



博學明道·臻善益群

南亞路德會 沐恩中學校訊

總第 29 期

2014年5月

校址：香港新界大埔大元邨

電話：(852)2667-3129

圖文傳真：(852)2665-0600

校網：<http://www.ilc.edu.hk>

電郵：info@ilc.edu.hk

三十周年珍珠禧校慶特輯(二)

校 長 的 話



攝影：王俊文老師

培育珍珠展光芒

沐恩人是這樣的……

今年是我校珍珠禧校慶年，意味沐恩中學培育珍珠已三十載。雖然經過歲月及教育改革的洗禮，今天我們仍持定培育珍珠的信念。廿一世紀的沐恩人，是一顆怎樣的明珠呢？願我沐恩同學，他們是……

● 有心的人 *Passionate Heart* - 學習成為一位關愛別人的好鄰舍 *Learn to Love*

聖經箴言四章廿三節如此說：「你要保守你心、勝過保守一切，因為一生的果效、是由心發出。」在這彎曲悖謬的世代，要保守年青生命的心是何等重要。此心要有良善、有火熱及有關愛。我們不是獨居孤島，都有自己的社群，而同學在學校這學習社群裡，就要學習一份同理心，不自我、不自私地與人相處。馬可福音十二章三十至三十一節提醒我們：「你要盡心、盡性、盡意、盡力、愛主你的神。其次，就是說、要愛人如己。再沒有比這兩條誡命更大的了。」愛的具體呈現就是成為別人的好鄰舍，我願在沐恩這溫暖大家庭成長的同學，學像聖經裏的好撒瑪利亞人，能懷抱一顆愛人的心。

● 有見識的人 *Wise Head* - 學習成為一位主動積極的學習者 *Learn to Learn*

在知識型的社會、資料瞬息萬變的世代生活，培育同學擁有學會學習的能力及終身學習的態度是十分重要的。沐恩中學透過課堂內外的課程及多元學習活動，全方位地啟發同學對知識追求的熱忱與渴望、擴闊他們的眼界及視野，讓他們懷抱理想，不單有卓越的學術成績，更成為有見識的聰明人，能夠自學、思考、探究、創新和應變。聖經裏的聰明人是將房子蓋在盤石上，而不是沙土上（見馬太福音第七章）。如何能有聰明的腦袋？答案是「敬畏耶和華、是智慧的開端，認識至聖者、便是聰明。」（箴言9：10）在聖經真理的薰陶下，願我沐恩同學能得著真智慧。

● 有作為的人 *Serving Hands* - 學習成為一位有使命的僕人領袖 *Learn to Lead*

德蘭修女用她一雙手服侍有需要的人，也讓千萬人學會了如何謙卑地獻上自己。耶穌那釘痕的手，成就了救贖的使命。馬太福音廿章廿八節謂：「正如人子來、不是要受人的服事、乃是要服事人，並且要捨命、作多人的贖價。」沐恩同學的一雙巧手，不單擁有各樣的才能技藝，更可透過義工服務和各樣領袖崗位的參與，在校內及校外實踐「非以役人，乃役於人」的服侍精神。他們張開的手不是要攫取，而是施予和付出，以行動讓別人得著益處和造就。

● 有品的人 *Good Habits* - 學習成為一位有高尚品德的臻善者 *Learn to Live*

古人云：「大學之道，在明明德，在新民，在止於至善」。這是說學習的最高境界在於個人德行的不斷自省更新，和對美善的追求。一個人的生活習慣及行為反映了他的品性，而品性成就了他的人際關係、做事的態度及個人形象。聖經腓立比書四章八節教導我們：「凡是真實的、可敬的、公義的、清潔的、可愛的、有美名的、若有甚麼德行、若有甚麼稱讚、這些事你們都要思念。」願我沐恩同學在嚴而有愛的管與教、訓與輔的氛圍培育下，養成守時、守法、守禮、守約的自律精神，更擁有各樣的美德。

願我沐恩同學都如聖經所說：「你們的光也當這樣照在人前、叫他們看見你們的好行為、便將榮耀歸給你們在天上的父。」

黃堯姬校長 03.05.2014

沐恩的成長見證——訪趙汝儉老師談校史館之建立

校園記者：4C朱泳湘、何詩敏



醞釀五年的校史館

在沐恩25周年時，學校已經有建造校史館的念頭，因為有相當歷史的學校都應該有一間學校檔案室——校史館。可惜當時的學生很多，幾乎連課室都不夠，所以建造校史館可說是天方夜譚。近幾年，學生人數下降，學校才有足夠空間成立校史館來保留沐恩珍貴的文物。

繁瑣的工作

校史館主要由羅紹國老師監督，羅老師還負責校史館的基礎建設、硬體等，而趙老師則協助羅老師構思及決定校史館擺放什麼展品。趙老師負責的工作看似是件易事，但他在背後付出了不少時間和心思。沐恩三十而立，所存的照片也不少，趙老師為了讓各位欣賞最珍貴和特別的照片，花了五個星期來看20箱(共數萬張)的照片，親自挑選存放在校史館的芸芸照片。

校史館的佈局

校史館主要放置歷年校慶的紀念品、相片等，而紀念品按週年排列並擺放在校史館一旁的陳列櫃裏。在房間近窗的中間則擺放了數月前在禮堂拆卸下來的校徽，左邊的牆上掛著說明校訓「博學明道，臻善益群」所帶出的概念，旁邊掛著的展板是關於校歌的歌詞與旋律等。校史館亦展出歷屆教職員的全體照片以及老師的家庭照，把他們的生活點滴都存放在校園裏，就像趙老師所說「沐恩是個大家庭」。

