

# 三歲定八十?

90周年系列  
深受歡迎的幼兒教育

生命故事  
謙和的生命鬥士

校園文化  
中學生的生涯規劃



著名鋼琴家郎朗自三歲開始，便不斷獲得不同的鋼琴演奏獎項。原來他從小便表現出對音樂的熱愛，例如看完動畫片後，便會坐在鋼琴前，把聽過的背景音樂彈奏出來，於是他父親尋找不同老師和音樂學院去培養他。從生涯規劃的角度看，這是一個「三歲定八十」的成功例子。

近年政府提倡生涯規劃教育，甚至建議將生涯規劃推前至小學階段，讓小學生多了解自己的興趣、能力和志向，以及社會經濟及行業的轉變，協助他們作出明智決定，並進一步發展其興趣和能力，及早為未來升學和就業作出規劃。

然而，小學生年紀尚小，在這階段已為將來要走的路作規劃，又會否過早？畢竟並非每個小孩都像郎朗般，自小已發現對某項事物的濃厚興趣和能力，所以「生涯規劃」由小學起步仍須進一步探討和討論。學校總主任魯淑貞校長在今期主題信息有詳盡的分析。

執筆時新型冠狀病毒肺炎仍然肆虐，不過有一種東西比病毒傳播得更快、更廣泛，就是恐懼和憂慮。詩篇91篇6, 9節：「不怕黑夜流行的瘟疫，或是午間滅人的災害……耶和華是我的避難所，你以至高者為居所」。願主賜下平安盼望，也求主憐憫，止住一切災疫。S

## 救世軍國際使命宣言

救世軍是一個國際性組織，是基督教普世教會之一。

本軍的信仰是基於聖經，本軍的服務是源於神的愛，本軍的使命是傳揚耶穌基督的福音，並奉祂的名在不分彼此的原則下去滿足有需要的人。

### 目錄

#### Issue 752期

- 1 與領袖有約/堅定不移的信靠：詩篇57篇的反思
- 2 主題信息/生涯規劃教育小學起步可行嗎？
- 4 婦女天地/三歲定八十
- 5 隊長隨筆/我是誰？
- 6 90周年系列/深受歡迎的幼兒教育
- 8 軍區動態
- 12 分區焦點
- 14 國際頭條
- 15 學習園地/一件難忘的事
- 16 生命故事/謙和的生命鬥士
- 18 服務與關懷/愛·就在身旁
- 19 校園文化/中學生的生涯規劃
- 20 專欄/幼兒心理成長專區  
/營人營語
- 21 光影傳情

### 下期主題：別失去盼望！

本報中所有聖經引文均出自香港聖經公會《和合本修訂版》（除非另有註明）

救世軍創辦人：卜維廉大將（1829-1912）  
國際領袖：柏培恩大將  
本軍使命：拯救靈魂、建立信徒、服侍社羣  
出版：救世軍  
督印人：總指揮 李光秋上校  
編輯：林映雪  
地址：香港九龍油麻地永星里十一號  
電話：（852）2332 4531  
傳真：（852）2332 4286  
電郵：corpcommd@hkm.salvationarmy.org  
網址：www.salvationarmy.org.hk  
設計：nephos Production  
定價：HK\$6

本報經向香港政府註冊



歡迎網上瀏覽今期救恩報揭頁版  
（出版後兩週上載）

[http://www.salvationarmy.org.hk/publications/war\\_cry](http://www.salvationarmy.org.hk/publications/war_cry)





李光秋上校  
總指揮  
Lieut-Colonel Bob Lee  
Officer Commanding



與領袖有約

## 堅定不移的信靠：詩篇57篇的反思

### Steadfast and Confident: A reflection from Psalm 57

**詩**篇57篇是由年輕的大衛所寫，他正在被妒忌心重的掃羅王追殺。對大衛來說，生命非常不確定也欠缺保障。在第四節，大衛形容他的處境：「至於我的性命，我好像躺臥在吞噬人的獅子當中；他們的牙齒是槍、箭，他們的舌頭是快刀。」

然而，大衛擁有**完全的保障**。他在第一節滿有信心地說：「……我的心投靠祢。我要投靠在祢翅膀蔭下，直等到災害過去。」大衛能夠在神的翅膀下找到庇護和信心，直到致命的危機過去。

大衛也知道，神能夠為他**成全萬事**。他在第二節中宣告：「我要求告至高的神，就是為我成全萬事的神。」大衛相信神會為他行事、稱他為義及成就神給他的計劃。

大衛也有**永久的穩妥**。如你的保障在神那裏，你便能夠在任何時間都堅定不移。作為信徒，即使你的生命似乎要面對衝擊，你仍然能夠站起來並像大衛在第七節那樣宣告：「神啊，我心堅定，我心堅定」。

這一切給大衛一首**得勝的寶貴詩歌**。大衛在最黑暗的風暴中，在心裏藏着一首詩歌。他在第七節說：「……我要唱詩，我要歌頌！」在明朗正面的日子唱詩歌頌較為容易，但一顆堅定不移的心也能在黑暗歲月詠唱！

我們的困難和憂傷，有時能夠賦予我們的靈魂最甜美的旋律來讚頌神。

你正在經歷怎樣的焦慮、挑戰及風暴？我們當中有些人或會關注我們的健康問題，特別是最近的新型冠狀病毒肺炎感染。有些人或會為我們的家庭、財務或工作而憂慮。神知道我們正經歷的事情，祂渴望我們完全信靠祂，或如大衛所言：「神啊，我心堅定，我心堅定」。我們也可以滿有信心，因為我們知道，神給我們祂的愛和信實。 **S**

**P**salm 57 was written by the young man David who was running for his life from a jealous King Saul, who wanted to kill him. David's life was very uncertain and unsecured. In verse 4, David describes his dire situation 'I am in the midst of lions; I am forced to dwell among ravenous beasts—men whose teeth are spears and arrows, whose tongues are sharp swords'.

Yet David, had deep sense of **perfect security**. Confidently, he said '...in You I take refuge. I will take refuge in the shadow of your wings until the disaster has passed' (v1). David is able to find his refuge and confidence under God's sheltering wings until the destructive dangers have passed.

David also knew that God was able to **perform all things for him**. He declared, 'I cry out to God most High, to God, who vindicates me' (v2). David was confident that God will work for him and will justify him and bring out His purposes for him.

