）今天我們經歷過上帝的寬恕，就能夠有能力去包容、寬恕別人，包括我們的家人。真正的愛是「凡事包容」（林前13：4-7），這也是和諧家庭所必須具備的元素。

多看家人的長處

美國著名企業家卡內基（Andrew Carnegie）曾經說過，培育人與淘金的道理如出一轍，那就是「在除掉沙泥之時，必須時刻定睛於當中所含的金沙。」意即：我們當多看並發掘我們孩子、家人所擁有的長處，並予以讚賞和發展，這不但有助家人的成長，也可以為家庭注入更多正能量。今天，我們有看見我們家人生命中所蘊藏的金子嗎？

關懷與體貼

有時我們會與友人出外用膳，其實我們可以在離開前買點「手信」回家，放在雪櫃內並貼上字條—「很好吃的，特別買給你試試。」這樣已經使人甜在心頭，家人之間的關係亦能在不知不覺中凝聚起來。

互相鼓勵

「笑一笑，世界更美妙。」不要低估笑靨的威力，它不但使你的臉孔更漂亮迷人，它更能帶給你身邊的人溫暖與鼓勵。

凡事謝恩

你有為身邊的家人獻上過感謝嗎？也許他們不是最聰明、最漂亮、最會賺錢、最體貼的，但他們是我們的「家人」，是無可替代的。在這個關係裡面，其他一切的事情都變得不重要，重要的是他們與我們同受生命之恩，一起分享生命中的苦樂，一起同行人生道路，我們當為上帝所賜的每一位家人獻上感謝。

總結

聖經說：愛是「凡事包容、凡事相信、凡事盼望。」惟有這種愛才能將家庭維繫起來，而在這種愛中生活的家庭，也正是將來天堂的縮影。

智「正」能量

小六B 姚斯雅媽媽

我相信每個人都有重要的角色，有自己的一個故事。而我們還能活着，就是幸福，因為還有機會去面對不同的挑戰，學習不同的事物，享受過程中的經歷。讓我們生命中的圖畫畫上不同的色彩。有多豐富？有多燦爛？在乎我們怎樣去欣賞。

我在不富有的家庭成長，可說是「手停口停」。從小與兄姊協助父母做工和分擔家務，而家人那份互助互愛，卻使我感到無限豐足和喜悅。

我出世就需要換血，因身體虛弱而經常不能上學，至十六歲發覺患癲癇病症及抑鬱症，令我因養病而失去學業。不過我永不放棄的性格、後來不斷進修和學習，加上病情慢慢穩定下來和事事盡心去幹，其後發展至有事業、有家庭、有乖女，生活幸福，樂也融融。可惜世事難料，丈夫突然因血癌去世，母親也患上腸癌和中風……一切都不能預計，也不是三言兩語能盡訴。經過時間沖洗，努力面對和學習接受，把自己的病看成是生活的一部份，把難關當作生命中的磨練。

斯雅在三歲時父親過身，令她開始變得焦慮不安，事事害怕、缺乏信心、難以集中，並患有讀寫障礙和注意力缺乏症。一路以來，我只知面對問題、盡力去找尋醫生，讓她接受不同治療。同時自己也去學習，從而協助斯雅，教導她一起樂觀面對。

斯雅於小四期間，她的學習和情緒問題更為明顯、對測驗、考試非常恐懼，而且抗拒上學，經常頭痛和不舒服，真令我心痛極了。我一直尋找適合她的學校，直至五年級下學期轉到天保民學校，校長、老師和社工們的關愛、學生的純品風氣、適切的教學模式，讓斯雅可以開心的重投校園生活。在此再次多謝校方對教學的那份熱誠，對學生不離不棄的照顧和關心，對家長的體諒和支持。這些比起重學分、盲目追從成績更重要。因為我相信校方、家長都希望學生有良好的品德、能明辨是非、成為一個有自信心和受人尊重的人。

我一直都以尊重和和商有量的態度與斯雅相處，記得2008年暑假前夕、我倆一起上網為斯雅選擇活動，她在戰戰兢兢下參加了香港外展訓練學校的活動。這是她首次在沒有媽媽、沒有認識的朋友或同學下，參加一個為期五天的訓練營。過程中，對我也是很大的學習，因為要分開那麼多天，令我既掛念又擔心。最後，乖女終於克服了恐懼、由不敢去幹，到堅持到底。能夠一一克服和面對，最後完成五天的挑戰。畢業那天，她曬得黑黑的，雙腳被蚊子釘得紅腫腫，身體疲倦得不像自己。雖然如此，卻掩蓋不了她那份喜悅

和成功帶來的滿足感，而且她還希望勇敢再嘗試呢！

這次更令我感到、家長不要少看子女的能力、更不要與人作比較。只要做好準備功夫，在安全的情況下學習放手，讓子女去嘗試，無論結果如何，盡了力便足夠，過程中的得着是遠比成敗得失更重要。

數年前，我與認識多年的好友結婚。看見丈夫待斯雅如同自己的女兒，乖女又愛錫爸爸，心中倍感安慰。雖然家庭相處中也面對不少的問題，但我深信憑着大家真的愛對方，一定可建立一個和諧、充滿歡欣、喜樂的健康家庭。

在生活中，雖然我是母親，但如果我自己有過錯，也一定向乖女道歉改過，因為這是尊重她。我希望藉此讓她明白有錯要懂得承認，道歉和改過。我認為身教重於言教，我們需要以身作則，因為父母是子女的鏡子。

有時我是女兒的母親、老師、姊姊、好朋友、甚至妹妹。其實，當什麼角色並不重要，重要在什麼情況和環境作什麼事。細心聆聽、接納、互相信任、尊重和鼓勵，我們才能正面積極去面對生活。

多年裏，最痛最難過的日子也能一一克服到今天，最開心是見到乖女的笑臉，家人和朋友的愛護，及自己還有能力照顧身邊所愛的人。最寶貴是在經歷和成長中，學到更懂得互相體諒，關懷接納和珍惜。家人與朋友互相支持，愛護和鼓勵。人與人之間那份真摯的愛，是最珍貴和無價的。

當你失意時，只要你看看想想你愛的人，什麼痛，什麼困難，什麼苦也會沒有了，而最重要還是要懂得愛自己。

我深信：「世上無難事、只怕有心人。」
「只要不放棄、前路更光明。」
「磨練助成長、生命更精彩。」

凡事勇敢面對、不放棄、
互勉互勵，一切會更美好。

我們一起加油！努力！加油！



孩子給予的啟示

小三A 鄭琳家長

當很多朋友知道我們擁有一個「與別不同」的孩子時，第一個反應通常是認為我們「不幸」，會以同情之心安慰我們，但在孩子的成長過程中，透過夫婦共同面對一關又一關的考驗，感受到孩子其實是上天給予我們的恩賜，祂認為我們這個家庭應有愛心及足夠能力照顧一名「生命力超強」的孩子，這是我們家的「榮幸」，而且，在某方面，孩子確實帶給我們無比的歡樂。

記得當醫生告知孩子的DNA有問題時，我們也有不開心和無奈的感覺，更要問一聲“為何偏偏選中我？”，其後她多次進出醫院，甚至遇上家傭突然辭職等困境，我們夫婦又要上班，面對如何安排照顧孩子的問題，真的很苦惱。幸好我們有一個親密的支援網，我們雙方的父母、兄弟姐妹等，均義不容辭地為我們提供支援；上司在假期安排上提供方便，同事也樂意配合，點點溫情暖在心。