價值不菲的校徽

趙老師認為眾多的展品中，最深刻和最特別的是最初屹立在禮堂上的校徽。它是由當年工友一手一腳打造，包辦每一個工序：起稿、切割木板、上色……校徽中，「沐恩」二字由右至左排列，由校內老師按著中國傳統的編寫方法題字，極具意義。趙老師言道這個校徽看著工友親手把沉重的

校徽默默地掛上禮堂的高處，過程非常深刻。只需100至200元就製成的校徽見證著29屆的沐恩畢業生畢業，因此對於趙老師來說這個價格便宜的校徽卻是最珍貴的展品。

校史館的用途

校史館除了供人參觀外，亦可作會議室和接待室之用。趙老師提到以前的接待室是校務處內一間細小的房間，非常狹窄；在地下的校史館環境舒適、寧靜，很方便和適合接待嘉賓。另外，寬敞的校史館還擺放著會議桌和椅子，可供老師當會議室，商討和處理大小事務。



與時間競賽

經過工作人員多番的努力，終於把M5課室改頭換面。可是趙老師卻遇到一個難題——時間，在沐恩的開放日10天前，校史館仍是空無一物。於是，趙老師和羅老師忙著挑選傢俬，然後設置校史館的展品，終讓校史館趕及在開放日開幕。校史館的落成，為趙老師帶來的並不是興奮，而是踏實的感覺。趙老師表示他已與沐恩經歷過三十年的風雨，對於校史館的事物和事情都很清楚，現在他把沐恩的歷史整理好，能讓他人認識沐恩，因此感到很踏實。

趙汝儉老師向你推介館藏精品



▲ 十周年步行籌款的砌字照片



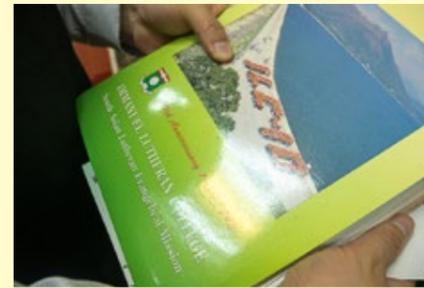
▲ 三十周年紀念品



▲ 老師們當年的戰績



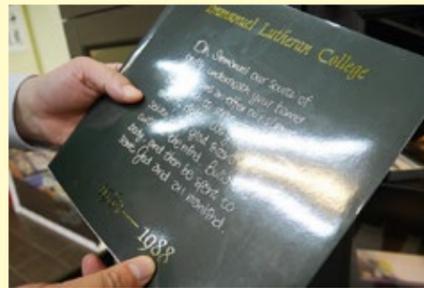
▲ 1993年沐恩登上南華早報校園版



▲ 十周年紀念品之一



▲ 沐恩第一本自行印製的聖詩詩歌本



▲ 五周年校慶特刊



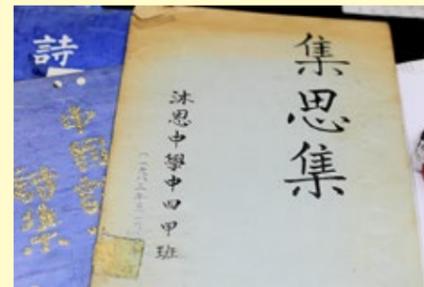
▲ 趙汝儉老師介紹櫃內的有趣藏品



▲ 畢業班致送母校的禮物



▲ 第一屆畢業同學錄



▲ 早年學生作品集(1983)，共三冊。



▲ 八九民運時我校老師在報章刊登聲明

工作小組在整理展品



校史館工作小組

劉仰山副校長
趙汝儉老師
容艷玲老師
陳加強老師
羅紹國老師

校友之夜



校園記者:4C曾盛敏

校友之夜為本校30週年慶祝項目之一，12月8日晚於本校禮堂舉行。典禮尚未開始，已經有許多1985-1988年度(首屆畢業同學)畢業的校友到達了禮堂，正與闊別多年的同學和老師歡快地聊天拍照，氣氛熱鬧。

晚上七點，典禮開始。司儀劉副校長和校友張翠怡展現了搞笑的一面來活躍場面。接着大家起立同唱校歌，拍掌歡呼。緊接着便是黃校長的致詞及已在校服務三十年的老師向校友的問候。其後，趙汝儉老師分享了校友之夜的意義——讓師生同學重聚、肯定校友對社會的貢獻及承傳沐恩的精神。

之後就是新舊對照的遊戲環節，展現校友們多年後仍有的默契和齊心。大家都能在第一時間內從照片找出新舊校舍的不同，以及在趙老師的帶領下唱出他們昔日的金曲，分別是《我是主的羊》、《我要忠誠》和《獻上今天》等。最後便是85-88年度校友的加冕禮，他們分批上台接受老師替他們戴上印有沐恩校徽及其畢業年份的禮帽，藉此見證他們的成長。當台上加冕時，台下熱情的校友們擠到台前爭相替他們拍照留念，「咔嚓」之聲此起彼落，可見校友們是何等盡情地投入。

