



感恩祝福版 (十五)



暖流

一切從感恩開始.....

目錄

編者語

「並肩培育豐盛生命·攜手見證基督大愛」

基真校監、校長、校牧及老師

以感恩編織神人共喜的人生故事
一切從感恩開始
一切從感恩開始·山野「生」蹤
在挑戰中成長
感恩的人生·幸福的人生
用感恩的心回應愛
一切從感恩開始
生活滿足感—從懂得「感恩」開始
我的「感恩」操練
感恩愛與被愛

《暖流》「一切從感恩開始」作文比賽得獎名單

高小組冠軍「一切從感恩開始—義工生活」
高小組亞軍「一切從感恩開始—我的爺爺」
高小組季軍「一切從感恩開始—為生命感恩」
高小組優異「一切從感恩開始—伴我同行」
高小組優異「一切從感恩開始—新生活新體會」
高小組優異「一切從感恩開始—學會交託」
高小組入圍「一切從感恩開始—親情可貴」
高小組入圍「一切從感恩開始—我的第一次燒烤樂」
高小組入圍「一切從感恩開始—《畢得鳥劇場》」
高小組入圍「一切從感恩開始—我的班主任」
中小組冠軍「一切從感恩開始—感恩做人·用心做事」
中小組亞軍「一切從感恩開始—攀石體驗」
中小組季軍「一切從感恩開始—珍惜上課·感恩生活」
中小組優異「一切從感恩開始—父母恩」
中小組優異「一切從感恩開始—向姑媽拜年」
中小組優異「一切從感恩開始—冷倒了」
中小組入圍「一切從感恩開始—一家人吃麥當奴」
中小組入圍「一切從感恩開始—走過『疫』境」
中小組入圍「一切從感恩開始—山中行」
初小組冠軍「一切從感恩開始—學懂感恩看見愛」
初小組亞軍「一切從感恩開始—兄弟情」
初小組季軍「一切從感恩開始—護蛋行動」
初小組優異「一切從感恩開始—爸爸媽媽辛苦了」
初小組優異「一切從感恩開始—郴州旅行」
初小組優異「一切從感恩開始—繽紛生活的人和事」
初小組入圍「一切從感恩開始—天父聽我禱告」
初小組入圍「一切從感恩開始—親子運動會」
初小組入圍「一切從感恩開始—爸爸的陪伴」

校牧事工介紹

歡迎投稿·製作團隊

主編的話 1

石玉如校監 2
彭潔嫻校長 4
吳金曉副校長 6
趙曼娜副校長 7
余佩恩老師 8
羅詠欣老師 9
鄧達榮牧師 10
周智恒宣教師 12
石守賢宣教師 14
曾詠珊校牧 16

六愛 林偉熙 18
五信 羅心活 20
五信 余皓正 21
六信 熊 萱 22
六信 胡恩熙 23
五智 梁雅喬 24
五信 姚皓程 25
五誠 陳昕斐 27
六愛 郭星語 28
六愛 張穎璇 30
三智 黃詩沛 31
四智 陳皓晴 32
三愛 李芯悠 33
三望 陳榮軒 34
三愛 黃紫晴 35
四智 陳申然 36
三智 王韻茵 37
四信 庾樂平 38
四智 鄔凱齡 39
一愛 陳軒樂 40
二誠 黃衍博 41
一智 林子淳 42
一信 杜以芯 43
一望 潘仕軒 44
二望 譚詠欣 45
一望 譚 靖 46
二信 何彥輝 47
二望 戴竣麒 48

49

50

編者語

「並肩培育豐盛生命·攜手見證基督大愛」

主編的話

自二零零七年十一月起至今，基真堂與基真小學出版堂校家庭通訊《暖流》，藉著這份定期刊物，將有關家庭教育、生命培育的訊息，與各堂校的家長交流分享，實踐耶穌基督「愛鄰舍如同自己」的吩咐。「暖流」寓意基真小學和基真堂都是一個有情的地方，能將一顆「溫暖」的心傳遞給我們接觸到的每一個家庭。