由於我們願意正面地面對孩子的「與別不同」，不但沒有將孩子藏在家裡，更經常帶她出外遊玩，不怕別人的歧視目光，此舉意外地獲得熱心人士指點，令我們可以增進知識，更易地尋找到所需服務，在尋找社會資源協助孩子的同時，也學習到不少事物。在此，願與各位家長分享一點經驗，當遇到困難時，不要介意向別人求助，雖然今天我們是受助者，但日後我們也可將經驗協助他人。

當我們以過來人身份為他人提供協助後，見到人家的釋懷及高興樣子，心裡曾閃過一個念頭，我們的孩子是否被派給我們的天使，讓我們可以將愛感染更多的人！



家庭正能量

小二B信 鄧卓軒家長

自從軒降生到我們這個家庭，媽媽的性格有了很大的改變。曾經非常依賴別人的思想也慢慢變得獨立自強。而父親仍然是溫和而仁祥的。對於軒，有時會顯得過份遷就，而媽媽過於嚴格的態度又令到軒無所適從。

當大家都意識到這樣會影響到小朋友時，新的問題出現了，軒要上小學了，是繼續在大陸讀書還是在香港接受教育。誰也不知道哪種方式會對軒更好。幸好媽媽立即帶了軒回香港，並幸運地進了天保民學校；一年半的時間，已經看到軒的不斷進步。而或許因少了父親的溺愛，軒更懂事了些，而媽媽也不斷和爸爸溝通對軒的教育方式：不可放縱，適當引導。

父親也仔細檢討了自己對小朋友有時放鬆的態度，在某些方面也學媽媽一樣收緊了限制，比如軒喜歡爆丸的玩具，以前爸爸是逢要求必應，現在就盡量少買了，如果有時表現好，或者做了些很好的事（實際上是應做的事，比如拖了地，摺了衣服或幫大人收拾碗筷）也會買一個以示獎勵，這時的軒會非常高興。因為這時的玩具是他努力得來的，他就會懂得珍惜了。

因為少見面的關係，軒對爸爸特別依戀；而爸爸相對媽媽的嚴格又溫和些，所以和爸爸一起時會有些放任，每次要去爸爸那裏之前，媽媽就會提早和爸爸說清楚：首先不可隨意答應軒的要求，其次爸爸自己也不可在行動上太放鬆，應該嚴肅時切不可一笑了之。總之一切以媽媽的標準為標準。而爸爸現在也明白到軒慢慢長大，很多問題也不可小覷，更不能忽視一些細節的東西了。所以爸爸也很配合，不再那麼溺愛孩子，一些規則不再隨意去破壞。比如就算放假，十點前軒也一定要上床睡覺，而看電視的時間也不能超過一小時等等。而父母有問題發生爭執時，也盡量避開小朋友，讓他面對的是輕鬆愉快的家庭生活。

媽媽也意識到如果父親長期不在身邊的孩子性格可能會柔弱些，所以更着重培養軒勇敢的膽量和不怕痛不怕苦的精神，希望軒能成長為一個勇敢而有責任心的人。

插班新丁

中一B 梁嘉慧家長

小女嘉慧今學年加入天保民大家庭就讀中一，希望她學習獨立生活技能和中文。

開學的第一天放學後，班主任許sir來電，告知嘉慧當天適應得很好，真的由衷感謝！這一位年輕的老師，似乎很明白孩子上學的第一天，父母焦慮的心情。及後的一兩天，發現竟然有家課，而且老師很快已批改好，並要做改正。嘩！學校教學的一絲不苟，簡直令我們喜出望外！後來，得知許sir為嘉慧安排了同班的一位女同學，現在已成為嘉慧的好朋友。幫助她適應校園生活，服務真是很周到。

嘉慧學習方面很充實。中文、數學及常識科，每一單元都有老師們製作的課本和家課冊。內容不單分量十足，而且能按步就班，從不同角度及細緻地設計課業去教導學生。老師們亦派發各科學習大綱，讓家長明瞭，並可以在家指導子女溫習，加強學習效果。見到嘉慧掌握了三角形，四邊形和時鐘的認知，自信也增多了。中文科對嘉慧最具挑戰，感謝何軀君老師很耐心教導、不斷鼓勵，更常常在午飯後為嘉慧補習，也特地為她做大方格子，方便默書時書寫。雖然嘉慧學好中文不是一朝一夕的事，但嘉慧通過學習如課文朗讀、堂課、家課及默書等，對所學有了初步掌握，她偶然能認出街道及招牌上的中文字，令人欣慰。

在嘉慧控制體重的事宜上，學校也具體地提出建議，例如楊主任在家訪時提議嘉慧步行返學。於是我們便讓她每天步行三十分鐘。最初嘉慧要停下來喘氣，但幾個月後，已絕無難度。後來校護羅姑娘也徵召她加入晨早健體班，還定時有體重報告及具體的飲食及運動建議，而班主任更幫忙午餐時減飯餸，所以在七個月內，嘉慧已持續減去十磅！

嘉慧已順利融入學校生活，常常講述學校所學及所見的人和事。現在，她燦爛的笑容和閃亮的眼睛，充滿了自信。

此刻，嘉慧邁向新一頁。在這青草地、溪水旁安穩地成長，我要為學校所有的教職員感謝神，雖然孩子們是折翼的天使，未必飛得高，飛得遠，但心底裏，父母仍深知孩子是上帝賜給我們最美的賞賜。多謝老師們守護着他們，為孕育及造就學生盡心竭力，追求卓越。願上帝豐富地祝福及獎賞您們。



主賜給我們的〈笑容〉 真是恩典太美麗

小五B 楊靈鈞家長

弟兄姊妹大家好：
全球經濟不景嗎？
香港經濟不景嗎？
家庭經濟不景嗎？
自己經濟不景嗎？
經濟會影響了您的所有嗎？

經濟不好又算是什麼呢？人生就像一份報章，內容不可只講經濟，要樣樣都講，樣樣都知，打開眼界，打開心窗，打開局面。
總知，以下內容大家就當係打開份報紙看看吧！

還有……很多……許多……更多東西，比經濟環境更重要。請看看自己是否擁有經濟能力時如同擁有以下的一切呢？

有經濟 = 有親情嗎？
有經濟 = 有愛情嗎？
有經濟 = 有友情嗎？
有經濟 = 有健康嗎？
有經濟 = 有家庭嗎？
有經濟 = 有信心嗎？
有經濟 = 無壓力嗎？
有經濟 = 有良好夫妻關係嗎？
有經濟 = 有良好父子關係嗎？
有經濟 = 有良好父女關係嗎？
有經濟 = 有良好母子關係嗎？
有經濟 = 有良好母女關係嗎？
有經濟 = 有良好兄弟姊妹關係嗎？

當經濟好景時，是否相等於以上的一切也隨之變好嗎？我們錯了……以上一切非經濟所能真正帶來。

而可能是從〈笑容〉的奇妙，隨之而來……

〈笑容〉可造就 親情，
〈笑容〉可造就 愛情，
〈笑容〉可造就 友情，
〈笑容〉可造就 健康，
〈笑容〉可造就 家庭，

- < 笑容 > 可造就 信心，
- < 笑容 > 可戰勝 壓力，
- < 笑容 > 可造就 夫妻關係，
- < 笑容 > 可造就 父子關係，
- < 笑容 > 可造就 父女關係，
- < 笑容 > 可造就 母子關係，
- < 笑容 > 可造就 母女關係，
- < 笑容 > 可造就 兄弟姊妹關係。