David also had **permanent stability**. If your security is fixed in God, you can always be steadfast. When your life seems to crash upon you even as a believer, you can still rise up and declare like David, 'My heart, O God, is steadfast, my heart is steadfast' (v7).

All these gave David a **precious song** of victory. David had a song of praise in his heart during his darkest storm. He praised God, 'I will sing and make music' (v7). It is easier to sing and make music when the days are bright and positive, but a steadfast heart can also sing in the darkest night.

Sometimes out of deepest troubles and sorrows we can produce in our souls its sweetest melodies of praise to God.

What anxieties, challenges and storms are you going through now? For some of us, we may be concern with our health issues, especially with the current coronavirus pneumonia infections. For some we may be anxious over our families, our finances or our work. God knows what we are going through and He desires that we have complete faith in Him, or as David would say, 'My heart, O God, is steadfast, my heart is steadfast'. We too can be confident because we know that God sends forth His love and faithfulness to us. **S**

# 生涯規劃教育小學起步 可行嗎？

**香**港的新學制自2009年開始推行，教育局鑒於很多前線教師和教育工作者意識到生涯規劃對學生的重要性，故有必要把生涯規劃融入學校，成為中學的課程，為學生提供「全面的體驗」，讓他們掌握有關自我及工作的知識和技能，培養相關的態度，有效展開及進行生涯規劃。

## 預備進入職場

在策略上，學校會舉辦一些有關生涯發展、理財教育和升學途徑等講座、參觀大學和企業，亦會推行商校合作計劃，給予學生實習和與外界交流的機會，務求讓學生拓闊視野，在學習的旅程中作出明智的決定，並從不同的學習階段順利過度到職場。

政府近年積極提倡生涯規劃教育，建議將生涯規劃推前至小學起步，認為在小學開始進行，對學生、家長和學校都有明顯好處，可及早認清學生的興趣、能力、需要和志向，協助他們發展其興趣和能力，為將來升學和就業作出更好的規劃，從而培養他們正面積極的學習態度。

## 如何為小學生預備？

小學方面，學校可以幫助學生認識和接納自己，及早為他們在生涯規劃上作好準備。生涯規劃教育包含「VPASS」五個字母及相關價值觀和取向：「價值觀」(V-Values)、「多元途徑」(P-Paths)、「態度」(A-Attitude)、「自我了解」(S-Self-understanding) 及「技能」(S-Skills)。

在實踐策略上，學校可透過正規課程介紹和講解，並在主題和專題研習的學習活動中，引導學生搜集有關中學學科和職業的資料，亦可安排從事不同行業人士的訪問，讓學生對他們的工作性質和內容略知一二，初步瞭解日後升學和就業的情況，有助在「VPASS」上建基。還記得很多年前，有一位小學生在參觀消防局後，在「我的志願」的作文中，要立志做消防員，現在果真成為消防總隊長了。

## 不宜過早設限

至於家長，他們是子女成長中不可或缺的伙伴。由於小學生年紀尚幼，升學和就業



對他們是一條比較遙遠的路，所以家長不宜向子女灌輸或影響他們一定要升到哪些中學或大學，甚至在長大後要從事哪些行業，最重要的是多觀察子女的性格、興趣、能力和取向，多方面發展他們的潛能，以幫助他們日後作出選擇。相信家長為了子女的未來，一定會竭盡所能為他們作好準備和鋪路，但不要忘记神賜給我們的孩子，每一個都是獨特的，所謂「條條大路通羅馬」，家長只要讓子女明白，凡事都要付出努力和不斷求進，才可達至成功的。

小學課程中的常識科有認識社會的各行各業、服務社會的人等學習內容，但這並非生涯規劃，小學階段重點是明白甚麼是工作、有哪些可能性等，而非引導學生做決定，建立所謂的升學及就業志向。要知道過早引入生涯規劃，恐會強加成年人的價值觀，甚至提早收窄他們的可能性。所以有關決策者最好在小學推行生涯規劃教育前，仔細思量其利弊和帶給學童的影響，並多諮詢學校各持分者的意見，才下這個重大的決定。 S

## 生涯規劃教育是甚麼？

前教育局局長吳克儉在「開創年輕一代的未來——生涯規劃教育論壇」中指出：生涯規劃有賴不同持份者「凝聚共識和建構願景」，以及緊密合作，以提供支援，讓青年人找尋就業及升學前路，宏揚學業及事業抱負。在本世紀，社會發展邁向各行各業的「專業化和多樣化」。此外，香港教育制度「靈活和多元發展」，而課程能使學生「了解

自己的興趣和能力、伸延學生的視野探索未來、為前面的發展及機遇作出準備、啟發終身學習觀念、作出適當選擇，有機會發展所長」。總括而言，生涯規劃教育旨在為將要投身於社會的青年人，在就業和升學上作好準備，訂定人生的目標，規劃自己未來的路向。

(摘自香港特別行政區政府新聞處，2014)



## 三歲定八十

**記**得小時候我有個乳名——「愛哭喊包」，因為我無論遇到任何事都會哭喊……不知道在哪裏儲存這麼多淚水，當年應該沒有容器叫作「一公升眼淚」吧！

每次哭鬧時，媽媽就說：「你哭鬧吧！事情都不會改變的。」當我漸漸長大，閱歷豐富了，便開始懂得思考為何自己會哭哭鬧鬧。我發現事情並沒有因哭鬧而改變，於是我開始學習忍耐和等候。

### 話語塑造孩子

根據研究，人類的大腦是唯一在出生後還具可塑性的感官。三歲的小孩子，大腦發育的成熟程度可達到80%左右。在這三年裏，大腦建立約700至1000個神經連接。到底如何讓大腦建立連接呢？答案就是聲音。那是誰的聲音呢？說些甚麼話？這些都很重要，因為會影響孩子成長。

一般人會誤以為孩子還小甚麼都不懂，不會聽得懂大人的說話。其實孩子在成長過程中，大腦不斷儲存詞彙，視覺、聽覺和身體接收大量信息。如果把大腦看作一部機器，父母或家長的行為舉止，都會影響這部機器的運作，我們所說的每個詞彙，都在塑造孩子的大腦。