這熱情之景，令在場的校園記者都很雀躍和感動，想到多年以後我們也會像師兄師姐般，站在台上接受老師的加冕和祝福，那是何等榮耀的事情啊！



校長心聲

「在剛過去的開放日及校友重聚夜，喜見歷年的畢業校友成家立室、事業有成，在社會甚至世界不同角落散發著珍珠的光芒。」



校友老師心聲

身為第一屆的校友，我感到很感慨。三十週年了，沐恩也成長了，許多硬件都跟以往不一樣了。不過很期待也很開心與舊同學的相聚。
校友陳錫輝

我很高興能透過這次校友之夜和許多年沒見的同鄉相聚，和大家一起唱詩歌時就像回到了那些年，實在令人很感動。
校友黃良喜

我很開心也覺得難得。今天想起了很多昔日在沐恩任教的日子，一齊為沐恩奮鬥的美好時光。
開校老師

以前只回過來一次，所以能再見到老師同學是十分難得的，校友之夜真的很值得參加。同時，能感覺到沐恩的人情味依舊。
校友鄧惠麟

校友的踴躍參與令我很意外，能重遇多年不見的同學感到很高興，活動很成功！
謝雅欣老師

加冕後大合照



三十週年校慶 開放日花絮

2013年12月7日至8日



▲ 迎迓來賓



▲ 丘校長和楊校長簽名



▲ 開放日特色校園



▲ 各班之磚畫



▲ 來賓參觀校史長廊



▲ 校史長廊展品包括歷年老師大合照



▲ 校友在畢業所屬年度和所屬的班別大合照簽名冊上簽名



▲ 羅偉業老師(左三)與校友在校史館內拍照留念



▲ 開放日開幕禮



▲ 開幕禮講員為本校前老師曾瑞強博士



▲ 攤位遊戲區



▲ 攤位遊戲



▲ 校史館一角



▲ 參觀校史館藏品



▲ 學生戲劇表演



▲ 學生音樂表演



▲ 攤位遊戲



▲ 攤位遊戲



▲ 家長參與操場活動



▲ 校友籃球比賽



▲ 學生音樂表演



▲ 學生舞蹈表演



▲ 歌詠團獻唱，羅雅麗老師指揮



▲ 何杏嬋老師與校友合照



▲ 通識科展室



▲ 家政科展室



▲ 向參觀小朋友講解實驗



▲ 來賓可自行製作紀念品



▲ 黃校長、陳慧明老師與校友合照



▲ 黃校長、羅紹國老師與校友合照



▲ 校友攜同幼兒來參觀



▲ 某校友闔府合照



▲ 圖書館遊戲節目



▲ 王俊文老師向來賓介紹製作室



▲ 小小科學實驗



▲ 學生作品



▲ 趙汝儉老師(左三)與校友合照



▲ 何鳳英老師(左三)回來探望



▲ 鄧萬成老師(左一)回來探望



▲ 沐恩堂展室一景



▲ 學生作品



▲ 學生作品



▲ 籌款項目



▲ 黃校長請同學吃雞蛋仔



▲ 家教會義賣攤位



▲ 學術講座：學會學習在沐恩



▲ 家長在小六家長會上提問



▲ 開放日禮物換領處

「七分溫柔，三分剛強」—— 蘇詠嫦老師的兩位恩師



校園記者: 4C曾盛敏 4A張凱詠 3D郭詠恩

蘇詠嫦老師在一次無意的採訪中，跟從神的旨意回到她的母校——沐恩中學任教，成為沐恩的老師，並朝著「七分溫柔，三分剛強」的目標努力向前。她說，能回到母校是神給她的一份禮物。每天在學校裏穿梭，令她不自禁地想起在沐恩度過的七年青蔥歲月，這些校園裡的快樂和感動都教她永存心中。那時的校園生活比現時同學的來得輕鬆。那年頭，只有部分同學在課餘上補習班或是樂器班，更多的時候，同學是在談天說地或打排球，相處的時間有增無減；同學們亦踴躍參與母校所有的活動，在過程中大家齊心協力，最後共享甘甜的成果。在學業上，學習氣氛十分濃厚；同儕之間能夠共同進退、彼此鼓勵，攜手迎接大學的挑戰。

原來早在學生時代，「當老師」已是蘇老師的奮鬥目標。蘇老師坦言，她很感恩現在能夠為人師表，而且教學路途是如此平坦、暢通無阻。同時，在她心裡有兩位恩師不得不提。

「七分溫柔」

蘇老師偶而會和學生分享自己的趣事，鼓勵學生寫周記與她互動——儘管是寥寥數筆，她都看在心裡。她對學生的愛或許源於她心裡的一個回憶——她中三時的班主任關桂芳老師。她形容關老師是高尚的、有內涵的，教曉了她為人處事、待人接物應有的態度。有一回，同學們取得了比賽勝利，眾人因一時成功而得意忘形之際，唯獨關老師能處之泰然，並告訴同學不要因得失而忽略他人的感受，這一幕深深地刻在蘇老師的腦海裡，在往後裡時時刻刻提醒著她——要顧念別人的感受。

「三分剛強」

同學們也許對蘇老師嚴苛的教學方式——不合格就罰站紅線生畏，但背後的因由相信是鮮為人知的——全因為另一位關老師——關愛珠老師。她不苟言笑、難以接近似的，至今蘇老師對她的敬畏從沒減退。中四那年，同學趁關老師的產假時偷懶，結果竟然全班小測不合格。關老師便以罰站紅線作為對他們的懲罰，同學們大感羞愧，以後都不敢有半點鬆懈。此後，她一度以為關老師就是這樣。但在中五會考時，關老師給每位同學寄了一張心意咭，鼓勵他們努力，這使她感受到關老師對學生的關心。後來，她才恍然大悟到關老師的教學宗旨是先管後教，她便以此作為模範。