很多人曾經對我說：經濟不好導致家裏有許多困難真是家家有本難唸的經。

但是，弟兄姊妹，以後我們應該要改口了。家家再無一本難唸的經，從今天起，家家只有一本難忘的經——《聖經》。

話語在心，聖經在手，天父在前，世界在後。今天的事輕鬆侍候，明日憂愁永不到手，樂也悠悠。

我有一種感覺，天父賜給我們最強的生存能力——就是「笑容」，您有嗎？您懂得笑嗎？您真的笑得開心嗎？

人生的際遇不由您決定，但處事心境您必有主權。有笑容，就有朋友；多笑容，就多造就。

因為笑容是主賜給我們的大能力，當中代表：

<智慧>、<溝通>、<友善>、<魅力>、<動力>、<積極>、<冷靜>、<愛心>、<溫暖>、<富足>、<忍耐>、<謙虛>。

試想想如果大家每次在遇見困難時，拿出主賜給我們的大能力「笑容」去面對和經歷，主的恩典必與您常在，無一所缺。

弟兄姊妹，在困境中，我們不求主改變環境，但求主改變我們的心思意念。

獻出無盡愛心，以笑容互相效力，家庭，事業兩得益。

Folen Yeung
positive thinking & positive result
祝福您·笑笑笑

《灰姑娘》的故事

小三B 陳尚融家長

如果大家有用電腦上網和電郵聯繫，也許你們都曾收過不少〔轉寄〕訊息，有些是鼓勵心靈的故事，有些是有用的資訊。今次也想藉著「家長好介紹」這個平台，為大家介紹（或轉寄）一個經電郵收到的故事。除了帶給大家一篇輕鬆的故事外，也希望大家體會到同樣的事情，但因為不同的想法，就會帶來不同的態度。內地著名學者于丹曾這樣說過：「一個人的生活完全是可以由態度來改變的，一個人先天的性格，後天的機遇，固有的價值觀，最後會決定自己的命運。」你們會選取哪種價值觀？會選取哪種生活態度？

《灰姑娘》的故事

故事發生在美國一所普通小學的一堂閱讀課，有一位很棒的老師和一群天真的孩子。

上課鈴響了，孩子們跑進教室，這節課老師要講的是《灰姑娘》的故事。老師先請一個孩子上台給同學講一講這個故事。孩子很快講完了，老師對他表示了感謝，然後開始向全班提問。

老師：你們喜歡故事裏面的哪一位？不喜歡哪一位？為什麼？

學生：喜歡辛黛瑞拉（灰姑娘），還有王子，不喜歡她的後母和後母帶來的姐姐。辛黛瑞拉善良、可愛、漂亮。後母和姐姐對辛黛瑞拉不好。

老師：如果在午夜12點的時候，辛黛瑞拉沒有來得及跳上她的南瓜馬車，你們想一想，可能會出現什麼情況？

學生：辛黛瑞拉會變成原來髒髒的樣子，穿著破舊的衣服。哎呀，那就慘啦。

老師：所以，你們一定要做一個守時的人，不然就可能給自己帶來麻煩。

老師：孩子們，下一個問題是：辛黛瑞拉的後母不讓她去參加王子的舞會，甚至把門鎖起來，她為什麼能夠去，而且成為舞會上最美麗的姑娘呢？

學生：因為有仙女幫助她，給她漂亮的衣服，還把南瓜變成馬車，把狗和老鼠變成僕人。

老師：對，你們說得很好！想一想，如果辛黛瑞拉沒有得到仙女的幫助，她是不可能去參加舞會的，是不是？

學生：是的！

老師：如果狗、老鼠都不願意幫助她，她可能在最後的時刻成功地跑回家嗎？

學生：不會，那樣她就可以成功地嚇到王子了。（全班再次大笑）

老師：雖然辛黛瑞拉有仙女幫助她，但是，光有仙女的幫助還不夠。所以，孩子們，無論走到哪裏，我們都是需要朋友的。我們的朋友不一定是仙女，但是，我們需要他們，我也希望你們有很多很多的朋友。

下面，請你們想一想，如果辛黛瑞拉因為後母不願意她參加舞會就放棄了機會，她可能成為王子的新娘嗎？

學生：不會！那樣的話，她就不會到舞會上，不會被王子遇到，認識和愛上她了。

老師：對極了！如果辛黛瑞拉不想參加舞會，就是她的後母沒有阻止，甚至支持她去，也是沒有用的，是誰決定她要去參加王子的舞會？

學生：她自己。

老師：所以，孩子們，就是辛黛瑞拉沒有媽媽愛她，她的後母不愛她，這也不能夠讓她不愛自己。

就是因為她愛自己，她才可能去尋找自己希望得到的東西。如果你們當中有人覺得沒有人愛，或者像辛黛瑞拉一樣有一個不愛她的後母，你們要怎麼樣？

學生：要愛自己！

老師：對，沒有一個人可以阻止你愛自己，如果你覺得別人不夠愛你，你要加倍地愛自己；如果別人沒有給你機會，你應該加倍地給自己機會；如果你們真的愛自己，就會為自己找到自己需要的東西——沒有人能夠阻止辛黛瑞拉參加王子的舞會，沒有人可以阻止辛黛瑞拉當上皇后，除了她自己。對不對？

學生：是的！！

心靈投資

小三B 麥友和家長

作為香港人，我們自小已慣於競爭。打從子女未出世，父母已開始爭用名醫，為子女爭就讀名幼稚園，小學等。當他們日漸成長，爸媽更把「競爭」這重要任務放在子女身上：鬥身高、樣貌，鬥音樂、運動、成績等。於是我們日夜不停生產一台又一台的“achievement machines”。人生階段沒完沒了的在鬥。這鬥爭已經成為我們的習慣，更甚是成為我們的嗜好呢！金錢，物慾、地位，便是我們身份籌碼。但是當我們越努力投放時間資源去鬥爭，我們就越不快樂，所得到的是無盡的憂愁、緊張和恐懼。為什麼呢？

幸運地，從神的話語中，我們終於找到了答案。現今經濟劇變，上天賜了我們寶貴的一課，喚醒大家要反思，如何才能找到永恆的快樂，再不能活在一個虛空的軀殼，每天營營役役地穿上戰衣拼搏。

是時候大家要放下步伐和面子，多聆聽神的話語，勇敢面對自己內心最脆弱的真我，重整自己的投資計劃，重新調配資源，多些投資在心靈和家人上。



鴻琳洗禮了

中四A 馬鴻琳家長

鴻琳在半歲時已接受了嬰孩洗禮，根據我們教會的章程，到了12歲後便可以接受「堅振禮」，牧師用了一段時間給鴻琳上學道班，讓她再確定自己的信仰。

在2008年12月25日教會的聖誕日崇拜中，鴻琳接受了堅振禮。當天她十分興奮，牧師問她有關信仰問題時，她一本正經，堅定地一一回答。接著的星期天，是她期待已久的聖餐主日。我問她「聖餐中的餅和酒代表什麼？」鴻琳答道：「是耶穌基督的身體和寶血！」

我們一直有晚禱的習慣，鴻琳會向主耶穌吐心聲，祈禱中她會講述在學校發生的事情，如老師病了和與同學相處的趣事，當中提得最多當然是她至愛的同學嚴倬懿呢！

鴻琳從主耶穌裡得到出乎人意的平安和喜樂！



智「正」家庭大賞

楊嘉莉老師

基督教香港信義會社會服務部舉辦智「正」家庭大賞，目的是提升社會大眾對智障人士家庭的認識與接納，並表揚整個家庭在照顧智障家人的努力，成為其他家庭的鼓勵。故本校推舉了三個學生家庭參加是次活動。