曾經有位本身是教育工作者的媽媽分享道，孩子每日聽最多的說話是「快些」，無論在學校或家裏，父母或工人姐姐說話的內容和態度，都反映着成人要快速的生活模式及節奏，孩子耳濡目染下也會跟隨。我們的小孩子在這種模式中成長，不經意地便接收了我們發放的信息。我們不應塑造孩子成為揠苗助長的人，更不應為孩子定型定格。

### 追求完美易迷失

使徒保羅出身於名門望族，又接受過高等教育。自小遵照嚴謹的律法，是猶太人所追求的完美者。保羅說他為神熱心，好像你們大家一樣（參使徒行傳22章3-4節）。但人在追求完美的過程中往往會迷失了，以自己取代神的位置。

完美主義者認為他們永不會出錯，若出錯了就是一場災難。當別人或形勢脫離了他們的控制，偏離了「應有」的軌道，他們就容易心煩意亂。他們對別人和自己的期望超過了合理程度，結果常常生出憤怒和苦毒。完美主義帶來沉重代價，它會引致情緒問題、人際關係問題和心靈的耗盡。

最後節錄美國老牌歌手桃樂絲黛（Doris Day）一首家傳戶曉的歌曲*Que Sera, Sera*來結束：

*When I was just a little girl,  
I asked my mother, 'What will I be?  
Will I be pretty? Will I be rich?'  
Here's what she said to me*

*'Que sera, sera  
Whatever will be, will be  
The future's not ours to see  
Que Sera, sera  
What will be, will be'* **S**



**譚振輝少校**  
東九龍隊部隊軍官

# 「我是誰」

**在** 1998年的賀歲電影《我是誰？》裏，成龍飾演一名突擊隊隊員杰克，他被派往南非，尋找一塊魔法石，不料發生空難，他失去了記憶，醒來後不知道自己是誰，何故會身處南非！

## 一人有一個計劃

「我是誰」這個問題，我們大多不會提出，因為我們都知道自己的姓名、身高、體重，也知道誰是家人和背景等等。可是，我們真的清楚知道自己是誰嗎？我從何處來？我到底是一個怎樣的人？我為何而生？我生何所用？我……？如果我們真的要考究「我是誰」這個問題，相信就會有更多的問題應運而生，這些問題更讓哲學家和思想家窮一生精力去尋求當中的答案。

信徒們，你們可真知道上述問題的答案嗎？神告訴我們「我造大地，又創造人在地上……」（以賽亞書45章12節）；「我是在罪孽裏生的，在我母親懷胎的時候就有了罪。」（詩篇51篇5節）；「……你們會得救，這是出於神」（腓立比書1章28節），這些我們都知道；那麼，神為甚麼讓你生在地上？要你做甚麼？我曾經聽過有基督徒的回答是：「這個問題我沒有想過啊！」正因如此，多少基督徒一生花了很多時間在生活上，甚至連安息的時間也沒有，每天就是疲於奔命地幹活，不知道或是忘記了神有一個計劃在每個人的人生中。



## 為神榮耀而活

「所有稱我為他們的神的都要回來，他們是我為着彰顯自己的榮耀而創造的」（以賽亞書43章7節，當代聖經）。原來每個稱神為他們的神的人，是為着彰顯神的榮耀而被創造的！不是為地上的事，是為神而生而活！在教會事奉，不只是回報神的恩典（更不是交差式的事奉），而是以把整個人、整個生命交在神手中，回到神當初創造我們的心意裏，因為只有這樣做，我們才會發現神的心意，才會知道我們是誰！我們就能成就神要我們做的事。

耶穌知道祂從父神而來、祂是三位一體裏的聖子、祂是為救贖世人的罪而生、祂要做的就是走上十字架。在末後，祂會再到世上來。有很多基督徒也知道自己為何而生，戴德生知道他是為中國而生；宋尚節知道他不是為已握在手的博士證書而活；使徒保羅知道他是屬基督的人。他們有一個共同點，就是他們從神而生、為主而活，而將來會歸到同一個地方——神的家，亦是天堂！**S**



## 深受歡迎的幼兒教育

**經**常有家長表示，救世軍的學前教育服務很「搶手」，剛為小朋友取得出世紙便要排隊申請。受歡迎的原因包括教學理念、校風良好，還有很多委身幼兒教育的教學專才，司徒玉蓮校長是其中一位。

### 當老師的第一天

司徒校長自小便跟媽媽返救世軍灣仔隊(教會)，由於她很積極參與服事，許多隊長都認識她。1970年她中學畢業後，當時的學務部校監吳天安上尉問她是否有興趣在軍區大坑東幼稚園當老師，她二話不說便答應了，隨即開展了漫長的幼兒教育之路。

還記得第一天上班，當時的校長把她帶到課室，然後拋下一句：「這班是你的！」便走了。沒有教學經驗的她唯有向隔壁班房的老師討教，慢慢掌握怎樣做幼稚園教師。「那個年代對學前教育沒有太多要求，只要小朋友聽話，完成功課，成功入讀心儀小學就可以。」

司徒校長最初七年先後在救世軍屬下四間學校任教，除了大坑東幼稚園外，還有秀茂坪幼稚園、中央堂幼稚園及竹園光澤小學。為了擴闊眼界，以及累積校務管理經驗，其後七年她在兩間其他機構營運的幼稚園擔任主任。

### 重回本軍懷抱

1985年，當時救世軍灣仔幼稚園的校長調往大埔開展新幼稚園，前者的校長職位遂出現空缺，舊同事紛紛鼓勵司徒校長回巢，結果她寫信申請並成功獲聘。雖然在舊校工作的薪金較高，學校也較具規模，但她仍希望在自己教會所辦的學校工作。

當時灣仔幼稚園只開辦K2和K3兩級，兩級共用同一地方，以屏風相隔。司徒校長希望可增辦K1，以增加課程連貫性及提升家長為子女報讀的意欲，但由於校舍地方有限，校監最初不贊成。後來，她留意到美國一種名為Open Plan的教學模式，遂想到可採用這模式以解決地方問題。

### Open Plan模式引關注

Open Plan的概念是把校園分為不同區域：習字區、音樂區、戶外教學區等，不同年級學生輪流分區學習，由於學生是「流動」學習，不用為每位學生安排一套枱椅，可節省不少地方。結果灣仔幼稚園成功在有限地方擴級，不過為保障教學質素，每級收生人數要減少，教學人員卻需增加。「當時這種做法相當前衛，並引起香港大學學者的興趣，專程前來觀察及研究。」





