



暖流

223

2019.11.1

中華基督教會基真堂/基真小學

堂校家庭通訊，逢每月一及十六日派發



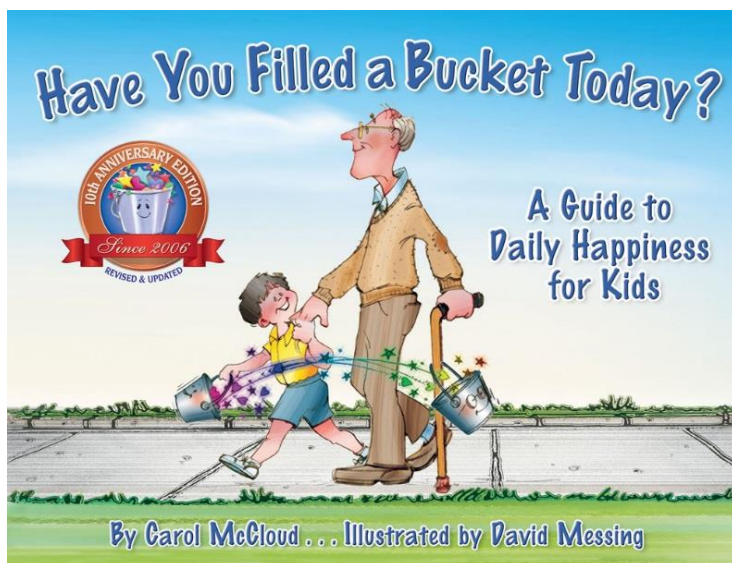
中華基督教會基真小學 2019/20 年度 11 月份家長通訊 從半杯水到一桶水

一個玻璃杯，裏面有半杯水，悲觀的人會說：「只剩下半杯水了！」；樂觀的人會說：「還有半杯水呢！」這不單是樂觀，亦是一種正向思維，反映一個人的性格特質。有著正向思維的人，往往較易擁有幸福感而得到快樂人生。

然而，凡事向好方面想，知易行難；每天在我們身邊發生的事和遇見的人，大抵不會盡是好人好事，如何調節心態，端賴自身的信念和價值觀。



最近要為學生選擇英文讀物，便即時想起了 *Have You Filled a Bucket Today?* (作者：Carol McCloud)，這本書的內容是世界上最一個人人都提著一個隱形的桶子。你看不見它，但它一直都在。你的桶子只有一個目的，就是把你對自己好的想法和感覺給裝起來；當你的桶子滿了，你會覺得很棒、很開心；當你的桶子空了，你會覺得孤單和難過，別人也是一樣。別人可以填滿你的桶子，你也可以填滿別人的桶子。當你對他人表示關愛、說好話、做好事，甚至給別人一個微笑時，這就是當一個填滿桶子的人(bucket filler)。但是，你也可以從桶子中勾走好的感覺，當你在取笑他人、說壞話、做壞事，甚至忽視別人的時候，你就是在勾取別人的桶子(bucket dipping)，而你也會從自己的桶子中勾取。很多勾取桶子的人，他們自己的桶子也是空的，他們以為可以用從別人桶子勾取的方式來填滿自己的桶子，但是這樣是沒有用的。



你們怎樣才能填滿桶子呢？這裡有幾個想法給你參考：

你可以給看更叔叔一個微笑和問好，你可以邀請班上的新同學和你一起玩耍，你可以寫一封感謝卡給老師，你可以擁抱著父母說你愛他們，你可以告訴爺爺嫋嫋你喜歡花時間陪他.....填滿桶子還有很多其他的方法，不論你年紀多小或多大，填滿桶子不用花上一毛錢，也花不了多少時間，但卻是邁向幸福人生的鑰匙。每天到了晚上，問自己「我今天有填滿桶子了嗎？」「有，我有！」這就是填滿桶子的人生…而這就是你！



幸福人生最簡單的方式就是不斷的助人並保持自我的良善。外面的世界我們控制不來，但我們可以選擇；選擇正面還是負面？選擇感恩還是埋怨？選擇快樂還是憂愁？一切都可以改變，一切都掌握在你自己手裏！

Have You Filled a Bucket Today?