蘇老師希望在教學上能做到「七分溫柔、三分剛強」。她認為，身為老師不但要傳授學生課本上的知識，更要灌輸學生正確的價值觀。當同學面對生命中的難關時，她祈望同學會想起她說過的話，如同關桂芳老師及關愛珠老師對她的影響般，這就是她最大的欣慰。



關桂芳老師回應

詠嫦：

謝謝你讓我知道我能在你的生命中留下了一道小花紋，讓我再次肯定生命影響生命不只是一個理念，而是可以實現的夢想。

難忘你那踏實受教的求學態度，上課的時候，一雙大眼睛總牢牢的盯着老師。當很多理科生都以為中文科不重要的時候，你卻從來不會輕看中文科的功課。還記得你中六那年，我在說話訓練的第一課，要求你們朗讀報章新聞，練習吐字、節奏、語氣語調等說話的基本功，作業就是錄製一段新聞報道的錄音聲帶。在交來的錄音功課中，你讀得直像專業的新聞報道員一樣，除非你特有這方面的天份，否則一定是花了不少工夫練習。有那麼認真的學生，為師的也教得特別起勁呢！

離開教學崗位十數年，看到仍有學生記得自己的說話，接棒執教鞭的還說秉承了自己的教育理念，心中那份欣慰真是難以言傳。但願你繼續努力，發揮你既柔且剛的魅力，建立下一代的生命。



▲ 關桂芳老師(左)



(關老師為本校前中文科和普通話科科主任，現任職教育局)

關愛珠老師回應

看到詠嫦老師的訪問稿，我一方面謝謝詠嫦至今仍記得當年給大家很嚴感覺的老師。另一方面也很感安慰，原來老師的言傳身教，不知不覺間便在同學心裏發揮出影響力來。誠然，中學階段是人生的黃金時期——正確價值觀的確立、承擔責任的培育、正向思維的建構，這等都為年青人累積了一生受用不盡的資本。「薪火相傳」——與詠嫦老師及所有教育工作者共勉之。



(關老師為本校前數學科科主任，現為基督教崇真中學副校長)

▲ 關愛珠老師(左)

美麗的蛻變—— 鄭康妮老師專訪



沐恩讓鄭康妮老師 (Miss Connie) 的生命中出現了轉捩點，在貧瘠的泥土下茁壯成長，因上帝的安排，Miss Connie與她的良師益友——譚裕秋老師相遇，生命湧現突破；還引領 Miss Connie 回到留下她成長足跡的沐恩大家庭教書，以生命影響生命。



校園記者:4C朱泳湘 4C何詩敏 3B陳衍文



▲ 譚老師接受長期服務嘉許



▲ 與校友攝於30周年開放日



▲ 上課裝生氣的呂老師深得學生愛戴



▲ 上課配以有趣畫功的楊老師(右三)



▲ 令Miss Connie著迷的深棕色昔日校舍

沐恩的魅力

當年還是懵懂小孩的Miss Connie被沐恩昔日的校舍所吸引，深棕色的外牆讓她仿如置身於國際學校，令人嚮往。此外，Miss Connie高興地訴說沐恩開放日的活動極富趣味，認為沐恩很有「內涵」。自此，「內外兼備」的沐恩成為Miss Connie求學的地方。

校園趣事

談及校園趣事時，Miss Connie和譚sir滿面笑意。Miss Connie談及呂錦妍老師在上課時常常裝生氣，樣子非常可愛。而楊嘉俊老師除了與學生分享追求太太的過程和情詩外，還喜歡在黑板上畫不同朝代的人物，以搞笑的圖畫展示課文內容，弄得他們捧腹大笑。

敬重之原因

Miss Connie笑言譚sir知名度高是敬重他的原因之一。其實，Miss Connie在成長期間有很多煩惱、掙扎，而作為她班主任的譚sir在Miss Connie最失意時，拉了她一把，令她重拾希望，所以譚sir對她的影響甚大。在譚sir的鼓勵下，Miss Connie參與了領袖生團隊與辯論隊等活動，和譚sir的關係逐漸變得更緊密。對於這樣一個感恩的學生、親和的同事、樂於分享的朋友，譚sir為之敬重不已而喜上眉梢。

第一印象

譚sir是Miss Connie中三級的班主任和中文老師，這一年是他倆初次接觸的時刻。在譚sir眼中，Miss Connie是一個乖巧、留心的學生；雖然她不太表達自己，卻是個思路敏捷的學生、可造之材。有些學生第一眼看見譚sir，都認為他是一位嚴肅的老師。而Miss Connie直言也有同感；但深入認識後，才發現他風趣幽默和真誠的一面，做事貫徹始終，是一位常存上帝話語的好老師，不但教導學生書本上的知識，還教導學生人生道理。自昔至今，譚sir的性情、性格和氣質都幾乎沒有改變。

180度大轉變

Miss Connie曾在感恩日分享過因成績不理想而留級，今天的她卻成為一名傑出的老師。她說有這麼大的轉變是因為從譚sir、李少寶老師和陳永傑老師身上感受到愛與關懷，因此她認為要愛惜自己，盡學生的責任。再者，鄭康妮老師與家人的不愉快經歷和互不理解，為她帶來不少痛苦，而老師的關心則給予她信任。在信仰方面令Miss Connie帶來性格的轉變，信仰讓她由新的角度觀看事物，待人接物的方式亦隨之改變。譚sir見證Miss Connie在中五至大學漸漸對自己有高質素的要求、目標與理想，猶如看著小幼苗成長至花蕾綻放的過程。