2022-23 學年〈感恩祝福版 15〉是第 246 期，主題是「一切從感恩開始」。聖經教導我們「要常常喜樂，不住地禱告，凡事謝恩，因為這是上帝在基督耶穌裏向你們所定的旨意。」帖撒羅尼迦前書 5：16-18 當我們學習凡事感恩，便會看見在平凡日常生活中，或是高低起伏的經驗中，愛心湧流，美善感悟，觸發成長機遇。希望大家喜歡這本冊子內的文章，一同學習心存感恩，活出幸福。



基真校監、校長、校牧及老師

以感恩編織神人共喜的人生故事

石玉如校監

人生在世，不如意事，十常八九，尤其是突如其來的困境，我們當如何面對？

今年二月，我遇上前所未見的挑戰，一時間，平靜安舒的生活湧起了驚濤駭浪，其中的困苦、冤屈、心煩和失望，很難言喻。

所涉及的事情複雜，千絲萬縷，一時間很難找到妥善的處理方法。十多年前的一個意念，今天帶給其他人不少問題，心中充滿歉疚，就像面對一個被炸彈夷平了的都市，面對不能彌補的破壞，實在很難過。能否重建？如何重建？要多久才可以重建？我不禁問神為何如此？

牧師在 12/2 主日所講的道，提醒了我在困苦中也要讚美。在當時，這實在是很難學習的功課。

很感恩，神讓我在預苦期和復活節有很好的反思 - 想起一生以來走過的路，無論高高低低，處處都看到祂的引領和恩典。就像《齊來謝主歌》中的歌詞：

「…我從初生時起，蒙主福佑到今，前受無窮的愛，今仍安慰憐憫」。

同樣，《以賽亞書》46:3-4 也給了我很安慰的信息：

「你們自從生下，就蒙我保抱，自從出胎，便蒙我懷撫。直到你們年老，我仍這樣；直到你們髮白，我仍懷撫。我已造作，也必保抱；我必懷抱，也必拯救」。把主的恩典一一數算，給我很大的鼓勵和信心。無論前路如何，神一定會帶領我走過的。

從感恩開始，我漸漸看到在困境背後，實在有神的美意，透過反思信仰和信心，靈程再跨進好幾步。

人有過犯、跌倒，不單自己要承受後果，也會連累無辜的人受害。人際關係錯綜複雜，過犯所帶來的破壞就無遠弗屆。耶穌因著愛，全然承擔了人犯罪的結果。走上十字架的道路，祂所受的傷害、冤屈、侮辱、是我們無法完全想像的。相比之下，今天我遇上的，還未及耶穌所承擔的九牛一毛。

事情發生後，很多朋友給我鼓勵，最令我窩心的信息是：「我認識你，相信你」。在困苦中，這是很大的提醒 - 我認識神，從而相信他嗎？那段時間，剛巧正在研讀以賽亞書，清楚看到「（神）行審判不憑眼見，斷是非也不憑耳聞」（11:3-4），「我們在你行審判的路上等候神」（26:8），「耶和華必然等候，要施恩給你們，…凡等候他的，都是有福的！」（30:18）。這些都讓我更深刻認識神，就像聖經裏一個人物約伯所說：「從前風聞有你，現在親眼看見你」（約伯記 42:5）。

另外一個很重要的反思，就是如何在尊重個體自由和持守核心價值的同時與年輕人同行，如何能教導、傳承，同時也不惹他們的氣，相信這不單是學校與家長面對的挑戰，也是教會要好好處理的課題。我們需要從神而來的智慧。

