



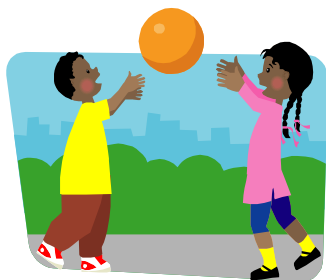
給女兒杏臨的一封信 - - - - - 曾詠珊校牧

杏臨寶寶：

恭喜你很快就升級，成為家姐了，看見你的畫作中有 BB 仔在我的肚子內，覺得你也很期待。懷孕初期，我們曾討論你想要一個弟弟，或是一個妹妹，你也曾把持不定，無論如何，那是天父所賜的，不是我們可以選擇，但你最終也欣然接受天父的安排，喜歡有一個弟弟。你笑說「男還男，女還女」，晚上媽媽可以同你同床，爸爸陪弟弟，你的腦筋轉數真快。



不過，我想強調弟弟是天父送給你和我們一家的禮物。猶記得，當媽媽為你取名為杏臨時，同音「杏林」雖有讚美醫術高明，仁心仁術的背景，但以「杏」為你命名，是欣賞她背後能與人分享，幫助別人的意思，祝願你是一個有能力的人，樂意與人分享從上帝而來的一切恩典的人。



當你牙牙學語，媽媽第一句教你說的話就是「唔該（粵語），謝謝（普通話），Thank you（英文）」，希望你能成為一個有禮貌的女孩子，殊不知，你卻以為憑這三個詞語便可以「奪取」遊樂場中、教會裡朋友仔身上任何的東西，一邊拉著別人的玩具或食物，一邊笑咪咪說著「唔該」，真叫媽媽目瞪口呆，擔心你成為小霸王、小公主，與媽媽為你命名的本意相違了。

弟弟的來臨，正是你生命中一份重要的禮物，因為弟弟會讓你學會真誠的分享，無私的付出，雖然，有一段很長的時間你和我們都要適應和配搭（相信還會有許多大大小小的爭執和眼淚），但媽媽相信你能成為一位好姐姐，懂得照顧弟弟，親他之餘，學會與他分享；遷就他之餘，你更懂得以別人的角度和需要來回應弟弟，你會變得更體貼，靈巧和有智慧。

弟弟的來臨是你生命中一份重要的禮物，因為有一日，當爸爸媽媽都年老的時候，弟弟會和你一同分擔、承擔、面對生命高高低低的際遇，甚至弟弟會成為爸爸以外，第二個最愛你的男仕，守護你，祝福你，直至與你同行人生的那一位男仕出現。



感謝天父的賜予，讓你為我的女兒，媽媽以能伴著你成長為我的喜悅。

與你一同期待弟弟出世的媽媽

10-10-2013



歡迎投稿

凡與「健康家庭」有關的文章（包括家庭生活心得、信仰、感受分享、好書介紹等）一律歡迎，文章字數請勿多於四百字。本刊亦歡迎家長提問有關親子溝通、夫婦相處、教育、健康等問題；一經刊出，將送贈心意禮物一份。稿件恕不退回，編者對來稿有刪改權。

- 來稿請附家長姓名、學生班別及姓名、聯絡電話。
- 來稿請擲回學校校務處收，或電郵至基真堂 keichunchurch@gmail.com（請註明暖流投稿）。

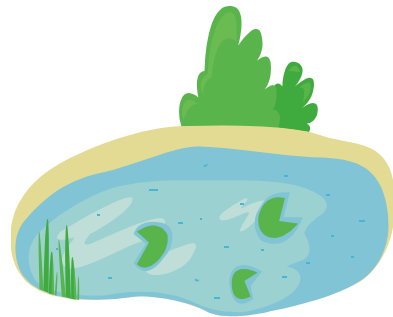




BB：

編輯姐姐給我的題目是「母親的期待」，BB，媽媽得向你抱歉，對比懷你姐姐時，媽媽對於一切食物、休息、婦檢都放下警戒線，所以到快要見你面時，真有點擔心你有無氣管敏感、濕疹……等問題。

不過，媽媽最近常想起你，是要為你命名之事，媽媽中學時讀道教學校，想起《道德經》中「上善若水，水善利萬物而不爭，處眾人之所惡，故幾於道。」在你成長的世代，每一個人都會為力爭上游而不惜代價，但媽媽期待你的人生好像水一樣，能潤澤身邊的人和事物，當你不計較處卑下，上帝反而會使你高升，就好像雲霧，雨露一樣。



想著，想著，BB 你喜歡「澄」字嗎？媽媽越想越喜歡，「澄」可以用來形容水質清澈且水面靜止，當「澄」作動詞時，有使水中的雜質沈澱（settle）之意。在你成長的年代，每天都有形形色式的資訊，種種高亢、嘩眾取寵的言論，是真是假需要心思細密、慎思明辨，「澄」字正好寄喻你是一個懂得分辨是非、不急於莽動，擇善而行的人，甚願你的人生在上帝恩福中平靜安穩。