與沐恩的不解之緣

Miss Connie曾多次邂逅沐恩校慶，與沐恩越走越近。10周年:作為小學生的Miss Connie投入地玩攤位遊戲。15周年:成為沐恩的一分子，與同學及何順鑽老師串珠製作校徽。20周年:以校友身份，細心欣賞沐恩的綜藝表演。25周年:在沐恩工作的第二年，盡情地享受沐恩的校慶。30周年:當一位繁忙的老師，籌劃校慶活動，見證沐恩珍珠的成長。

譚sir與沐恩風雨同路22年，對沐恩的校慶亦大開眼界，認為沐恩校慶比其他的中學校慶鋪張華麗得多，有過之而無不及。而譚sir最深刻的校慶莫過於沐恩15周年，師生在沙田大會堂演出的綜藝表演的打拼過程，令他至今長留腦海，離場時甚至仍有依依不捨之感。

沐恩今年步入珍珠禧，Miss Connie和譚sir都有很多籌備的工作，難以感受輕鬆的氣氛，但看到一顆顆珍珠發光發亮，為他們帶來喜悅之情。當舊生們在開放日重返沐恩與他們暢談時，他們感覺到醞釀多時的珍珠已孕育茁壯。

同遊歐洲

Miss Connie、鍾閣純老師和譚sir一家三口曾一起到歐洲旅行大半個月，Miss Connie和譚sir都表示那次是很難忘的經歷，譚sir更指從沒想過自己的家人會與同事一同旅行。Miss Connie坦言在旅行中感受到譚sir對家人的愛和體貼，看見譚sir的太太和女兒輕輕鬆鬆地背著小背囊；而譚sir則一手拿地圖，一手拿車票，背著沉甸甸的大背囊走遍四個國家，完全不怕辛苦。這個好男人、好丈夫、好爸爸，讓Miss Connie欣賞萬分。



▲ 同遊歐洲



▲ 與蘇詠芬老師攝於校慶步行籌款日



無聲勝有聲—— 葉惠珊校友老師訪談



葉惠珊老師立志要成為一位中學老師，以生命影響他人。在神的帶領下，葉老師回到自己的母校，身份雖截然不同，但她對母校的愛與熱切之心卻一如既往，始終未變。

重返故地

當年葉老師於沐恩中學渡過了七個年頭，認為沐恩的友愛無處不在，是同學心目中的世外桃源，師生關係良好。葉老師有幸重返母校為神工作，她發現經歷三十年風雨的母校，同學純真依舊，信仰氣氛依然濃厚。在來去匆匆的歲月裏，葉老師抓緊光陰，積極參與宗教活動，例如擔任學校團契職員及參與教會事奉等，把福音傳給身邊的人。希望把多年學習的知識回饋他人，稟承過往老師薪火相傳的使命。

葉老師亦不忘當年眾多老師對她悉心栽培，而她最難忘的，便是與她最為尊敬的顏潔儀老師相處的點點滴滴。

葉老師眼中的顏老師

顏老師曾任教葉老師初中的經濟與公共事務科以及中六的經濟科，可說是見證着葉老師成長。初時，葉老師認為的顏老師是位文靜嚴謹的老師，後來被她任教後，才發現顏老師除了為人認真亦非常親切，對學生關懷備至，願意傾聽學生需要。當年尚為學生的葉老師經常遇到不同難題，例如學業與家庭等問題，她均一一向顏老師傾訴，而顏老師亦一一耐心開解，從中建立了師生之間的深厚感情。中五時，葉老師家庭裏曾發生巨變，當時要面對公開考試及家庭壓力，幸而有顏老師從旁支持，她才能於經歷中學習、成長。

此外，顏老師亦帶領葉老師認識上帝。當中最深刻的莫過於一同出席團契的時光了。一同進餐禱告、環校禱告、自發舉辦定期每星期一次的祈禱會讓葉老師難以忘懷。顏老師不但幫助葉老師的信仰紮穩根基，亦提醒她將聖經的教導應用於生活中，對葉老師影響深遠。



校園記者：4A李芷悠 4C洪允霽



▲ 在畢業謝師宴上合照。左為當年的葉惠珊同學，右為顏潔儀老師。

顏老師眼中的葉老師

能夠與同學們打成一片的顏老師，很懷念以往和葉老師及其同學們一起談笑的日子。顏老師尤其欣賞他們凡事認真、虛心受教、不怕艱苦，為了夢想勇往直前，這些可貴的品格是很值得現時的同學學習的。

顏老師對於自己備受葉老師尊敬表示非常感謝，仿如一支強心針直注心窩，為她帶來無限鼓舞。雖然葉老師的身份由學生變成了同事，但顏老師眼中的她卻是始終如一，依舊是一位很惹人喜愛的乖女兒。顏老師形容葉老師這位乖女兒，除了「受教」、「懂事」之外，還有用「傻氣」一類的形容詞。她認為二人處事態度上有不少相近之處，故此能夠無所不談。