讓我們從感恩開始，並以感恩、感恩、再感恩來將生命中每件大小事情編織成神、人共喜悅的人生故事！



一切從感恩開始

彭潔嫻校長

很喜歡一首很簡單又動聽的詩歌「Give Thanks」，粵語版「歡欣」的第一段是這樣的：

歡欣，心裡感謝神；
歌唱，歸於聖父；
讚頌，你賜下慈愛獨生的愛子。

你是否一位時常心存感恩的人？原來感恩是一種積極的情感，它能夠幫助我們更好地面對挑戰，並且能夠讓我們看到更多的機會和可能性。當我們懂得感恩時，我們的心情會變得更加輕鬆愉快，這種心情能夠幫助我們更好地處理壓力和挑戰。



當我們懂得感恩時，我們會珍惜自己所擁有的東西，並且更加自信地展現自己的價值。這種自信心能夠讓我們更加堅定地追求自己的夢想和目標。再者，會珍惜自己所擁有的同時更會激勵自己要善用現有的資源，讓我們能夠想出更好更完善的解決方案，更有效地利用現有的資源，維持一個平衡美好的生態。

當我們懂得感恩時，我們會關心那些幫助過我們的人，並且也會更加關心那些需要幫助的人。這種關心他人的積極行動能夠幫助我們建立更親密的人際關係及網絡，救贖更多的心靈，令世界變得更美好。

懂得感恩未必一定可以幫助我們在人生中取得普世所定義的成功，但透過懂得感恩，我們能夠擁有更好的心態，更大的自信，更好的人際關係。讓自己的生活更加豐富多彩，也讓這個世界更加美好。

不知道你心中有多少值得感恩的人和事？我就遇上很多很多，但希望大家不要忘記我們救贖的主，為我們帶來改變的生命，最後送上一句金句：

「感謝神，常常使我們在基督裡得勝，並藉著我們在各處顯揚那因認識基督而有的香氣。」（哥林多後書 2:14）

一切從感恩開始 · 山野「生」蹤

吳金曉副校長

感恩本年度本校得到香港教師夢想基金人十資助，山野「生」蹤計劃才能夠順利展開。透過計劃，我帶領了一隊五及六年級學生遊走本港一些具特色的山野路線，一起走進山野，走進大自然教室，共同學習，共同經歷。最後嘗試重塑各路線的學習主題，然後以一個老師、爸爸的角色出版一本專為學生、老師、家長而寫的書。

感恩一路走進山野的過程中都有不少的天使出現在我身旁，在需要時默默地支持着。要知道一個人的力量是很渺小的，只有團隊合作才可以把每個人的優勢結合起來，才能發揮出更大的力量。學校如是、學生如是。相信山野「生」蹤的各隊員最能深切體會到團隊的力量。

感恩大自然提供了一個可讓我們有無限發揮可能的課室，讓山野「生」蹤能擁抱大自然，登上高山，越過深谷，穿越秘境，仰視星河，靜待日出，感受神創造大自然的壯麗和神奇。在十次的歷程中，我看見這班優秀的學生是如何去迎接一次又一次旅程；完成一項又一項挑戰；也見證學生信心一步一步提昇！每一次的歷程都是值得把它記載下來的，每次都顯得格外的珍貴和令人感動。

感恩家長的信任和支持，其中一位家長曾留言：「吳副校，多謝你！多謝你有『膽色』舉辦『山野生蹤』這個活動，對孩子們信任，相信他們能一步一步行到終點！囡囡每次行完山回家對我們滔滔不絕地分享他的所見所聞，就算他行到肌肉酸痛，仍然樂此不疲！多謝你令囡囡大開眼界，亦製造爸爸與他的美好回憶！」其實，不是我特別有「膽色」，而是家長、學生有「膽色」去信任我，相信孩子的能力。更有「膽色」的是一開始便讓你們的孩子跟着我這位「山野」阿sir「通山跑」。當然我要感恩有一批在背後默默支持的同行者。



山野「生」蹤
活動分享



在挑戰中成長

趙曼娜副校長

新冠疫情的爆發改變了整個世界，也對我們每個人的生活帶來了巨大的影響。在這場疫情中，我感到非常幸運和感恩，因為我和我的家人朋友都能夠保持健康和平安。然而，我也意識到許多人在這段時間遭受了損失和困難，我的心與他們同在。