← 右三、四為桑達士少校夫婦，右一為司徒校長。

司徒校長憶述，當年學務部校監桑達士少校本身是教育家，他很注重老師培訓，不但邀請資深幼兒教育專家擔任軍區幼稚園的顧問，又於灣仔隊所在的建築物開設資源中心，專門搜集幼稚園課程設計的資源，更每年主辦研討會，向中、小學、幼稚園及特殊教育學校老師分享教學理念、教學模式等課題。「那段時間我有如一塊海綿，不斷汲取專業知識。」

機會是留給有準備的人，1989年位於荃灣的救世軍吳國偉幼稚園開校，累積近20年幼兒教育及校務管理經驗的司徒校長被調往負責「開荒」重任。在她和一眾教師的努力經營下，學校漸漸成為區內知名度高、極受歡迎的幼稚園。

### 着重幼兒全方位發展

司徒校長認為，救世軍學前教育的理念以兒童為中心，並非只向幼兒灌輸知識，而是着重發展他們多方面的能力，包括溝通技巧、建立自信心等，同時幫助他們累積愉快

學習的經驗。此外，有基督教背景的救世軍也很着重幼兒品格培養，當軍區推行「克己運動」和「心好月圓」活動時，學校會推動學生及家長一同參與，藉此培養幼兒關愛別人和敬老的態度。

「我們並非只提供幼兒教育，家庭也是服事對象，我們會幫助父母成為稱職的家長。」以吳國偉幼稚園為例，每年舉辦八至九次「家長學堂」，教導家長有關幼兒發展、情緒紓緩等。由家長準備為子女報讀至成功入讀期間，學校會舉辦多場聚會，目的是加強家長對學校教育理念及方法的認識。學校又舉辦家長小組、家長團契等，讓他們彼此分享。

2014年7月退休的司徒校長，回望在救世軍幼兒教育工作的歲月裏，覺得很精彩也很充實，歷任校監都給予她很大的自由度，在教學和管理上作出新嘗試，她相信這種美好的文化能傳承下去。S



## 教育服務

### EDUCATIONAL SERVICES

#### 學前教育服務訓練日營

本軍各幼兒學校和幼稚園校長、副校長和主任共63名員工於1月9-10日參與訓練日營。多名參加者表示，是次訓練有助他們了解自己在學校管理層當中的角色，並提高他們對相關規則和規例的關注。參加者亦享受靜觀練習，幫助他們減輕在日常工作中所面對的壓力。



#### PSES Training Day Camp

63 staffs, including Heads, Deputy Heads and Senior Teachers of all Nursery Schools and Kindergartens attended the Camp held on 9-10 January. Many participants reflected that the training has enabled them to understand their roles as management in the school setting and raised their awareness of the related rules and regulations. They enjoyed the practice of mindfulness which could help to relieve their daily work stress.



#### 學校開放日

救世軍田家炳學校開放日於1月20日舉行，沙田區內多間幼稚園和中學的校長亦蒞臨支持。一眾嘉賓欣賞了該校學生的表演，包括舞獅、武術和舞蹈。田家炳學校老師、學生、家教會和校友會預備了遊戲攤位、小食檔和向所有來賓出售校友會紀念品的攤位。

#### School Open Day

TSA Tin Ka Ping school open day was held on 20 January. The principals of many kindergartens and secondary schools in Shatin were present to support. All guests enjoyed the programmes, including lion dance, Wu Shu and dancing, performed by our students. Teachers, students, the PTA and the Alumni Association of Tin Ka Ping School prepared game stalls, food stalls and stalls for selling Alumni souvenirs to all visitors.

#### 屢獲佳績 Award News

救世軍卜維廉中學中六學生彭靜參與香港電台於1月份舉辦的「有聲好書——全港中學生聲演比賽」，在300多名參賽者中進入最後五強，獲頒普通話組優異獎。是項比賽旨在提高學生公開演講技巧和利用聲音演繹故事的能力。

S6 student Pang Ching from The Salvation Army William Booth Secondary School was one of the five finalists out of over 300 participants and being awarded Excellence Award - Putonghua Group of 'Audio Book Competition 2020' held by RTHK in January. The competition enhances students' public speaking skills and the ability to express ideas and thoughts through their voices.



## 社會服務

### SOCIAL SERVICES

#### 護老者協會

護老者協會十七週年誌慶暨護老者感謝禮於1月11日順利舉行。是次活動以「互愛包容」為主題，超過200位護老者及被照顧長者、義工、照顧者團體代表及嘉賓一同分享多個護老家庭的感人故事，並藉此向在場護老者獻上感謝。

#### The Carer Association

The 17<sup>th</sup> Anniversary Celebration cum Carer Appreciation Ceremony was held on 11 January. Themed 'Mutual Love and Inclusion', more than 200 participants including carers and their elders, volunteers, representatives of different carer groups and other guests were present to share the touching stories about caring for elders in the families. Carers present were acknowledged in the ceremony.



#### 同賀新春

1月21日，半島旭日扶輪社與本軍露宿者綜合服務合辦扶輪社迎春晚宴，共有30名參加者出席。除了共享美食，扶輪社義工更帶領參加者做伸展運動及玩遊戲，大家表現投入。在歡度節慶日子裏讓更多人感受被愛。

#### Chinese New Year Celebration

Rotary Club of Peninsula Sunrise collaborated with Integrated Services for Street Sleepers of the Army to hold a 'Happy New Year Dinner' for our service users on 21 January. 30 service users came together to enjoy delicious food and funny games prepared by volunteers of Rotary Club. It was a night full of laughter and happiness and a time for celebration and union when we share our love for others.



#### 學員作品展

恒安綜合復康服務與社區文化發展中心合作舉辦名為〔織飛〕香港 X 日本交流展，於一月在香港賽馬會創意藝術中心展出七位學員的紗織作品。之後作品將於日本神戶及大阪等地進行為期一年的巡迴展覽，讓海外人士認識救世軍為復康人士提供的服務成效。

#### Trainees' Works Exhibition

The Salvation Army Heng On Integrated Vocational Rehabilitation Service co-worked with the Centre for Community Cultural Development to organise the 'Weaving High - SAORI Art Exchange Project between Japan and Hong Kong'. Saori masterpieces from our seven disabled trainees were displayed in Hong Kong at JCCAC in January. Their works will also be exhibited in Kobe and Osaka in Japan for over one year. These exhibitions will let overseas people know the talents of our trainees with disabilities and the service impact of the Salvation Army services.