同為師表

葉老師為人師表後變得很忙，雖無暇與顏老師常常相聚，但偶爾碰聚，便有無數的話題談天說地。通通電話，叫叫外賣大快朵頤一番，已是人生一大樂事。

問及兩位老師欲向對方道出的感言，她們不約而同地指出：「千言萬語，一切盡在不言中。」顏老師與葉老師的母女情如是，猶如「油油春雨遍灑郊原」，

千萬感激之言已於心中道盡。葉老師感謝顏老師在人生路上的陪伴，伴其走過人生的高低起伏，亦對顏老師在信仰上的教導深表感激。能訪問兩位如母女情深的老師，也是我們的榮幸。1164



▲ 顏老師接受長期服務嘉許



蔡卓華老師訪問——孕育珍珠的珍珠



從沐恩的學生到班長，到辯論隊的主席，到基督徒大使，到社長，最後成為一位沐恩通識科老師和辯論隊顧問老師。蔡卓華老師，沐恩就像是一棵大樹蔭庇著蔡老師的成長。

蛻變

從前的蔡老師較為內斂，但她的班主任——麥鴻昌老師卻讓她擔當班長一職。蔡老師開始時覺得這個職位十分困難，班上亦有一些較為頑皮的同學。而每當蔡老師遇上了一些自己難以解決的問題，都會找麥老師商量。後來，蔡老師漸漸變得自信和成熟，不但能夠有技巧地處理班上的大小事情，也能與同學融洽相處，共渡公開考試的艱難時刻。

蔡老師由中三開始參加辯論隊，剛開始時她只坐着看師兄師姐們比賽，不敢作聲或給意見。無論是校內訓練或校外比賽，都覺得他們很厲害，不但詞鋒銳利，更能即時鏗鏘有力地反駁友方同學。中五時第一次參加校際辯論比賽，覺得很緊張，亦怕拖累隊友，幸得老師鼓勵，釋放壓力後能輕鬆面對比賽，對她而言是一次很好的體驗。由以前跟隨師兄師姐們比賽，到有機會站在辯論台上比賽，最後成為辯論隊主席，帶領其他同學參加比賽，實在改變不少。

成長

在中學生涯，蔡老師有幸成為麥老師五年的學生，亦因為麥老師是一位很有心的老師，常會默默地為學生付出，為學生爭取權益。二人關係亦師亦友，下課後像朋友一樣，彼此交流分享，平日亦會一起出外吃飯。蔡老師說：「麥老師認為雖然他作為一位老師，或者和學生年齡不同，但是不代表他們所說的話是錯誤或沒有道理，他很願意聆聽新一代的聲音，老師也要終身學習，學生的創新思維也



能為他帶來啟發，達致教學相長。」這番話讓她印象深刻，提醒她要傾聽學生的聲音，要知道其他人的看法。她還很欣賞麥老師的教學方法，與學生平等相處和他教學的熱情，更視他為榜樣。而麥老師則認為蔡老師善於與人相處，從小就會充當同學們與老師的中間人，所以對她成為老師並不感到驚訝。

回歸

「師者，所以傳道、授業、解惑也。」蔡老師說。大學後，蔡老師希望能把之前學過的知識傳給下一代，引導學生以多角度思考從而選擇自己的立場而非盲目地接受一些社會主流的訊息。所以，她選擇成為一位通識科老師。而蔡老師在沐恩七年的學習，七年的溫暖，讓她回到了沐恩。重返校園，蔡老師感覺沐恩改變了不少。特別是一些課室的轉變。蔡老師又笑言在運動會那天，看著各社的同學們打氣和比賽，感覺很特別、純真、真摯，好像看到了當年的自己，但卻又不曾感到有隔膜，因為大家都是屬於同一所學校，只不過是角色調換了。

回憶

蔡老師覺得能與教過自己的老師共事很特別，老師們依舊很疼愛她，和他們一起工作，給她開心、溫暖的感覺。她和麥老師最難忘的回憶是中六、中七的中國歷史堂，全班只有十個人，他們常自稱「十兄弟」，又稱麥老師為「爸爸」。當時上中史堂時曾提起過一條路，名為「流沙路」，所以大家相約外出飲茶時，一定會吃流沙包以作為對中史堂的一些回憶。蔡老師中一時，麥老師也提過校園內有三面鏡子，分別寫着：「以銅為鏡可以正衣冠」、「以史為鏡可以知興替」、「以人為鏡可以明得失」，並逐一解釋當中含意。這啟發了蔡老師，也勾起了她對中史的興趣。

感恩

蔡老師感謝麥老師在過去的疼愛，教懂了她很多知識，不單是課堂上，還有很多人生的分享和經歷，又說她也是當了老師以後才明白老師的辛勞，既要備課改簿，又要解答學生問題，所以也希望他的工作能沒那麼辛苦。亦祝沐恩中學以後能有更多的三十周年，培育耀眼的珍珠。同學能愉快學習，享受讀書的時光，守護充滿溫暖、充滿愛的校園。麥老師也感謝蔡老師能和他有好的溝通，亦勉勵她「學無止境」，不單是知識上，還有待人接物方面，都可以有更大的發展。