回顧這段經歷，我發現這是一次重大的改變和反思。疫情迫使我們重新審視我們的價值觀和生活方式，讓我們重新思考什麼是真正重要的，並挑戰我們找到新的方式來保持與這個世界的聯繫和參與。

疫情期間，我們最大的改變之一是轉向遠程工作和教育。作為一名教師，我必須適應新的教學環境，完全在線上進行教學。這是一個巨大的挑戰，因為我必須找到方法與學生建立聯繫，並以有效和有吸引力的方式傳達知識和內容。

除了教學外，疫情還對我的日常生活帶來了重大的變化。我發現自己花更多時間在家裡，開始嘗試新的愛好如烹飪和繪畫，並與家人和寵物相處。

然而，疫情也是一個深刻的反思和思考的時期。它迫使我們面對自己的恐懼和焦慮，挑戰我們找到應對壓力和不確定性的新方法。對我而言，這意味著實踐正向思維，保持與家人和朋友的聯繫，永遠抱持樂觀的心態。

展望未來，我認識到疫情仍然存在，可能還有更多的挑戰在前方。然而，我堅信我們可以繼續學習和成長，保持韌性和積極性，並在面對未知時支持身邊的人。我感激從這次經歷中學到的教訓和我們展現的堅強和韌性。我希望我們可以從這次經驗中變得更強大、更有同情心和更加相互關心。



很感恩，真的要感恩！我生命的開始就要感恩了，我的出生不易，經歷生死的關頭，所以我的英文名字 Grace（恩典），在我出生時就已經有了。

到了今日我仍要感恩。感謝主讓我在基真小學中教導小孩聖經，感謝主又賜我機會在基真小學中與祂一起做福音的工作，又為我預備了同工和同路人，讓我有機會可以與一眾老師們一起祝福學生，更感恩的是祂在很久以前已教導我們要常常喜樂、不住地禱告、凡事謝恩，讓我經歷很多上帝恩典的真實。這個感恩主題也是上帝所賜的。

藉着今年的主題，它開拓了我的眼光，親眼看見身邊很多的感恩事，最令我感動的是同學們的禱告。上聖經課時，我們會禱告，同學們都會分享自己的需要，起初是由老師為學生代求，但慢慢地從三年級開始，同學們都願意主動為其他同學禱告。起初同學們的禱告都是直接把需要向上帝祈求的，後來有些同學開始懂得開始時先向神表達感謝，這是多麼令人感動的一刻，就像父母聽到兒女主動道謝一樣。這一切都是神的工作，感謝主，祂是定意要使基真學生得着最大的福氣。

另外，我也看見很多同學都以不同的方式向老師、家人和同學表達感謝，例如送感謝咭和小禮物、寫感謝文章、畫圖畫、在平日的電子通訊平台上表達感謝的內容等……以上的一切都使基真這校園充滿着愛意。

擁有感恩的人生，是幸福的人生，它會令你時刻都感到滿足和喜樂，並且你越向人表達感恩，你的快樂也會越多，你所身處的環境也會越來越溫暖。一個懂得感恩的人，不單讓聽到的人感到快樂，也會使自己更快樂，而這份喜樂是會不斷向外感染其他人的，如同太陽的光線一樣照射到身邊所有的一切，令一切都會閃耀奪目，十分吸引人的。