副校長 **趙曼娜** 謹啟

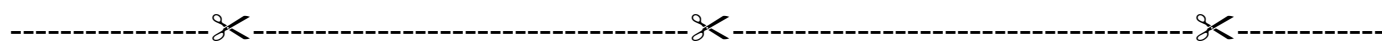
2019年11月1日



《愛.相聚》挪亞方舟親子同樂日 - - - - - 校牧部

本堂校牧部將於23/11/2019(六)舉行挪亞方舟一日遊，讓學生家庭在秋天舒爽的天氣中舒展身心，體會上帝創造美麗的大自然，共享團契的歡樂，歡迎各學生家庭參加。

23/11/2019上午10:00在基真小學有蓋操場集合，下午4:00回程，基真小學解散。每位參加者可繳\$60代訂午膳，或於挪亞方舟內「豐盛閣」餐廳自費選購，車費和入場費由基督少年軍《愛.家庭運動2019》津助。本堂基督少年軍、已參加《愛.家庭2019》和歷屆《兒童親子教育課程》家庭優先，名額120人，超出的報名由抽籤決定。查詢請致電29580958基真堂曾姑娘或黃姑娘。



23-11-2019 暖流《愛.相聚》挪亞方舟親子同樂日

本人是_____班學生_____ (學生姓名)家長，我和家人共_____位，將參加 貴堂《愛.相聚》挪亞方舟親子同樂日，
☐並繳膳費共\$_____。 聯絡電話：_____
☐並不需代訂午膳。
家長簽名：_____ 日期：_____

*回條及費用，請於2019年11月8日前交班主任轉交簡主任/曾姑娘。

收據

已收_____學生
_____班回條及
午膳費 \$_____
參加《愛.相聚》挪
亞方舟親子同樂
日。
經手人：_____
日期：_____



我是一位來自農村的姑娘，嫁到來香港，我們的生活並不富裕，很平淡，但我們家庭都過得很幸福，育有一女韻諾，我們夫妻幫小女改英文名為 Angel，當她呱呱墜地，小天使終於降臨到我們的身邊！第一次見到這個小生命內心十分複雜，難以言喻的幸福和感動滿溢心中。同時一些莫名的擔憂也若隱若現，面對眼前這個小傢伙不知所措，但我們心存感恩！平安喜悅！這寶貝一定是個美麗的小天使！



但自從韻諾患上鼻敏感之後，我們夫妻的目光裏便添加了一絲憂鬱。我知道鼻敏感難以醫治，沒人敢大膽說包治包好這種話，如果這種鼻敏感會持續發展，一定會直接影響女兒的未來。那種擔心和無奈，相信不少為人父母也曾體驗過，我們第一時間便帶着韻諾到醫院求醫，可是一段時間後，女兒的鼻敏感不但不痊癒，還繼續發展起來。「病在孩子身，痛在父母心」。



我們又找到了一位知名的老中醫，便又充滿希望讓她醫治起病來，可是老中醫醫治一個月後也無能為力，這是個沉重打擊，但我們沒有放棄，這次又找到了一間醫院，經醫治後，女兒的病顯然有了好轉，看來這就是上帝對母親那份執着愛女的精神給予的回報吧。