第一個被推薦的是陳芷欣家庭。推舉陳芷欣媽媽參與智「正」家庭大賞的原因，是她面對女兒多重先天疾病仍不離不棄。每日風雨不改，親力親為，甘願捨身去照顧芷欣的精神，而芷欣媽媽面對逆境從不抱怨，樂觀正面的生活態度，也是值得表揚的。





另一位受推舉參與智「正」家庭大賞的是嚴倬懿媽媽，面對女兒的固執行為，嚴太仍能以同理心去諒解，積極地糾正及訓練女兒。她那份正面的人生觀，同時也感染了家人，幫助家庭透過良好、坦誠的溝通，取得在管教女兒方法上的共識，互相支持及鼓勵，這些都是值得大家學習的。



推舉黃宇軒媽媽參選智「正」家庭大賞，除了是她欣賞黃太自身是長期病患者，仍獨力堅持照顧子女的母愛精神，還有的是她在管教孩子方面那份不斷求知，永不氣餒的態度，無論要花多少時間及金錢，宇軒媽媽都盡力安排兒子積極參與各類活動。而她自己，亦積極參與義務工作，那份捨己精神，實在值得讚賞。



初組教育營後同學感想

而我最

可以學習到樂於助人,喜歡初組教育營的晚會,因為可以學習到用物料循環再造,合作幫人做環保衣服,我幫同學做了一件武士衣服,覺得場面很震撼,還有漂亮的燈光,給我留下不少難忘的回憶。午膳的時候,我幫同學添飯添餸,學會獨立生活,分工合作,希望2010年再舉辦初組教育營,與我的好朋友一齊參加學習。



S1B 畢嘉傑



初組教育營,我玩得很多。一康佳拍我,我梳洗了,有最。舍。初組教育營,我玩得很多。一康佳拍我,我梳洗了,有最。舍。初組教育營,我玩得很多。一康佳拍我,我梳洗了,有最。舍。

S1B

李健智



參觀荃灣環境資源中心
12/5/2009

1. 齊齊參加環保坊活動
2. 同學細心聆聽再造紙的製作過程
3. 投入參與認真做
4. 真好玩!
5. 把再造紙輕輕印乾
- 6-7. 小心地弄出再造紙
8. 完成了!

校園花絮



1. 中三A班參觀奧海城 (4/11/2008)
2. 小二B愛班同學參觀沙田交通安全公園 (20/1/2009)
3. 姊妹學校活動遊戲日 (13/2/2009)
4. 小三A班同學參觀消防局 (17/2/2009)
5. 同學們為保民電台傾力廣播 (26/2/2009)
6. 特殊奧運會健兒·加油! (28/2/2009)
7. 大家都十分支持水果日活動 (2/3/2009)
8. 中一B至中三B班認識區議會講座 (10/3/2009)



- 9. 防止店舖盜竊講座 (12/3/2009)
- 10-11. 輕歌妙舞樂悠悠 (13/3/2009)
- 12-13. 中四B/中五B班參加
挪亞方舟愛心之旅 (23/3/2009)
- 14. 奇妙生命佈道會 (3/4/2009)
- 15. 大埔灣童軍遠足之旅 (6/4/2009)
- 16. 繽紛藝術展才華 (29/5/2009)

高組教育營



1



3



4



5



6



7



8

日期：18-20/3/2009 地點：鯉魚門公園及度假村

1. 攀石樂趣多
2. 穎琳，加油！
3. 同學們大展歌喉
4. 燒烤樂

赤柱保育遊蹤考察活動：

5. 赤柱郵政局
6. 赤柱大街
7. 赤柱正灘
8. 赤柱廣場（奔牛節展覽）



1

30/04/2009

2



3

30/04/2009

4

30/04/2009



5

6



7

8

日期：29-30/4/2009

地點：青年會烏溪沙青年新村

1. 老師學生齊合照

2. 環保晚會一時裝表演

3. 口風琴演奏

5. 看我的雄姿

7. 羽毛球，真好玩！

4. 我們愛唱歌

6. 警友留影

8. 我投籃呀！

我們的驕傲



8 保良局百周年學校
生命樂滿載 活得更精彩
三十周年校慶暨社區教育嘉年華

校際舞蹈節 (15/1/2009)

1. 中度組的優美舞姿
2. 輕度組的精彩演出 (15/1/2009)
3. 馬俊森同學獲九龍城區傑出學生獎 (21/2/2009)
4. 鄧浩研同學小提琴演奏 (6/3/2009)

第61屆香港學校音樂節 (10/3/2009)

5. 輕度初級合唱組獲甲級獎 (10/3/2009)
6. 中度合唱組傾力演出 (10/3/2009)
7. 同學趙學彥、莫浩然、黃效能
參加保齡球比賽獲獎 (13/3/2009)
8. 口風琴班學生獲邀參與社區演出 (13/3/2009)





日期：22/5/2009

1. 認識水污染的原因
- 2-3. 我們是美化家居的好幫手
4. 齊心合力，清理垃圾
5. 廢物利用－再造樂器真有趣
6. 栽種盆栽，綠化環境
7. 我們是環保棋遊戲節目主持人
8. 齊齊唱環保歌

影響環境的優美



生日會



參觀郵政局



喜氣洋洋賀新春



我喜歡打非洲鼓



職訓體驗



水果日



姊妹學校活動



玩具圖書
推廣日



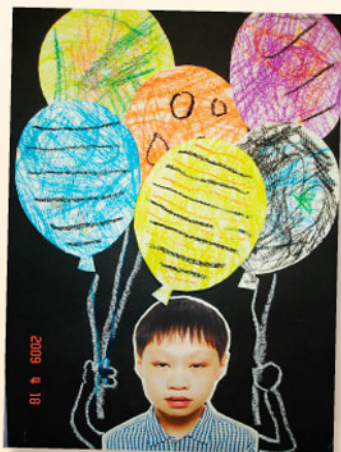
視覺藝術作品



P6A 劉海傑



P6A 愛 王學斌



P4A 倪子謙



P6A 愛 黎海山



P3B 黎婷婷



P4B 牛浚毅

九龍城區公益少年團
 專題活動：電影欣賞及徵文比賽
 個人分享



學校名稱：天保民學校

學生姓名：鄧潤林

班 別：中四B

觀賞後感想：

		這	齣	電	影	是	關	於	主
角	亞	嘉	莉	和	尋	回	犬	的	故
事	。								
		當	亞	嘉	莉	失	去	了	母
親	後	，	尋	回	犬	不	但	經	常
陪	伴	在	她	的	左	右	，	而	且
就	成	為	了	他	們	的	一	份	子
。	渡	過	了	一	個	最	美	好	的
時	光	；	動	物	和	人	類	也	會
經	過	死	亡	的	階	段	。		
		最	後	提	醒	我	們	要	好
好	珍	惜	和	愛	護	動	物	。	

運動全接觸

中四B 趙學彥

2005年我開始加入香港乒乓球隊，至今，我已打了四年乒乓球，最初是參加乒乓球隊C班，每星期一、三、五練習兩小時。後來，我升上B班，每星期二、四、六都有集訓。平時練習時間有兩小時，星期六則有三小時。我升上B班後，可以有機會代表香港和學校出外比賽。我努力練習，無論遇到什麼挫折，什麼困難，我都不會放棄練習乒乓球。