祝福你們成為感恩的小太陽！



根據《現代漢語詞典》，「感恩」的意思是「對別人所給的幫助表示感激，是對他人幫助的回報。」

在日常生活中，只要我們細心回想，每一天都有很多值得感恩的事。同學們，你們有沒有為自己所擁有的事物感恩或對關愛你們的人說「謝謝」呢？

聖經裡，有一個故事，講述耶穌醫治了十個長大痲瘋的病人。

經文：路加福音 17 章 11-19 節

11 耶穌往耶路撒冷去，經過撒瑪利亞和加利利中間的地區。12 他進入一個村子，有十個痲瘋病人迎面而來，遠遠地站著，13 高聲說：「耶穌，老師啊，可憐我們吧！」14 耶穌看見，就對他們說：「你們去，把身體給祭司檢查。」他們正去的時候就潔淨了。15 其中有一個見自己已經好了，就回來大聲歸榮耀給上帝，16 又俯伏在耶穌腳前感謝他。這人是撒瑪利亞人。17 耶穌回答說：「潔淨了的不是十個人嗎？那九個在哪裏呢？18 除了這外族人，再沒有別人回來歸榮耀給上帝嗎？」19 於是他對那人說：「起來，走吧，你的信救了你！」

經文提及耶穌聽到痲瘋病人的呼求，就憐憫他們，治好了這十個痲瘋病人。其中只有一個被治好的外族人回來，俯伏在地，大聲感謝耶穌，歸榮耀給上帝。耶穌對這人說：「你的信救了你！」耶穌不單醫治了這痲瘋病人身體上的疾病，還回應了他心靈的需要，領他相信了上帝。同樣地，耶穌拯救了我們每一個人，用祂的寶血，洗淨了我們的罪。我們也當感謝耶穌呢！

羅老師也有很多感恩的事。感謝天父，讓我有機會來到這所小學任教，成為一愛班的班主任。學期快要結束，看見這班莘莘學子一天一天地成長，甚至把每件事情都做得越來越好，心裡非常安慰。

與大家分享一樁感恩的事：某一天，我在午息當值的時候，收到一個小一學生親手畫的一幅畫，上面寫着「感謝您！我愛您！」。頓時心裡彷彿有一股暖流湧入，我亦立刻向這小孩子道謝，而小孩子更以一個可愛的笑容回應，現在羅老師回想也感到很开心。

其實感恩好簡單，上帝希望我們可以「凡事謝恩」（帖前 5:18 上），盼望今日老師的分享，能讓同學明白上帝的愛，並且開始學習用感恩的心，在日常生活中回應上帝、家人、老師和朋友的愛。



一切從感恩開始

鄧達榮牧師

聖經提醒我們：「凡事謝恩，因為這是上帝在基督耶穌裏向你們所定的旨意。」（帖前 5:18）。既是這樣我們就當常常記念上帝在我們身上的恩惠，一點兒也不應忘記，正如詩人大衛也向自己的心說：

「1 我的心哪，你要稱頌耶和華！凡在我裏面的，都要稱頌他的聖名！
2 我的心哪，你要稱頌耶和華！不可忘記他一切的恩惠！」
（詩篇 103:1-2）

自從 1997 年 4 月 1 日我蒙上帝的恩領，讓我有機會進入基真堂的大家庭，並有幸在基真小學的校園內服侍眾肢體，眾老師和學生們 / 家長們，一起共度二十六個年頭，回想這一切一切，全是恩典，我亦願意藉著以下小小的回顧，從而點出「一切從感恩開始」……

1. 感恩我的牧養職事可以在基真堂重新開始，自 1997 年（回歸年）入職從新啟航，以宣講聖道，施行聖禮和關懷肢體，陪伴大家一起同走天路為己任。
2. 感恩我的太太（李煥華牧師）可以在基真堂獻身唸神學，並從神學生身份成為主僕，人生的下半場以服侍教會為榮。
3. 感恩我的兒子（承軒宣教師）也是在基真堂獻身成為神學生，在青葱歲月便蒙恩召，能踏上一生事奉上帝的蒙福之路。
4. 感恩能陪伴若干肢體度過十多年抗癌之路，一起見證主恩的豐盛和那份超乎人意的屬天的平安。又能陪伴不同肢體度過那最痛苦的時刻，經歷最令人心酸的生離死別。更感恩又能見證肢體在患病至死亡的邊緣，上帝拯救的手如何臨到他們的身上。