爸爸對於以「澄」字為你命名並未太接納，因為你是男子漢，「澄」字讀出來令人感覺傾向女性化，所以中間用甚麼字，還要考考我和爸爸的文采了。不過，有一樣倒是十分真確的，在你成長的世代，特別在香港，男女在職場的發揮表面上差異不大，但骨子裏面兩性的氣質、天賦是有點點不同。媽媽祝福你，能認識自己男性的氣質才幹，好好的培養、發揮，學像主耶穌一樣，亦懂欣賞，體貼女性的不同，從她們的強處中學習，建立美好的異性關係，與你姐姐、與媽咪，與你未來同行人生的女士……（當然，不可以濫「情」，要忠誠於一位配偶。也許，我想得太長遠了。）



BB，媽媽和爸爸都期待與你見面，過去幾次照超聲波時，你都以手遮面，爸爸很失望呀！杏臨姐姐也常常伏在媽媽的肚子上，聽你的心跳，追踪你撐起媽媽肚子的情況。相信更多有趣的事，會隨著你的出生而出現呢！祝福你在餘下一個月中在媽媽的肚子內增磅成功。

期待與你見面的媽媽

11-10-2013

身為一子一女的母親，曾姑娘的兩封信勾起我一些回憶。兒女的確是上帝所賜的禮物，十月懷胎更是上帝給母親獨有的經驗。在這四十周內，媽媽除了要承擔腹大便便的負荷，同時亦承受不少心理負擔。胎兒在媽媽身體內一天一天長大，養分全賴媽媽的供應，媽媽唯恐自己吃得不夠好，休息不夠多，以致寶寶「先天不足」。縱然如此，母子或母女之間如此親密的關係卻是獨一無二、令人羨慕的。



（岑陳月晶師母）



施與受系列：玩具銀行 - - - - - 主編 梁溢珪

提到玩具，大家想起哪件童年喜愛的玩具呢？是毛公仔、玩具車、模型，還是自製的玩具？回想昔日，筆者有各式各樣的玩具，有時更會走到鄰家與小朋友一起玩，那份樂趣與人情味，與今日孩童的目光只專注在螢幕上相比，我倒回味昔日的簡樸。

也許以往鄰里關係較好，小朋友可以隨處玩，所以筆者的玩具可以與人分享。時至今日，小朋友亦常常收到玩具，有時更多到不知放在哪裡，你們可曾想過如何處理？即使玩具舊了，未能陪伴你成長，但你可以將這些玩具捐予玩具銀行，將祝福送給別人。

玩具銀行的成立

現今物質豐富，小朋友玩具可謂多不勝數，有時更將全新玩具擱置一邊。其實不是每個小朋友都有屬於自己的玩具，一些低收入家庭就沒有錢買玩具給子女。

大家或者認為玩具不是一個必需品，然而玩具可以啟發小朋友的創意，怎樣去創造新事物及跟他人相處，所以有志願機構在2009年設立全港首間玩具銀行，專門回收玩具再轉送給有需要小朋友。

玩具銀行的好處

1. 環保

把在家裡不再玩的玩具捐出來，透過玩具銀行轉送活動，向小朋友灌輸玩具再利用的環保觀念。



2. 增進親子關係

小孩喜歡玩具(樂)，父母可以從遊戲中教育孩子，藉以增進親子關係。

3. 與人分享

玩具銀行收集到的玩具多元化，大家更可借用各類玩具，與人一同玩樂。

如何參加玩具銀行

兒童須前來指定地點「開戶口」，參與者獲發「存摺」後，記下自己承諾的好行為，例如「與兄弟姐妹和睦」，若能達成目標，便可換取或租用各式各樣的玩具。為鼓勵家長與子女共同達成目標，主辦機構會要求最少其中一位父母陪同子女參加。

舉辦玩具銀行的社福機構

1. 香港基督教青年會(尖沙咀)

http://www.tc.ymcahk.org.hk/toy_bank/#Intro

2. 香港聖公會九龍城青少年綜合服務中心

<http://actoflove.hkskh.org/site/portal/Site.aspx?id=A17-898>

任何玩具都可以捐贈？

不是，凡不符合安全標準、屬於危險物品，意識不良等玩具均不會收取。

如欲捐贈，可參考以下物品類別：

- 1) 益智及有助腦力發展的玩具
- 2) 運動及音樂器材
- 3) 圖書及文具
- 4) 電子遊戲產品



「我凡事給你們作榜樣，叫你們知道應當這樣勞苦，扶助軟弱的人，又當記念主耶穌的話，說：『施比受更為有福。』」(徒 20：35)