鋼琴

2008年的初秋，我開始接觸鋼琴，至今已學了數個月。雖然彈得不好，但多謝學校的老師及教會的教友，他們都很用心教導我，使我的琴技進步了不少。在學校，老師教我熟讀五線譜，而教會的弟兄姊妹就教我配和弦和彈流行歌。現在我已懂得彈奏「童話」，還有便是「金枝玉葉」，主唱的是已故歌手張國榮。有些家長聽我彈琴後，還讚我彈得好呢！

保齡球

由2008年1月份開始，我參加了HKSAM的保齡球隊，至今已打了一年多保齡球。由於今年保齡球和乒乓球的練習時間相撞，所以我必須選擇其中一項來練習。我跟媽咪及老師商量後，我決定打乒乓球。

其實我在HKSAM打保齡球是媽咪安排的。最初我打得不好，但在教練的指導下，後期我可以在一局中打到5至8球全中，得分最高可以有228分，今年3月13日星期五，我參加了比賽，獲得第四名，希望以後的比賽，我會有穩定的發揮，成績能夠更進一步。



和芷欣媽媽一起歎咖啡的下午 小三B 陳尚融媽媽

今期的主題是‘家庭「正」能量’，我校陳芷欣同學的一家，剛獲得由基督教信義會舉辦的《智「正」家庭大賞》，並同時榮獲「信念最強」家庭大賞。她們便成為了今期暖流集實至名歸的專訪對象。

在一個初春潮濕的下午，約了芷欣媽媽到咖啡室促膝詳談。暮春時節，煙雨昏昏，總給人沉重的感覺。今天看見芷欣媽媽燦爛的笑臉，沉鬱的悶氣也頓時消散了。

出乎我意料，芷欣媽選了一杯特濃咖啡（espresso）。特濃咖啡是一種口感強烈的咖啡，是以極熱但非沸騰的熱水，經過高壓沖泡而成。份量較少，但味濃，我常以為多為男士所選擇。個人的口味也許能反映其性格，認識了芷欣媽媽這些日子，最深刻的是她爽朗而鬼馬的性格。

「未有芷欣之前，我很貪玩野性，常與朋友玩至通宵達旦。」她夾著爽朗的笑聲直認不諱地說著。「自從芷欣出生後，我無法再出外玩，但我也覺得沒所謂了。」

芷欣未出生時，媽媽已有預感這個孩子可能有問題，但她可沒想到女兒的問題比想像的更嚴重、更困難。芷欣雖然足月，但出生時只得四磅半重。除了發覺她患有唐氏綜合症，還發覺她氣管和食道有不正常的洞連接，引致無法呼吸和進食，身體非常虛弱。出生第二天便要接受手術，糾正的手術接二連三，共進行了五次。芷欣需要在左邊胃部設一個人工造口，專作餵食和飲水用途，代替用口餵食。芷欣需要住院接近一年。即使能出院，芷欣仍需隨身帶著氧氣筒輔助呼吸直至到她三歲多。

「她五個月大時，我才能第一次親手抱她，我當時真的開心得難以形容。」媽媽充滿喜悅的說著。

「你和丈夫當時有多難受？你們從沒想過放棄嗎？」我問道。

「這個孩子是我選擇要生下來的，我不會後悔。她既然已經來到這個世界，我覺得我有責任要盡力照顧她，我從沒有想過放棄。倒是我丈夫，由芷欣出生的那一天起，整整一個星期沒有說過半句話。」說到這裡，我看到芷欣媽媽雖然堅強，仍強忍眼裏的淚光。丈夫的難過，她當時一定感到心如刀割。

「後來他被我感動了，還停職了一年，全情幫我每天來回醫院的照顧芷欣。回想起來，如果我們當年不同意簽紙做手術，她根本活不到今天。看見

芷欣今天能健康的成長，我們真的很開心。」生命影響生命，一個柔弱得連呼吸和進食都有困難的嬰兒，她的生命見證了愛的力量。媽媽的堅強，連大山也能挪移。

生活中總有甜酸苦辣的時候，這些年來照顧芷欣，父母都經歷了不少苦日子。

「她一歲生日的前後，曾因身體虛弱，感染肺炎，要兩度入住ICU（深切治療部）。」媽媽嘆氣了一聲再說著：「我當時又擔心又難過。替她換尿片的時候，看見她小小的身軀，由頭到腳插滿了廿多條膠喉，縱橫交錯。換好尿片後，我連忙快快替她蓋回被舖，免得給她爸爸看見。」

「當時，生日蛋糕我也準備好了，只希望她能平安渡過，每年都可以繼續為她慶祝生日。」縱使芷欣天生殘障，父母一直對她不離不棄。深信：能活著，已是福。

芷欣媽媽最甜最開心的事，原來都與天保民學校扯上關係。芷欣是在2001年入讀天保民。當時她仍然未能用口進食，媽媽每天都要預備好打碎了的食物，回到學校，用針筒經芷欣身上的人工造口餵食。

「當時的言語治療師蔡姑娘跟我說，芷欣應該要開始學習用口進食。我諮詢過醫生後，蔡姑娘便要求芷欣放學後留在學校，她會個別訓練芷欣用口進食，但是媽媽不能伴在旁，因為怕媽媽心軟受不了。我只好門上的小窗口偷看。結果蔡姑娘花了4個月時間，在半誘半逼的專業教導下，芷欣在2002年終於可以用口進食，這個突破，我和丈夫都興奮不已。」媽媽憶述當年女兒的突破，眼裡流露出感恩滿足的神情。

原來除了這位天使，天保民的一位現已退休的孀孀也主動幫芷欣戒掉日間穿尿片的習慣，結果也十分成功，替媽媽解決了另一個難題。學校在2002年頒發「自我突破獎」予芷欣以作鼓勵。

照顧了芷欣已經十四年，對於女兒，媽媽從沒想過將來。每遇到女兒在學習上不太順利，媽媽會為她加油，但也不會太勉強女兒。

「她今天的所有都來得不易，我很珍惜現在和女兒的關係，我只希望她快樂地過每一天。」珍惜「現在」，珍惜「關係」，媽媽覺得比起孩子「將來能做甚麼甚麼」都來得重要。她很享受現在，覺得自己擁有愛她的丈夫和女兒，已經很幸福！原來只要知足，真的就能常樂！

「我從沒將生活想得很複雜，我只希望每一天都可以開心地過，我不會這麼笨苦著臉做人，所以我每天都要笑。」笑著過每一天，也許這便是她最強的信念。說到這時，我們杯中的咖啡也差不多喝完了。特濃咖啡經過高壓沖泡而變得香醇濃郁，就好像芷欣媽媽經過了苦難、壓力，更懂得欣賞苦中的香醇，更有生命力。

縱使生活中陰霾密布，只要我們常存喜樂、感恩的心，珍惜當下種種，相信雨後總有陽光，我們也可以像芷欣媽媽有那份樂天得令人羨慕的正能量。讓我們有生之年，也可以帶著笑容，活好每分每秒。



隱密天使 - 師生情

鄺美珩 (離校老師)

我已離職小休兩年了，間中回校代課，在處理學生行為和情緒方面再次接受挑戰，但重見舊同事和學生，都仍有一份親切感。舊生對我重現校園都顯出幾分好奇，就是這樣，既是有挑戰又可重聚情誼，回校代課，可算是小休生活中的點綴。然而，見到師生各自在應付教學和學習上勞勞碌碌，壓力在所難免，願意分享一位B班畢業生與我相交的近況，以慰各位老師和家長們。