校園記者：3D莊雅晴 3D鄧曉嵐



麥鴻昌老師接受長期服務嘉許



分享感恩見證



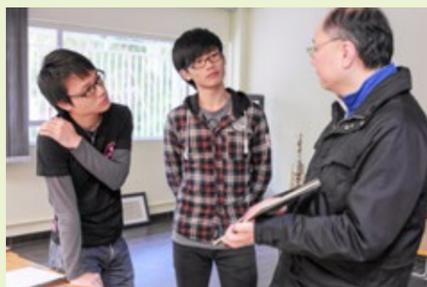
物理「神」話—— 梁家希老師專訪

在人生成長的道路，梁家希老師遇上一位啟蒙老師，而且在多年之後成為他的同事，使他們在性格和處事方法上相互影響著，這確實是上帝的奇妙恩典。



校園生活

學生時期的梁老師曾是學校的籃球隊隊員，但一向低調的他不希望在熒光屏出現，故此只參加了wow production的幕後製作，曾與老師、同學留至深夜合力完成短片，留下了深刻的回憶。梁老師選擇擔任基督徒大使因他誤以為基督徒大使無需上台演講。在成為基督徒大使後，才知道基督徒大使也要上台演講，頓時有一種「中伏」（誤踩陷阱）的感覺，更沒想過自己會在感恩日上台領唱詩歌，難免會感到緊張。然而，這領唱的經驗為他帶來了另一個機會——擔任畢業典禮的司儀，梁老師的感受也有了轉變，覺得很榮幸得到了老師的賞識，是個難得的機會。



物理奧林匹克比賽

陳家駒老師期盼同學在物理科上獲得喜悅和成功感，故邀請同學參加物理奧林匹克比賽，而梁老師抱著一試無妨及玩遊戲的心態參加比賽，結果奪得二等獎。梁老師表示他當時覺得參加物理奧林匹克比賽很新奇，因為當年沐恩學生很少有出外交流、比賽的機會；這次比賽涉及許多高層次的問題，例如星球運行等，還雲集高手，令他大開眼界，獲益良多。



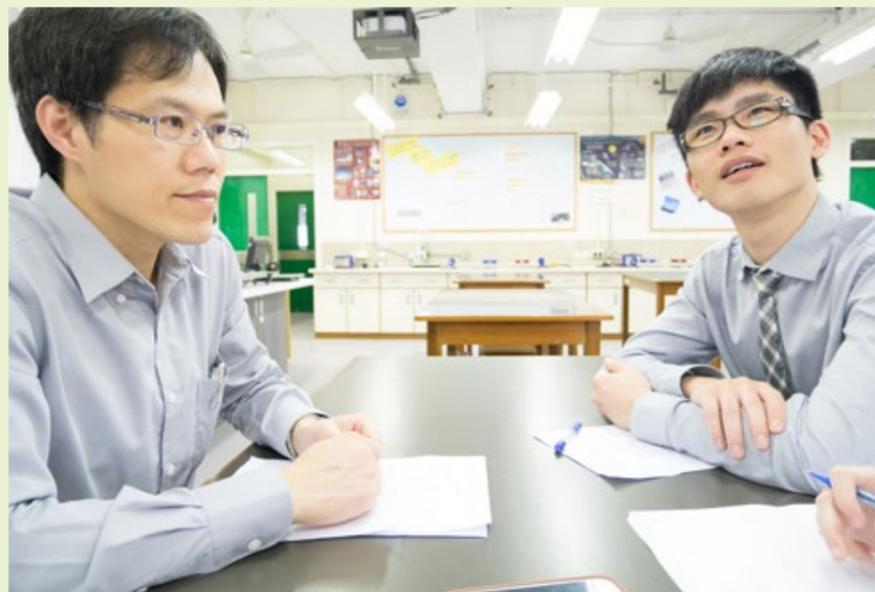
嚴肅的面具

談到物理奧林匹克比賽，陳老師道：「我是負責訓練同學的老師，我認為這也是跟同學溝通的大好機會，因此我很珍惜每一次的練習時間。」而梁老師微笑道：「那一回，是我第一次看見陳老師的另一面。」原來，作為訓導老師的陳老師起初給予梁老師一個嚴肅的印象，令梁老師見到他就掉頭跑，還與同學們改陳老師別名。但是經過深入的了解之後，梁老師就對陳老師改觀，認為他既嚴肅又親近學生，作訓導老師的他卻不令學生討厭，是最讓他尊敬的原因。



潛移默化

梁老師的學業成績相當不錯，物理科的表現尤其出色，但他直言自己不是一個勤力的學生，當年只是靠一些「小聰明」和關鍵時段的衝刺。在準備公開試期間，梁老師會和朋友回校向陳老師請教物理科的問題，而陳老師都仔細解答，甚至跟他們一起鑽研歷屆試題，常以和藹的態度叮囑他們努力溫習和鼓勵他們。當天陳老師給梁老師的問候成為他發奮的泉源，令懶洋洋的他漸漸變得勤奮。若沒有陳老師的關懷，或許就沒有一位努力向上的梁老師了。



教學使命

時光倥傯，梁老師已經是陳老師的同事。受到陳老師當年的盡責和專業精神影響，梁老師知悉做老師不只是為薪金，還肩負著傳授知識和教導學生人生道理的重任。初在沐恩工作的梁老師不太懂得與調皮的學生相處，但記起陳老師的教學模式後，便採用一種溫和的態度耐心指導學生，嘗試在課餘時間與他們溝通，軟硬兼施，以糾正學生的錯處。

磁場效應

梁老師就認為沐恩很和諧，同學之間和師生之間的關係都很融洽。他希望能秉承這個傳統，當一個親民的老師，與學生建立良好的關係，亦師亦友。而陳老師則希望以梁老師為榜樣，學習以友善的方式與學生溝通，而不再只是擔當一個高高在上的訓導老師。