## 宗教事工

### CORPS (CHURCH) MINISTRY

由於「新型冠狀病毒肺炎」肆虐，港澳軍區的部隊軍官及軍兵同仁和社會服務單位的同事四出探訪一些獨居長者和有需要家庭，為他們送上缺乏的食物及日常用品，尤其是口罩，好使他們得以應急。

Owing to the outbreak of the Novel Coronavirus Pneumonia, corps officers, soldiers and staff from our social services visited elders living alone and families in need, providing them with much needed essential foodstuffs, meals and masks for their protection.

# 為 港澳祈 禱 @下午1時

「但祢—耶和華是我四圍的  
盾牌，是我的榮耀，又是令  
我抬起頭來的。我用我的聲  
音求告耶和華，他就從他的  
聖山上應允我。」

詩篇3篇3-4節



這是一項**禱告呼籲**，讓所有  
救世軍人和友好**團結**一，  
同心祈禱。像當前的情況，我們相信  
只要一同起來，為香港、澳門以至全  
球各國一同**尋求神**，定能發出**禱告**  
**的力量**。讓我們稍停下來，在**下午1**  
**時**，一同把禱告向全能的神擺上。請  
在你的手機預設鬧鐘，提醒自己祈  
禱，好讓我們無論身在何處，在**下午**  
**1時**，我們都會稍停下來，為**香港和**  
**澳門**同心祈禱**1分鐘**。因着

聖靈的帶領，如你方便  
，可以**禱告5分鐘、10**  
**分鐘、15分鐘，甚至**  
**更長時間**。我們相  
信聯合祈禱的力量。  
**我們團結合一，同心**  
**禱告。**

## 專注於神

面對近日許多的不確定性，我們轉向  
神，深知道：

- 神是全愛的，祂以永遠的愛愛我們。
- 神是全知的，所有事情都逃不過祂。
- 神是無處不在的，在任何情況下，祂都與我們同在。
- 神是全能的，在祂沒有難成的事。
- 神是全智的，祂所作的一切都是為我們最大的益處。
- 神是大有憐憫的，祂的恩典時刻給予我們力量。
- 神是掌權的，一切都不能超越祂。
- 神是我們的父，我們是祂所愛和喜悅的。

## 專注於港澳

面對身邊許多的焦慮，我們為以下人士祈禱：

- 患病的：祈求他們得到妥善的診斷和醫治，早日康復
- 醫護人員：求神保守他們有強壯的免疫力和耐力
- 研究員：祈求在研發疫苗、治療方案和藥物方面有所突破
- 決策者：求神賜予智慧，讓他們在適當的時間作出正確的決定
- 教會領袖：求神賜他們勇氣和能力帶領教會，堅持不懈
- 基督徒：求神賜信心跨過難關，並以愛心去接觸他人
- 尚未得救的人：求神給他們神聖的啟示，讓他們有機會接受耶穌
- 香港／澳門：賜平安、更緊密的聯繫、更強的社會凝聚力
- 世界各國：求神徹底止住感染，施予醫治，願榮耀歸予神

李光秋上校  
總指揮  
救世軍港澳軍區

# 沙田及馬鞍山區

## 沙田隊 1

坐落於沙田博康邨救世軍田家炳學校內的沙田隊，於1983年與田小一起建立，以軍區堂校合一使命(Integrated Mission)為服事方針，今年部隊將慶祝37週年紀念。沙田牧區除了田小，還包括本軍五個學前教育單位，隆亨邨和馬鞍山恆安邨的社會服務單位，以及兩間長者之家(安老院舍)。

## 水泉澳幼稚園 5

於2017年開辦，為本軍在區內最新的教育單位。全校學額為199人，提供3-6歲半日制及全日制學前教育服務。學校以專題研習及綜合教學模式，讓學生透過親身接觸、



觀察、探索了解事物，從而培養出協作、溝通、解難、認知和創造等共通能力。

## 田家炳學校 1

成立於1984年，秉持「主愛育人，珍視孩子，多元教育，全人發展」的教育理念，向以「滿關愛、重品德、多活動、展潛能」為辦學特色。2019年，榮獲教育局主辦第三屆品德教育傑出教學獎中最高榮譽的「傑出學校獎」。





### 沙田家品店 <sup>2</sup>

2004年恒安綜合職業復康服務成功申請社會福利署「創業展才能計劃」種子基金，於沙田乙明邨開辦救世軍首間專門為殘疾人士提供就業機會及職場培訓的家品店。沙田家品店除了把收集回來的物資以平價售給社區上有需要的人士外，更能達致協助殘疾人士自力更新，推動傷健共融的助人理念。

### 展藝坊 <sup>9</sup>

於1996年成立，是一間模擬零售店，讓復康學員在真實的工作環境中建立良好的工作習慣，學習及應用不同的銷售工作技巧。社會各界及僱主可以藉着展藝坊，了解到復康學員的工作能力，從而提升他們的就業機會。



## 部隊



沙田隊

☎ 2646 3301

📍 沙田博康邨救世軍田家炳學校



## 社會服務



恆安綜合職業復康服務

☎ 2640 0656

📍 沙田馬鞍山恒安邨恒江樓地下



恆安宿舍

☎ 2640 0581

📍 (地址同上)



展藝坊

☎ 2633 7116

📍 (地址同上)