周偉權是我的「小弟兄」，他在我的教會聚會，他是我的隱密天使呢！

他於1996年畢業離校，之前我教過他言語發音的課堂。偉權畢業後曾受聘於九巴公司做車輛到總站後的清理打掃工作。

2002年的一天，他打電話來學校，恰巧我接電話，他說他有些心事，很不開心，又很害怕。事源於有巴士乘客遺留了錢包，上司逐一詢問他們在總站清潔車輛時有沒有拾獲有關物件。可能他的上司詢問時的態度較為嚴謹，偉權以為別人誤會他偷了那個錢包，他重複對我說：「我真的沒有偷銀包……他們都不和我做朋友了！」

稍後的日子，我相約了他在巴士總站附近，等他放工後一起吃飯。見了面，他重複述說事件，我解釋和安慰他，我教他在遇着心神不安的時候，就試試祈禱吧，期間我告訴了他，我在哪一間教會聚會。偉權熟悉很多巴士路線。一天，他竟能按有限的資料到教會找着我！之後他就常到教會聚會了。我於忙中關顧他，也做了家訪，父母都放心他的參與。我曾帶他參加行山、遊船河等團體活動。有時，我請他幫助「接待」教會中一、兩位中度智障的朋友，他說：「好像在學校做風紀一樣，無問題！」。

我在近年的生日，謝絕收禮物，但我今年還是收到偉權給我的生日禮物，他怎知我生日的日期呢？零八年在家姑的喪禮中，他竟和他的父母一起到來，詫異之餘，很是感動，我並沒有把事情告訴他啊！此外，他會按時送給我一些用精美花紙包好的喉糖，枇杷薄荷膏之類的東西，有時還附有問候書籤，說知道我喉嚨痛等字句。我心想，家人朋友都不察覺呢！他又會常常為我的健康祈禱，我相信他是「言出必行」的。果然，近年只是偶感風寒，不藥而癒，或是小病延醫，就藥到病除！

他會在閒時打電話給我。最近五一假期有特別活動，他竟會寄短訊給我，最近的訊息是這樣的：「老師 您明天出發到四日 去中國訪宣（即探訪教會）我要為你禱告 你要小心保重身體亞 你不要有事 小心亞 偉權 謝謝」（真

棒，我還未有空學習怎樣用中文寄短訊），怎不令人感動呢？

偉權，謝謝您，可愛的天使！

以上的事情，他怎樣知道？原來他很留心教會崇拜程序表的報告！知道偉權在德、智、體、群、美方面都顯示了某程度上的學習成果，各位天保民學校的老師，我們的努力可得着些安慰吧！家長們，對子女的學習不用氣餒，繼續家校合作，一起發掘子女的潛能啊！



天父奇妙的心意

盧啟康社工

大家好，我是今年新加入天保民學校的盧啟康社工，很高興能成為大家的新社工！記得上學期曾收過一位家長的感謝咭，上面寫著很欣賞盧社工陽光燦爛的笑容，希望大家喜歡我這燦爛的笑容作為見面禮吧！

回望多年前，天父便帶我到一所智障人士服務單位工作，讓我認識到不同層面智障人士的需要，亦從相處的過程中發現了他們有很多專長，令我認識到智障人士很多特質和優點，這些都是值得自己學習。記得印象最深刻是協助了一對智障的朋友成婚，與他們一起選購禮服、婚紗，與他們一起拍攝結婚照，最後，我還擔當了他們的證婚人呢。

藉著天父的保守和帶領，我能夠於零八年加入天保民工作，在偶然間，竟發現那位新娘子原來是我們的一位校友，或許，天父早已揀選我服侍天保民這個群體吧！

記得開學前，第一次參加學校的會議，校長於會前帶領著一班教職員一同祈禱、唱詩歌，令我感受到這是一所願意跟著天父帶領的學校，而且，當中還有很多基督徒同事呢！

在這段時間，我享受和每位同學相處的時間，特別喜歡小息時候，禮堂和操場的歡笑聲，同學們對我親切的問候，令我很快便適應投入這校園的生活，我最喜歡的是能夠有機會家訪同學，因為能夠更深入了解你們家庭的狀況，好讓自己能夠最切實的回應你們的需要，當然還會為你們祈禱呢。最後，多謝各位令我感受到愛和關心，希望盧社工能成為你們成長的祝福和鼓勵，願我們一同在天父的愛中成長。



「恩典太美麗」家長見證分享會

宗教事務小組

感謝神的恩典，「恩典太美麗」家長見證分享會於3月21日，星期六的下午順利完成。當日有60多位家長出席，還有不少教職員參與其中，場面溫暖和諧。

聚會開始的時候，先由慈光堂的弟兄姊妹帶領大家玩熱身遊戲，讓家長們能彼此祝福問候。聚會期間，先後邀得陳良鵬爸爸和哥哥、葉皓天爸爸和媽媽分享見證，他們坦誠的分享令與會者深受感動。有家長回應說：「十分好！可以給未信的家長一支強心針。」「很好！希望學校繼續舉辦類似的分享會，鼓勵家長能在困苦的日子裏找到亮光和喜悅，能明白子女是天父給我們的天使和祝福！感謝神！」

最後，由本校一群基督徒教職員獻唱一首詩歌，「恩典太美麗」，將一切感恩和頌讚全歸給父神。見證分享會後更備有茶點，各人一邊吃，一邊談，家長和教職員均十分享受這段美好的相交時間。



恩典太美麗

玫瑰

「人算甚麼？」校友陳良鵬爸爸在今年三月二十一日一個名為「恩典太美麗」的家長見證分享會上有感而發！

陳良鵬是本校二零零六年畢業生，之後曾任職庇護工場，但是在二零零七年十一月六日早上，在家中被母親發現情況有異而被送入院，兩小時後確診患血癌，體內超過九成的白血球壞掉，生命危在旦夕，需即時接受化療。

弟弟突然在沒有徵兆的情況下發病，消息傳來，良鵬的哥哥形容當時腦海一遍空白，雖曾任職沙田威爾斯醫院，但竟也認不出往病房的路途。回到家裏，哥哥立即發出超過一百封電郵，盼望藉著眾人的禱告，奇蹟出現，良鵬的癌細胞被殲滅，健康的新血球湧現。哥哥還記得在弟弟入院不久的一個晚上，母親問他一個畢生最難答的問題：「良鵬會回家嗎？」

發病首半年，雖然白血球稍為受控，但病情仍然反覆，良鵬要繼續接受多次化療，期間經常發燒、咳嗽以致面腫，在這個艱辛的治療過程中，良鵬卻是一位「非一般」的病人，他不像一般癌症病人憂心忡忡，更熬過化療所帶來的副作用，不哭不鬧，胃口奇佳，只是偶爾帶點疲倦，顯得乏力。

入院後第一個農曆年三十晚，良鵬一家四口就聚在病床的小餐桌吃團年飯。化療令良鵬的頭髮在兩晚之間全部脫落，爸爸看見枕上的髮絲強忍眼淚，只怕觸動家人。良鵬留院期間，爸爸幾乎每天都陪伴在側，目睹運送過世病人的手推車多次進出病房，聽著其他癌症病人歎歎的故事，所見所聞，不禁慨嘆：「人算甚麼？」

親人久病在床，人總有心情低落的時刻。哥哥憶述良鵬患重病期間，有時家人心情欠佳，甚至埋怨神讓他們承受這麼大的重擔，但哥哥卻安慰他們，認為良鵬其實是神派遣而來的天使，為一家人帶來改變，豐富他們的生命，是神的祝福。