女兒總說媽媽有一個小小的「缺點」，就是愛「囉嗦」。我們不但是母女，還是朋友關係，女兒每天都會與我分享她的快樂與不快樂。光陰似箭，日月如梭，女兒已經是六年級學生了，她與同學相處有時會感到很迷惘與無助，我告訴女兒我願意和她一起面對這個問題，幫助她解決困難。她和一位同學關係一直相處得不好，經常與這位同學有些誤會，常為小事跟他爭得面紅耳赤。我聽後語重心長地對女兒說：「孩子！我們都是神的兒女，要聽神的話，凡事要學會包容忍耐，不要和同學斤斤計較，要有容人之量，寬容之心，帶來和諧之美」。每天早上女兒出門返學我總會鼓勵她「你是個很優秀的孩子，但你要知道，水滴最終還是離不開大海！」希望寶貝你能與同學好好相處，了解同學及合作的重要，理解「一日之所需，百工斯為備」，人絕對不可能離開群體生活的道理。慢慢地，女兒改變了與同學相處的方式，「忍一時風平浪靜，退一步海闊天空」，終於可以和同學和睦相處了。

感謝神的話語改變了我女兒，讓我女兒性情有了變化，孩子長大了，懂事了許多。感謝神對女兒的愛，使我們家庭能在神的看顧中幸福地度過每一天！感恩神所賜給的才能知足喜樂！





我的孩子在少年軍成長 - - - - - 曾詠珊校牧

基督少年軍第八分隊在基真可說是我們的王牌，在青年人 Hea 文化盛行，手不離機的日子，竟有年青人願意在烈日下，精神抖抖地筆直站立集隊，聽教聽罰是一個很奇妙的組合。所以當我有孩子，就順理成章將孩子托管在基督少年軍裏。

記得女兒入隊時是五歲，在幼級組，她連好好地企也企不好，試過一次，兩次集隊，終於也像樣了。得到導師們的厚愛和教導，每次頒獎禮也是大豐收。（記得每年都能得到勤到獎，是因為媽媽有假放，一定帶孩子上班吧。）

今年暑假本分隊初級組參加了步操比賽，看著腳丫上上落落的節奏，團隊隊形方圓有規，前進轉彎齊整俐落，心裏面甚是欣賞，難得每個隊員也齊心協力，在假期中加操又加操。但女女在七月下旬出水豆，預計未能出席，大家也很失望，但因為社會運動，分區賽延後了，女女又可以參加了，他們真的非常認真，在分區賽得到亞軍，得到出線權，參與全港分隊的步操比賽。



除了在场上的表現，他們還要學習整理儀容，燙衫擦鞋一絲不苟，大家用心用力，擦上黑色鞋油後用水和布碎把鞋頭擦亮，是一幅很有趣的圖畫（好像童工工廠）。另一邊，導師指導隊員燙衫，用了三小時才把兩套制服燙好，小心得不得了。最有趣一幕，是雄赳赳的徐 SIR 拿着針線幫隊員縫補臂章托（之前他因穿針已折斷了兩支針），我看見他手中的臂章托面熟，說好像是我女兒的，他回應真是我女女的。我面紅紅笑着說，我的針線真是差了少少，辛苦徐 SIR（我尷尬地溜走了）。

得到出線權，對家長和隊員都是挑戰，比賽日子是9月22日，已經開學了，全日上課的日子還要星期一、三、五傍晚六時至八時加操，有些同學從補習社趕回來，有些放學後留在圖書館做功課，家長們預備飯盒、等放學……都在支持年輕人完成他們的挑戰。多謝家長們的支持。

比賽當日天氣很好，在元朗一所中學的兩個球場比賽上（分初級組和中級組），站滿少年軍的菁英，按照次序出場比賽，同一個比賽的格式，因着不同年輕人的面孔，而變得充滿變化和趣味。誰說「一代不如一代」，且看看一個個生氣勃勃的小伙子，服從、紀律、自愛、虔誠的新生代。（基督少年軍宗旨：於青少年人之間，擴展基督的國度，同時促進服從、虔誠、紀律及自愛等良好行為，以達成基督化的人格。）

很感恩我們得了季軍，大家也十分興奮，在全港二百多個分隊，五個分區中出線的十個隊伍中我們能入三甲，真是十分榮幸。負責訓練和發指令的導師更高興說，上次得獎是她做初級組隊員時，已是十多年前的事情……這也許是生命的承傳，經驗的延續，祝福群體中的喜悅和學習傳承下去。