沙田公園小食亭

☎ 2640 0656

📍 沙田源禾路2號沙田公園 (露天劇場側) 小食亭4號



隆亨青少年中心

☎ 2605 5569

📍 沙田隆亨邨善心樓地下



白普理慈愛長者之家

☎ 2605 5569

📍 沙田大圍銅鑼灣山路16號



隆亨長者之家

☎ 2601 5000

📍 沙田隆亨邨榮心樓3-4字樓



## 教育服務



田家炳學校

☎ 2648 9283

📍 沙田博康邨



田家炳幼稚園

☎ 2647 4227

📍 沙田乙明邨乙明邨街15號地下



禾峯幼兒學校

☎ 2604 0428

📍 沙田禾峯邨德和樓地下101-114號



乙明幼兒學校

☎ 2647 4897

📍 沙田乙明邨乙明邨街15號二樓



中原慈善基金幼稚園

☎ 2886 2340

📍 沙田大圍美田邨美滿樓地下



水泉澳幼稚園

☎ 3615 8710

📍 沙田水泉澳邨河泉樓地下



## 循環再用計劃



沙田家品店\*

☎ 2636 6113

📍 沙田乙明邨明耀樓地下70-72號

\*由社會服務部營運



### 國際領袖到訪印度西部及印度北部地域

柏培恩大將伉儷到訪印度西部地域(圖1,2)，給予古古拉特邦和馬哈拉什特拉邦的救世軍人和友好激勵和鼓舞，並親身了解本軍工作在這些地區面對的困難和挑戰。

印度北部地域救世軍人和友好歡迎本軍國際領袖(圖3,4)，同度喜樂、激勵、愛、轉化和祝福的一星期。大將伉儷受到熱情款待，享受傳統美食和各種文化，同樣深受祝福。在多場公開聚會中，最少7,000名救世軍人高呼「哈利路亞」，歡迎大將伉儷。

### International leaders visit India Western and India Northern Territories

The visit to the India Western Territory by General Brian Peddle and Commissioner Rosalie Peddle (World President of Women's Ministries) gave them the opportunity to bring challenge and encouragement to Salvationists and friends from Gujarat and Maharashtra and also gain first-hand experience of the challenges faced by The Salvation Army in these regions of India (photos 1,2).

Salvationists and friends in the India Northern Territory enjoyed a week of celebration, joy, encouragement, love, transformation and blessing when they welcomed the international leaders (photos 3,4). In turn, the visitors were also blessed, through meeting the people and enjoying hospitality, traditional food and the joyous colours of the culture. In public meetings, at least 7,000 Salvationists received their international leaders with applause and loud cries of 'hallelujah!'.



### 國際婦女事工新徽章

國際總部發表國際婦女事工新徽章和新的異象宣言。新徽章為全球婦女帶來光明、生命和靈魂的自由，啟發不同文化或背景的婦女，鼓勵她們團結起來，成為一體，發出一種聲音，神的愛時刻在她們當中。

### New International WM logo

IHQ launched the new International Women's Ministries Logo and the new Vision Statement. The Logo is to bring light, life and a freedom of spirit to all women around the world. It inspires women from any culture or background that they are encouraged to unite as one voice and one body, where God's love is always at the very centre of their being.



黃芷瑩  
救世軍韋理夫人紀念學校  
6B

## 一件難忘的事

今年暑假期間一件難忘的事，讓我學習到凡事要努力不懈，才能成功的道理。

我從小就學習粵曲，因此有較多登台表演的機會和經驗。當我五、六歲表演的時候，即使唱得不是那麼字正腔圓，台下的觀眾總會給予年幼的我熱烈的掌聲。久而久之，我就以為得到讚許是理所當然的，於是我把登台表演看作完成任務就算了，漸漸開始不把練習放在心上。

直到暑假前，粵曲老師要選角參加一個大型的演出。當我滿心歡喜地看面試名單，竟發現名單內居然沒有我的份兒，我當時因心有不甘就哭了。老師語重心長地告訴我：「芷瑩，雖然你很有天份，但是你平時疏於練習，機會是留給有準備的人的。你從今天開始好好練習，下次有機會，我會讓你再嘗試。」那次以後，我下定決心要勤加練習，爭取老師對我的信任。

不久，機會來了。這次，老師讓我飾演我夢寐以求的角色—白素貞。這個消息足以讓我興奮了好幾天，只是這次我不但沒有躲懶，反而更加努力練習，琢磨故事人物的性格，更做到了許多粵劇中高難度的動作。

到了表演那天，我做足了充分的準備。結果，台下的觀眾掌聲不絕，我和小伙伴們總算鬆了一口氣，會心地笑了。老師們也在後台對我們豎起大拇指。那一刻我終於感受到老師的用心良苦，向老師深深地鞠躬，以示謝意。

這件事讓我明白沒有事情是不勞而獲的，一定要腳踏實地做好每一件事，才會有理想的成果。

# 謙和的 生命鬥士



—— 羅家強

**勞**碌半生，女兒長成，踏入退休階段，本應與伴侶過着愜意的生活，卻在這時得悉要面對另一場戰役——抗癌。或許你會感到無奈，但羅家強(阿Ben)卻以樂觀、積極的心態來面對，並且得勝了。

## 患難中仍數算主恩

2016年阿Ben已開始感到身體不適，手和肋部經常感到疼痛，耳朵像入了水般聽不清楚，幾經求診後翌年發覺患上鼻咽癌。許多人確診患癌後會大受打擊，阿Ben反而覺得感恩。「第一，我清楚知道自己患甚麼病；第二，這個病有得醫；第三，有很好的醫療團隊治療我；第四，原來很多人關心我！」

確診患癌後的幾個月，阿Ben開始接受連串化療和電療，期間只要身體狀態可以，他仍然照常任職部隊詩班及樂隊事奉。完成治療後，他更參與阿姆斯特丹總部詩班訪港的活動統籌及救世軍詩歌集翻譯等服侍。「患病期間我如常生活，只是面對多一樣東西，就是自己身體的軟弱。」

療程結束後，已見不到癌細胞。可是2018年9月定期檢查時，醫生發現阿Ben肺部兩邊都有腫瘤，由於腫瘤很接近心血管，醫生初時表示未必可以做手術，意謂此病不能根治。一個月後，醫生又說可做手術，手術分兩次進行，分別處理兩個腫瘤，感恩兩次都很成功。之後，阿Ben要接受根治性化療，直至2019年8月完成所有療程，在醫學上可視為完全康復。

## 不要停留在疾病上

抗癌路上，有時像坐過山車，心情高低起伏。阿Ben坦言當知道癌病再襲時，心裏也曾疑惑過：「吓！又來！」不過，他很快就調節好心情，再次積極面對疾病。「**生命不應停留在疾病上，患病只佔人生中短暫的一刻，都要過去。**」

漫長的治療過程中，阿Ben在醫院認識許多癌症病友和他們的家人。大部份病人都顯得不快樂、很灰，他主動和他們交談，分享經歷和對患病的看法。阿Ben深知道所信的是誰，也知道生命不屬於自己，而是屬於創造和栽培他的那一位。