良鵬因病入院的經歷，使他們更信靠神，因為神早在良鵬發病的第一天已經一直保守著他，不然的話，母親當日又怎會提早返家及時發現良鵬身體不適？在治病期間，多次奇蹟出現令反覆的病情穩定下來。

兩年的療程，至今過了約一年半，家長見證分享會當天，良鵬在家休養，可能因體力一天比一天好，以致良鵬有力氣再開情緒！（所以不肯跟家長回校）

神的恩典委實太美麗！



皓天爸爸的見證

中五B 葉皓天家長

大家好，我是葉皓天媽媽，首先我要感謝大家，在這段日子不住地為我們禱告，讓我們經歷神的大能與大愛，也因為你們的支持讓我們更有信心走前面的路。

皓天的爸爸是在2006年8月30日晚上，因為與一班戒毒的年青人踢足球時『踩波車』，導致腦部嚴重受傷。

這段期間，我發現最大的神蹟是無論爸爸的進展如何，我們愛主耶穌的心仍然一樣，若不是親身經歷，我一定不能夠相信。現在和大家分享我們一家人在主耶穌裡經歷了的3個真理及一個大錦囊。

一. 人生無常，好彩主耶穌有復活

以前對使徒保羅描述基督復活的大能，感到是很玄妙的東西。現在我個人覺得，只要是我們能夠靠着神去做及接受一些我們理性上想不通、接受不來的事，這種能力便是基督復活的大能。

我本身沒有任何醫護的常識，要學照顧癱瘓了的爸爸，並要自己管理整個家庭的大小事務，絕對是神給我能力才可應付。對於爸爸，我深信他所經歷的必定比我更多，因為連呼吸這樣基本的事，原來都不是自己可以得到。我的女兒曾分享，她是靠着神才有勇氣和爸爸上街，因為那時的他，左邊頭沒有了頭骨，鼻上又有一條餵食喉吊着，樣子奇怪嚇人，同學及陌生人的眼光曾使她難受。至於皓天，每當他因為擔心爸爸而鬧情緒，便會『自動波』去禱告安靜自己。

原來經歷這種能力，好像考試時明知自己只有“F”，卻因為神在背後發功，結果拿到“A”，那種興奮，簡直難以形容。

二. 絕對信靠，百份百順服

我不認為這種是阿Q精神，因為神說過祂的應許是永遠不會落空的，所以，我會用顏色筆把聖經中神所應許的經文記下，作為和祂“講數”的籌碼。

在希伯來書第十一章，神用了十八次『因着信』去講述一班舊約的弟兄姊妹信心的事跡，不過，祂卻在第三十九節說：“藉着信，他們得了稱許，卻沒有得着所應許的。”我是誰呢？我可能都是在地上未能得着所應許的一個，雖然爸爸可能不會完全康復，皓天亦不會變回一個正常的男子，但是我

的眼目放在永恆的國度上，作了最有智慧的選擇——長線投資。

另一個屬靈的好榜樣，當然是舊約人物約瑟，經歷了大半生的風風雨雨，他在創世記第四十五章總結：“這一切都是神的安排，為的是更美的結局。”

三. 神是愛

耶穌基督無私無條件犧牲的大愛，憑著人的本性，根本不可能做到。神是愛的源頭，就是現在，祂都會藉著平凡的我和你展現在人間。每晚我都和主耶穌說：“主啊，今日你又在他和她的身上出現在我身旁，我多謝你。”

這兩年，我們遇到的好人好事，真是遠遠超過我前半生所遇到的。在醫院裡遇到很多『好好好好』的醫護人員，要數簡直像幾萬匹布般長。我們和他們根本從不相識，他們為我們所做的，卻遠遠超過他們的工作範圍。例如，爸爸在屯門醫院，專責醫治他的腦外科醫生，一直都盡心盡力醫治他。如果沒有他，爸爸可能仍然被腦創傷的後遺症折磨著。他為了使爸爸重新振作，希望他能夠在情緒低落的谷底裡走出來，竟然在大暑天，放工後，推著坐輪椅的他在醫院裡四處逛，鼓勵他，與他禱告。我深信爸爸是被他的愛重新燃點生命之火。

教會的牧者及弟兄姊妹就好像一張安全網托著我們。姊妹們見了我，彼此用力一抱，什麼也不用說；至於爸爸一眾的好弟兄，每次都會握著我的手，不停說他會無事，我們要有信心，我看到堂堂大男人的他們，卻眼泛淚光。手術後的他一直昏迷兩個多月，他們在每週的團契開始前，為他禁食禱告，求神把他甦醒，這一切實在使我感動不而。

兩個孩子的校長和老師們亦紛紛加入“戰團”，還記得校長老師們來醫院探望爸爸，雖然大家都因他的情況感到難過，但是他們相信神，眼神堅定的為我們打氣，讓我感到無比的溫暖。他們恆切的禱告、加倍的關愛、守望孩子……，使我無需為孩子操心，能夠全心全意地照顧爸爸。今天，我實在要再三向他們每一位道謝。

家人的愛更是互動式。爸爸有一次在家中突然『發羊吊』，我忙於照顧他，而女兒卻鎮定地在我身旁準備幫忙。後來，我看了她的週記，才知道那刻她原來非常傷心，以為爸爸會死去，她為神保守爸爸的性命而感謝神，覺得仍然有爸爸很幸福。那刻，我很被激勵，原來這些日子，雖然照顧爸爸很辛苦，但是所付出的不是白費，因為女兒、兒子及他年老的母親，會因為仍

然有他而感到幸福滿足，這一切成為我繼續堅持的動力。因為神的愛，我在不知不覺間，事事以家人的利益為首，這種改變，並不是我，而是神的愛實在太『勁』！

至於爸爸，我問他現在開心嗎？他會告訴我他很開心，因為可以和我們一起。因為神的愛，讓他活出“殘而不廢，痛而不苦”美麗的人生。

大錦囊 ~ 詩篇一百零三篇

最後，推介給大家的大錦囊便是詩篇一百零三篇。無論我的屬靈光景如何，每次細讀，都在裡面發現許多小錦囊去解決任何屬靈上的困難。



校護話你知-口腔大搜查

陳佩珊姑娘

本校的小一、中一學生及家長於本年二月接受了衛生署口腔健康教育組的邀請，參加了「蒲公英護齒行動評估計劃」。在這計劃中，一方面評估學生的口腔健康狀況，另一方面評估家長替子女刷牙的技巧。衛生署將評估所得的資料，作為日後評估的基線，使「蒲公英護齒行動」得以持續改善，並幫助更多孩子改善口腔健康和提升自理能力。

檢查當天，學生被安排逐一躺臥在衛生署職員帶來的牙床上，接受牙肉檢查，查看有否發炎。然後，牙齒治療員替學生在牙齒上輕輕塗上紅色的牙菌膜顯示劑，使牙菌膜無所遁形，看看牙齒是否清潔。最後，學生需要站在鏡子前自己刷牙，測試他們的刷牙技巧。

檢查結果發現，雖然大部份學生的牙肉並沒有嚴重發炎，但牙齒附有牙菌膜的情況就十分普遍，尤其於口腔較後(大牙)的位置，牙菌膜最多，而前面(門牙)位置則有較少牙菌膜。這可能是學生刷牙時，只刷門牙，未能顧及口腔較深入位置的牙齒；亦可能是由於選用的牙刷刷頭太大，導致刷較深入的牙齒時感覺不適，於是便索性不刷或不讓家長替他們刷這些位置。牙齒刷得不好，結果牙菌膜便越積越多。牙菌膜積聚會引致牙肉發炎及牙周病，導致更嚴重的口腔健康問題，這是我們不想見到的。如果想孩子有健康的牙齒，家長選購牙刷時，應選擇細頭及軟毛牙刷，並且更要花多點耐心及時間，陪伴子女刷牙，多提點他們要按部就班，用心地清潔牙齒，並於子女自己刷完後替他們再刷一次。