雋永校慶

沐恩大部分的同学只參加過一次五年一度的大校慶，而中學時期的梁老師則參加過兩次校慶活動，為此表示慶幸。而最深刻的校慶莫過於20周年校慶，當年仍是中一生的梁老師很興奮與全校師生到大美督水壩進行步行籌款，並拍了一張大合照，讓他難以忘懷。現為老師的他就主要負責事前預備、聯絡工作，讓不少舊生重回沐恩與老師、同學相聚，添上了不少色彩。



校園記者：3A鄧慧倫 3A王思穎



▲ 陳老師接受長期服務嘉許



三十周年感恩崇拜

2013-12-4 主席：黃堯姬校長



▲濟濟一堂同頌主恩



▲謝達超牧師宣召



▲會眾唱詩



▲司徒校監致詞



▲楊偉成牧師祈禱



▲黃育材牧師讀經



▲謝達超牧師講道



▲歌詠團獻詩



▲鄭康妮老師感恩見證



▲陳樂瑤同學感恩見證



▲鄧凱恩老師服務5年



▲馮河清先生服務5年



▲何家昌老師服務10年



▲梁國雄老師服務15年



▲司徒杏貞女士服務15年



▲陳嘉輝老師服務20年



▲張紫來老師服務20年



▲羅紹國老師服務25年



▲麥重光先生服務30年



▲梁淑媚女士服務30年



▲羅四有先生服務30年



▲劉仰山副校長服務30年



▲容艷玲老師服務30年



▲初中級同學在有蓋操場觀看電視直播典禮過程

教職員長期服務紀念獎

- 五年教師：鄧凱恩老師
- 職員：馮河清先生、葉艷玲女士
- 十年教師：何家昌老師
- 十五年教師：梁國雄老師
- 職員：司徒杏貞女士
- 二十年教師：陳嘉輝老師、陳家駒老師
- 張紫來老師、楊嘉俊老師
- 二十五年教師：羅紹國老師
- 三十年教師：劉仰山副校長、趙汝儉老師、何順鑽老師、孔雪兒老師、伍焯佳老師、容艷玲老師
- 職員：麥重光先生、梁淑媚女士、羅四有先生

鄭康妮老師感恩見證

感恩崇拜裏分享了自己的故事，在沐恩，我遇上良師益友，更遇上上帝。我經歷了愛，更經歷了很多心思意念的轉變。從前要着別人照顧的，今日已能看見別人的需要，服侍他人。願意能夠以基督的心為心，跟從耶穌，學習祂的心思意念，真正活出信仰，活出上帝的話。

第30屆陸運會

2014·3·12-13假大埔公眾運動場舉行

致開幕詞：黃堯姬校長
頒獎嘉賓：周佩瑜博士
香港教育學院
運動及體育學系



黃校長(右)致送紀念品與頒獎嘉賓周博士(左)



第三十屆陸運會成績

刷新大會紀錄

組別	項目	社別·班級·刷新紀錄者	新紀錄	大會舊紀錄·年份
男甲	跳高	信社5F劉梓豪	1.73m	1.72m(2010-2011)
男乙	一百米	德社4D張顯賢	11.45"	11.48" (2011-2012)
	跳遠	德社4D張顯賢	6.25m	5.90m(2011-2012)
	千五米	愛社4B楊樂希	4' 50.99"	5' 00.84" (2000-2001)
	三千米	愛社4B楊樂希	10' 30.69"	10' 47.98" (2010-2011)
男丙	跳遠	德社2C周俊熙	5.44m	5.25m(1992-1993)
女甲	四百米	信社5D王俊鏐	1' 09.61"	1' 10.71" (2007-2008)
	鉛球	信社5C羅卓楹	8.63m	8.29m (2011-2012)
	標槍	信社5C羅卓楹	27.63m	20.87m (2005-2006)

個人成績第一名

組別	社別·班級·姓名	金-銀-銅獎牌(個)
男子甲組	信社 5F 劉梓豪	3-0-0
男子乙組	德社 4D 張顯賢	3-0-0
男子丙組	德社 2C 周俊熙	3-0-0
女子甲組	愛社 5E 梁賜恩	2-1-0
	愛社 4D 黃佩欣	2-1-0
女子乙組	愛社 4D 于皓筠	2-1-0
	信社 4B 蘇凱婷	2-1-0
女子丙組	義社 2B 梁可茵	2-0-0

團體總成績

	信社	義社	愛社	德社
校長盃接力賽	/	冠軍	季軍	亞軍
健康六百米	亞軍	冠軍	/	/
啦啦隊獎	亞軍	/	冠軍	/
團體盾	冠軍 (847分)	季軍 (820分)	亞軍 (837分)	殿軍 (750分)

競技盃(30週年校慶特備項目)

冠軍：5B隊
亞軍：3D2隊
季軍：足球隊

節目預告

三十周年校慶綜合晚會

同沐主恩心嚮往，培育珍珠展光芒

四社以競技形式展示音樂、舞蹈、攝影、時裝設計、戲劇等才藝。

評分加入觀眾投票。

日期：2014年7月4-5日

時間：晚上7：30至10：15

地點：本校禮堂

歡迎各界人士光臨觀賞



校訊編委會：南亞路德會沐恩中學學校宣傳及聯絡組

- 顧問：黃堯姬校長
- 編輯顧問：趙汝儉老師
- 編輯：李少寶老師、陳加強老師
- 校園記者：3A鄧慧倫、王思穎 / 3B陳衍文 / 3D莊雅晴、鄧詠恩、鄧曉嵐 / 4A張凱詠、李芷悠 / 4C朱泳湘、何詩敏、洪允寧、曾盛敏