阿Ben與太太都是資深聖樂事奉人員。

### 我是「虫」 也是「豬」

能夠全然信靠神，除了因為生命中點滴累積的經歷外，也因着神的話語。當中詩篇23篇及主禱文讓他在今次抗癌路上，得着很大的力量和安慰。他又留意到大衛在詩篇22篇6節中提到：「我是蟲，不是人，被眾人羞辱，被百姓藐視。」因着大衛看到自己的渺小，神的偉大，所以才能寫出如此有力量的詩篇23篇。

訪問過程中，阿Ben經常開懷大笑，很容易感受到他那份豁達的性情。他笑言，他的中文名「強」字當中也有「虫」字，是神把冠冕「亠」和「弓」加在他身上；而「家」字可分拆為「宀」（屋）及「豕」（豬），即是屋下面的豬，所以他本來也是很卑微的。**原来越承認自己渺小，便越能看到神的強大。**

阿Ben不但是資深軍兵，亦是一位資深聖樂事奉人員。1967年在澳門信主，1977年加入救世軍。由信主開始，他已參與聖樂事奉，現時是九龍中央堂的詩班長及樂隊隊員。「音樂是與神溝通的最好橋樑之一，有時言語都未必能表達感受，音樂卻可抒發情懷。」此外，透過聖樂人員的團契相交生活，亦可塑造生命。「盼望我們的生命更合乎神的心意，而非以表演取悅祂。」**S**

文章整理：林映雪  
(相片由被訪者提供)

### 何時軟弱 何時剛強

因着他對疾病的不同看法，病友們都問他是否有宗教信仰。漸漸地，阿Ben看到他們開始轉變，積極起來。他體會到自己患病的經歷成為別人的幫助。「**當我以為自己是最軟弱時，反倒成為供給別人生命的糧！**」

有次住院接受化療期間，住在阿Ben對面床位的病人滿口粗言，就連發夢時也在說粗話！某個晚上那人發脾氣，指着阿Ben說要吃東西。阿Ben下床，拖着點滴架行過去，然後拿起麵包和水，謙卑地服事他！事後，那位病人問阿Ben取得電話號碼，希望之後能繼續聯絡，阿Ben勸喻他戒掉粗口，結果他跟阿Ben說話時真的不說粗話。

又有一次，阿Ben遇到一位男患者，他和家人都很擔憂。阿Ben向他分享，提醒他要感恩，因為已找到病因，有治癒的盼望；同時因着患病，家人之間的關係更親近。這位男患者後來也問阿Ben取電話！



## 愛就在身旁

**香**港人口持續老化，根據政府統計處資料顯示，長者人口十年來已增逾三成至116萬，獨居及與配偶同住的長者分別為15萬及近30萬名，佔整體長者人口約13%及25%。另一方面，香港人均居住面積偏低，當子女長大或成家立室後，都希望能夠擁有自己的私人空間，故原本熱鬧的家庭漸漸只剩下空洞的家居及發聲的電視機，留守的老友記需要習慣獨處或只與配偶朝夕相見。社交圈子狹窄或個性被動的長者更可能會減少與人接觸聯繫，過着「與世隔絕」的生活。

### 相依相扶 相互顧盼

87歲的謝婆婆與92歲的丈夫黃伯於上海街沒有電梯的唐樓居住，雖有子女但他們已年過60，也要照顧自己的家庭。兩老均有長期病患，而黃伯雙腳乏力，無法單靠自己行走，每次覆診都需要由醫護人員協助往診所，故他已有多多年沒有外出。謝婆婆一直負責照料黃伯的起居生活，可是她的照顧者角色實在不易為。謝婆婆本身患有哮喘，加上她亦不良於行，每次買完餸後，都要用盡氣力、花最少15分鐘才能步行五層樓梯回家。更不幸的是，謝婆婆早前在睡夢中從床邊滑落地上，送院治理後確診第五根肋骨骨折。

救世軍社工在知悉謝婆婆及黃伯的情況後，隨即進行家訪慰問及跟進生活支援的需要，並安排職業治療師上門作家居安全評估。最後替他們申請了「愛耆家長者家居環境改善資助計劃」，於家中不同的位置安裝扶手及於床邊安裝床欄裝置，以減低他們再次跌倒的風險。

### 叩其心門 打開心扉

救世軍除了物資上的支援外，亦關顧獨居長者們心靈上的需要。救世軍的長者社區服務中心設有長者支援服務隊，會定期以電話和探訪形式慰問獨居及兩老同住的長者，介紹及連繫社區資源服務，協助處理簡單的個人需要(例如接送往返診所和處理簡單的家務)，為他們作出情緒支援或輔導服務等，讓長者感受到被關懷，並在適切的支援網絡下，能夠繼續積極地生活。

獨居生活本身並不可怕，可怕的是孤獨無助的感覺。雖然我們不能改變這種生活模式，若我們願意為獨居長者多行一步，例如：見面時打個招呼、送上問候，以至有需要時伸出援手，定能打破樊籬，讓長者發現原來愛一直都在他們身邊。

路加福音10章27節：「你要盡心、盡性、盡力、盡意愛主—你的神，又要愛鄰如己。」<sup>S</sup>

## 中學生的生涯規劃

一個青少年剛踏進校園，一臉懵懂，他經過六年的中學生涯，會認清自己的目標及職志嗎？學校在生涯規劃上擔當怎樣的角色？

### 持續探索的歷程

生涯規劃是一個持續和終身的過程，透過生涯規劃教育，我們希望學生可以配合自己的興趣、能力來作出升學及就業選擇。我們認為生涯規劃教育有三大元素：一「自我認識及發展」；二「職業探索」；三「生涯規劃與管理」。

以本校為例，初中的生涯規劃教育重點在「自我認識及發展」，本校提供不同的課外活動，如手繩刺繡、鐳射切割、皮革體驗、步操樂團、各項球類活動等，讓學生發掘興趣、探索自己的性向，同時讓他們初步建立技能。

高中的生涯規劃教育則聚焦在「職業探索」方面，我們會讓學生嘗試各行業的職場體會，例如讓學生參與消防、美容業的職業體驗；參觀酒店、餐飲業機構；參與醫護暑期實習計劃等。至於在「生涯規劃與管理」方面，建基於上述自我認知及行業了解，中三、中六生分別聚焦在高中選科及升讀大專院校或就業的組織及管理上。