此外，在這次評估當中，發現大部份學生的刷牙技巧均欠理想，只有很少數學生能掌握刷牙技巧。在家長方面，評估結果亦反映家長替子女刷牙的技巧尚有待改善。其實，孩子的口腔護理，家長實在擔當著非常重要的角色。在過去兩年間，已有不少家長親臨本校學習口腔護理知識及替子女刷牙的技巧，期望新一年能有更多家長抽空參與護齒計劃，改善護齒技巧，使學生得益。



教不倦，愛無盡

衛生署口腔健康教育組

在推廣「蒲公英護齒行動」初期，一句耳熟能詳的話常在耳邊：「幫智障孩子刷牙難，教他們刷牙更是難上加難。」。

經學校一段長時間的悉心推動，到了評估的期間巧遇一位母親，她含著欣喜的淚水，憶述那段「日復日」幫孩子刷牙時的「搏鬥」經歷，並告訴我們她的孩子最終「降服」了，由最初孩子掙扎不讓她把牙刷放入口，到現在肯「乖乖」讓媽媽刷牙。「雖然花了不少時間及心力，但他肯安靜下來讓我幫他刷牙那一刻，我已經十分滿足。」她說。

教孩子護齒，助他口腔終生健康，是推動這位母親堅持下去的「信念」。而「愛」，則改變了孩子。

我們深信，孩子總有一天學會自己刷牙。



好書推介

陳長有老師

書名：蛋人的故事
出版社：和平圖書有限公司
分類：中文故事
索書號：CF PAN
推介原因：

一對父子因為貪吃，中了暴食魔咒，竟變成兩隻圓滾滾的蛋。這時，他們遇上活潑的小白兔上山摘蘿蔔，牠能否幫助蛋人父子回復原狀呢？

一般故事只有一個結局，但這書的故事卻有兩個結局，孩子可從中選出喜愛的結局，享受閱讀的樂趣。



玩具推介

陳長有老師

玩具名稱：兔子越野賽
玩具編號：T0809
適合年齡：5 - 10歲兒童
遊戲人數：4人
遊戲方法：

1. 把綠色山坡放在檯的中間
2. 每個參賽者拿取 4 隻相同顏色的小兔子。
3. 其中一位參賽者先洗紙牌，然後放好。
4. 最近生日的參賽者可先行，然後以順時針方向繼續遊戲。
5. 先翻開第一張紙牌卡。然後按卡上的步數指示移動你的兔子。跳過已有小兔子的地方，這些格位不計算在移動的步數上。如果你經過山坡上的洞穴，洞穴這是計算在步數內的，但如果你的小兔子剛著陸在有洞穴的位置便要跌進洞裡去。
6. 最先讓手中任何一隻小兔子到達終點（胡蘿蔔）的便是勝利者。

推介原因：這份玩具刺激好玩，未到最後一刻也不知誰是勝利者。



1. 校長，你為何信耶穌？

銘睿，多謝你的問題。我信耶穌因我知道祂是創造天地萬物的神，並且十分愛我，甚至為我的罪死在十架上。我知道耶穌現正活着，並且每天與我同行，賜我能力恩典去為祂而活。將來有一日（我相信很快），祂會再來，接我到天上的家，永遠與祂一起，永遠歌頌敬拜祂。



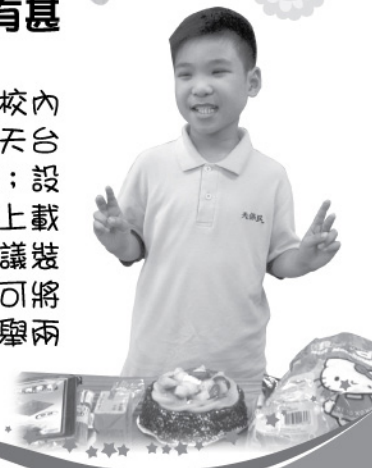
2. 最近學校獲得100萬善款，你會計劃如何運用呢？

麗芬，多謝你關心善款的運用。初步的構思有三方面：（一）全面更新校舍各項設備，提升整校職安健的水平；（二）加建及改建特別室，增加活動及儲物空間，以應付未來新課程的需要；（三）設立保民電視台，讓同學藉此提升溝通能力，加強自信心。



3. 校長，對於推動校內環保教育，你有甚麼計劃？

卓文，我將聯同環境教育委員會於來年在校內推行一系列的環保教育互作，這包括：在天台安裝太陽能板，藉此讓同學認識再生能源；設立保民天文台，並將所收集到的數據即時上載學校網頁，供同學查看。亦有同學向我建議裝設「環保健身單車」，既可用作健身，也可將「動能」轉化為「電能」，用來發電，一舉兩得，這方面我們也會積極研究、考慮。



4. 在你的眼中，天保民的學生是怎樣的？

芷婷，我覺得天保民的學生都十分單純善良，擁有各方面的才華，樂於學習。他們的個性正面樂觀，樂於助人，富有愛心，而且尊敬師長，待人禮貌，可以說，他們每一位都是我的小天使！



5. 校長，你有甚麼勉勵的說話給天保民的同學呢？

翠芳，你今天的成就，其實已經激勵着我們，也說明了我們的同學只要肯努力，是絕對可以達成自己的理想與目標的。你由當年連「咪」腳尖¹也不會，到今天成為體操隊中的全能選手，你的進步與改變，是有目共睹的。所以，我給同學的勉勵就是：不要怕辛苦，也不要怕失敗，遇到挫折，只管繼續勇敢嘗試。要對自己有信心，也要對天父有信心，常常禱告，步步靠主，目標就在前方。



¹體操動作的要求，是自由操評分的重要準則。

目 錄

專題：最聰明的投資	陳雅麗校長	1-3
家長心聲	姚斯雅家長、鄭琳家長 鄧卓軒家長、梁嘉慧家長	4-8
家長好介紹	楊靈鈞家長、陳尚融家長	9-13
生活隨筆	麥友和家長、馬鴻琳家長	14-15
智「正」家庭大賞	楊嘉莉老師	16-17
學生園地	李鎮安老師	18-20
人物專訪：陳芷欣家長	陳尚融家長	21-23
教職員心聲	鄺美珩老師、盧啟康社工	24-26
見證分享會	宗教事務組、玫瑰、葉皓天家長	27-32
蒲公英護齒行動	陳佩珊校護、衛生署	33-35
圖書玩具推介	陳長有老師	36
校長信箱	陳雅麗校長	37-38
編輯委員會成員名單		39

視覺藝術作品



PSA 梁柏禧



P6B 陳浚銘



P6A 張智鈞



S5B 溫愛媚



S4B 鄧振杰



P6B 劉松夏

家長講座及活動



1



2



3



4



5



6



7



8

1. 淺談九型人格家長講座 (8/1/2009)
- 2-3. 家長興趣班-牛油曲奇製作 (21/4/2009)
4. 親子曲奇班 (27/4/2009)
5. 父母親節聚餐 (6/5/2009)
6. 獅心·愛心·頌親恩 (31/5/2009)
7. 家長日 (6/6/2009)
8. 家長試食-智營午餐供應商 (9/6/2009)



出版日期：2009年7月

非賣品