懷舊玩具篇

大家認得以下是甚麼玩具嗎？



答案：陀螺



答案：扭卡機



答案：挑棒



答案：玩具鋼琴



答案：掛子機



答案：竹蜻蜓



答案：釣魚機



答案：刺球

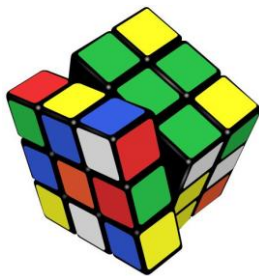
大家不妨花點時間，動手製作小遊戲，或是教孩子玩懷舊玩具，透過玩樂增進親子感情。



這是遊戲中的道理（一） - - - - - 編委 蕭浩華

認識筆者的人，都一定知道我是一個極度貪玩的人，從小到大，只要能玩的我都拿來玩個飽。我試過玩的東西包括：拿自己的左手右手各四隻指頭（不包括拇指）拿來玩織布（小學一二年級的玩意）、研究井字過三關的必勝法則（小學四年級左右）、研究最少要多少步才能完成一局波子棋（小六的時候）、不看說明不看攻略完成扭計骰的還原（會考那年的暑假）、切西多士時一開二要保持著兩件是完整的三角柱體（這是幾年前的事，我最多切到第七刀才失敗，那件西多士大約只有 3mm x 3mm）、在麥當當用薯條玩層層疊（這是經常發生的）。

從這麼多的遊戲玩樂中，最大的得著當然是開心好玩，但當中另一大得著，是在遊戲中學了不少的道理。未來我會分享一些在遊戲中學到的一些小智慧、小道理。



人生，最緊要好玩，但玩也應該玩得認真！

這句話算是筆者對玩的想法，也可說是我其中一句座右銘，與筆者一起玩過的人就會知道，在遊戲中最令筆者生氣的，是一些不守遊戲規則的玩家。輸贏對筆者來說固然重視，贏了固然快樂，輸了也可以從中學習，明白自己的不足；但若輸給不守規則的玩家，完全沒有得著，一點也不是味兒。

如果有看過《港孩》系列的作品，以上那句話大約不會太陌生，這也是《港孩》的作者——黃明樂小姐的名句，筆者與明樂認識多年，我們參與同一個話劇團，亦有多次合作的機會。筆者認識中的明樂，正是一個做事非常認真的人。

在寫這篇文時，回想過去，筆者絕對算是貪玩之人，亦是一個玩得頗認真之人，只是自問，玩得「仍未夠認真」。很多時，在感到勝算不大時，就會自我放棄，有時甚至不會自我反省，然後再接再勵。

做人做事也是一樣，有時我們做到一半，才發現難以完成，我們或會半途而廢，繼而就不了了之。同樣的錯誤，筆者試過很多，反問自己「認真了沒有？」

同樣，筆者也曾聽過友人說：「只要我認真，就一定做到，只是我認為沒必要這麼認真！」

朋友，我想說：「就是你認真也不一定做到，只是不認真的去做，是否為了失敗時會好過一點？」

無論遊戲與人生，筆者相信，絕對要「玩得認真」。

「你認真咗未!？」

人生，最緊要好玩，但玩也應該玩得認真！ By 蕭浩華 / 黃明樂

編者註：

黃明樂：《港孩》，香港：明窗，2009。（登上 2010 年全年暢銷書榜第四位，在社會上引起對港孩現象的熱烈討論。（家長資源中心，索書號：A326）



愛生活·更愛環保----- 畢業生 王君兒

香港物質富庶，亦被喻為美食天堂，能嚐到各地美食，大家都會覺得有能力便選擇最好的，偶爾放縱一下也不為過，結果就造成浪費。以全港每天棄掉的廢物 9000 公噸計算，食物殘渣佔最多，佔總棄置量的 40%。

面對全港有 100 萬人生活在貧窮線下，未能溫飽，你對於自己的浪費行為，有否感到少許慚愧呢！近年來，政府及各環保團體開始推行惜食運動，包括回收廚餘、捐贈食物等，要有效減少浪費，就要從源頭做起，惜飲惜食。

趁著每年的「世界糧食日」，「地球之友」在 10 月份推出不同的「惜飲惜食」公眾教育活動及宣傳，希望營造更濃的氣氛，加深公眾了解因浪費食物所衍生的環保問題，從中反思自我的生活態度和價值觀，重新緊記食物的可貴。

除「惜飲惜食」外，大家可以選擇食得環保，例如是烹調時令蔬菜，選擇減碳餸菜，又或者是素食。筆者外出用膳時會按食量減少菜式份量，有餘就用盒取走，是減少廚餘的小習慣，你呢？

10 月 16 日世界糧食日



「惜飲惜食」行動 2013