### 環環緊扣 薪火相傳

教育是人的事工，「情」是很重要的，因此，我們建立學長制，讓初中生、高中學長、在學畢業生、在職校友共建關愛氣氛。我們會邀請中五生擔任生涯規劃領袖生，向中三學生分享選科心得；在學的畢業生在老師的指導下，成立本地組及內地組，交流升學消息；又邀請在職畢業生，回母校分享職業生涯的點滴；我們亦讓校友到校教授初中學生手作，如製作手繩、刺繡耳環等，至於學習到相關技能的初中生，在來年亦會安排教授中一新生相關興趣技能。學長制環環相扣，以建立同儕歸屬感，以及薪火相傳的互助精神。

能有效落實生涯規劃教育，我們認為全校師長均有其角色，例如校長、副校長、資深生涯規劃教師共同決策和監察活動；生涯規劃教師、社工帶領活動；班主任、輔導老師協調及觀察學生需要；科主任老師、課程發展老師亦在需要時對學生加以點撥。

我們希望每一位懵懂少年，經過六年的中學生涯，能進一步探索到自己的興趣及職志，每一個孩子都是神賜予的珍貴禮物，我們希望學生學會分享、彼此關愛，我們希望在關愛文化之中幫助到學生建立品格及作出合適的人生抉擇。 **S**

譚永璧博士  
臨床心理學家

## 幼兒健康成長「鐵三角」

幼兒健康成長必定是家長所重視的！要讓寶寶健康成長，便要留意他們身心靈三方面的健康：

**身體健康**——現今物質超級豐富，很多小孩子卻出現偏食的情況。家長宜嚴守孩子生理習慣的紀律，每天達致均衡的營養及充足的睡眠。針對偏食的問題，家長可以嘗試以同色或同質的食物漸漸增加孩子的食物庫，長遠使每餐達致均衡的營養。睡眠也是不可或缺的部分，因為睡眠不足會引致孩子各方面的問題，如專注力及抵抗力降低等。

**心理健康**——小孩子從小到大都會經歷不少挑戰，由在家中備受呵護到在其他地方如學校、社區裏

遇到不同的狀況，家長宜每天也協助孩子疏理其情緒，使孩子多明白自己的感受，從小學習處理自己不同的情緒，這對健康成長十分關鍵。

**靈命健康**——孩子從小認識和明白天父無限的愛，對他們建立自我形象、安全感和對將來常存盼望是十分重要的。幼小孩子在日常生活中能控制的部分其實十分少，因而容易出現不安。透過認識天父，知道禱告能告訴天父自己的需要，知道天父常存在心裏，就是面對困難時也多了勇氣和支持。家長們，你們對主的信心更是孩子最好的榜樣，不要輕易忽略你每天的身教啊！

祝福你！**S**

## 營人營語

范梓揚弟兄  
註冊營養師

## 舒解便秘

有病人向我訴說最近胃口麻麻，問多少少，佢話個肚成日「谷住谷住」，好幾日去唔到大便，又或大便乾硬，出盡力先成功排出。原來便秘作怪。

常見便秘成因有：

- 1) 水分、纖維攝取不足；
- 2) 沒有定時排便習慣；
- 3) 腸臟蠕動不良，如長者、孕婦、缺乏運動人士；
- 4) 藥物影響，如嗎啡類止痛藥、鈣片、鐵片等；
- 5) 疾病影響，如腸胃病、甲狀腺素過低等。

想防治便秘，就要養成良好飲食及生活習慣：

- 1) 成年人每天應攝取至少25克膳食纖維。建議每天進食2+3，即兩份水果三份蔬菜(一個中型水果如：蘋果、

梨子、橙 = 一份；半碗熟瓜菜 = 一份)。亦要多選擇高纖五穀；

- 2) 攝取充足流質，基本每天約6-8杯水，包括清水、清湯、牛奶等。咖啡及濃茶不計；
- 3) 適量運動；
- 4) 作息定時。

注意，切忌突然大量進食纖維，因有機會引致胃氣脹、腹痛等腸胃不適。應循序漸進，並配合適量流質攝取。如便秘情況持續，謹記儘早求醫。

暢通無阻，讓我想起約書亞記1章8節：

「這律法書不可離開你的口，總要晝夜思想，好使你謹守遵行這書上所寫的一切話。如此，你的道路就可以亨通，凡事順利。」**S**

「你們的言談要時常帶着溫和，好像用鹽調味，讓你們知道該怎樣應對每一個人。」

(歌羅西書4章6節)



本欄希望透過影像傳達神對我們的恩情，歡迎喜愛攝影的朋友投寄圖片及相關經文或文字給本報，與其他讀者分享。

攝影：Nicky Kan

## 鬆 - Zone

在下圖空格中填上數字，令到每一直行、橫行，以及每個3x3的格內都包含1至9的數字。

9	7				1		2	4
	4		3	5	9			
		8		4			3	
					6	8		1
1		4	5					
	5			9		2		
			8	3	7		1	
3	1		2				4	8

來源：英國及愛爾蘭共和國地域 The War Cry 第7457期

8	4	6	5	9	2	7	3	1	5
4	2	9	8	7	6	1	5	3	8
8	5	6	1	9	4	2	7	3	8
1	9	4	5	7	8	3	6	2	1
7	5	7	3	6	1	8	2	9	4
7	3	5	4	2	6	8	9	1	5
6	8	7	4	2	1	3	9	5	6
2	4	1	3	5	9	7	8	6	1
9	7	3	6	8	1	5	2	4	9

## 招聘

### 策劃部 計劃經理/程序工作員

救世軍是一間國際基督教教會和慈善組織，現於全球超過130個國家和地區工作。救世軍於香港已服務社會90年，提供教育、社會及宗教等服務。我們被感召去傳揚耶穌基督的福音，並致力於香港、澳門和中國內地扶助社會上有需要的人；並因着神的愛，積極回應本土需要，以及向處於危難和天災中的人提供援助。

為實現救世軍的核心價值及使命宣言，本軍正在九龍城區推行一項整全使命的計劃，以幫助基層市民。現誠聘上述職位，請掃描以下QR Code，以瀏覽有關職位詳情和申請方法。



應當一無掛慮，  
只要凡事藉着禱告、祈求和感謝，  
將你們所要的告訴神。  
神所賜那超越人所能了解的平安必在基督耶穌裏  
保守你們的心懷意念。  
（腓立比書 4 章 6 至 7 節）