5. 感恩我能看到很多的下一代長大成人和成家立室，更開心能在他們的婚禮上或作訓勉或作證婚，更見證他們生兒育女的喜樂。
 6. 感恩能有幸陪伴很多長者們生命中最後一程，並能在他 / 她的後事上盡上綿力，給予家人們安慰。
 7. 感恩能為我們下一代施行孩童洗禮，讓他們能在恩約下有美好的成長，更感恩是可以為他們長大後施行堅信禮，見證他們信仰的成長。
 8. 感恩肢體們愛慕主話的心，由 2006 年我教紅門 A 班以來，直至 18 年後的今天仍有機會繼續教導金門 C 班。
 9. 感恩能開展分堂（基磐堂）這個可愛的家，轉眼 20 載，在面向基層和貧苦大眾的服侍中，明白甚麼是 < 有情有義 > 的牧養和基督 < 道成肉身 > 住在我們中間的真義。
 10. 感恩基真堂給予我很大的空間去服侍區會大家庭，直至今天仍能以服侍區會為榮（現今承擔神學牧職部主席的職事）。
 11. 感恩在基真 / 基磐忙碌事奉的日子裡，仍可以有心有力去不同的神學院任教神學（主力任教的科目是教會歷史科），自 1995 年以來，感恩從未停過培育下一代的神學生，更有幸是這 20 多年來有超過 40 位神學生前來基真堂 / 基磐堂作牧職實習，彼此砥礪一起成長。
- * 以上一切，全是恩典，也是我能在長時間事奉中的福氣，回想種種，全因你們的支持和包容，共建一份不離不棄的生命情誼，並為上帝所託付給基真堂 / 基磐堂的使命，奮戰到底，誠心所願！！……



生活滿足感 — 從懂得「感恩」開始

周智恒宣教師

曾經閱讀一篇心靈小品，提及一對夫婦為要暫時離開節奏緊迫的都市生活，便選擇到加拿大的鄉郊小鎮自駕旅行。他們遊遍不同旅遊景點：冰川國家公園（Glacier National Park）、班芙（Banff），最後來到路易斯湖畔（Lake Louise）便停了下來。夫婦詢問坐在湖畔的悠閒老人以確認目的地後，便急步於湖畔遊走了一小段路，再興高采烈地拍下數張照片，然後還邀請老人為他們「打卡」拍照，最後匆匆上車疾駛而去……當我看到這裡不禁會心微笑，回想自己二十多年前第一次去日本旅遊，也是用了七天時間從北九州乘鐵路往東京沿途的各個景點進發……

相信大部份港人都有這種經驗，我們從小被安排在按密密麻麻的時間表生活，長大了則主動地編排自己的時間表，填上各個項目：不論加班、兼職、進修、健身，還是上網、打機、旅行；我們不願浪費時間，渴望有充實的生活……但那份莫名其妙的不安感仍然揮之不去。「真正的」生活滿足感該從何而來？

聖經的詩篇 116 篇提到「……耶和華向我賞賜一切厚恩，我拿甚麼來報答他呢？我要舉起救恩的杯，稱揚耶和華的名……我要以感謝為祭獻給你，又要求告耶和華的名……」。

原來，人生的豐盛源自上帝（祂看顧那願意跟隨祂的人），而得著滿足感的途徑則是「感恩」。

懂得「感恩」是一種生活態度，就是感到自己所擁有的已經很足夠；懂得「感恩」使人願意與他人分享，在互動過程中衍生出彼此關愛和陪伴的充實感……

筆者外母是一位信主多年的獨居長者，她經常說的一句話就是「感謝主！」。筆者有一次聽到她在打噴嚏後也「感謝主」，不禁對此感到奇怪，以為這是她的口頭禪。後來才得知她確實為自己沒有經歷大病大痛而感恩。她經常跟隨教會探訪其他獨居長者，與一班「老友記」參與海外的短期宣教活動……每次見面總讓人感受到她生命的充實和喜樂；「感恩」成為她生活的一部份，這沒有受到年齡、財富或健康的限制；「感恩」的態度感染了身邊人有正向的思維，同時也惠及了她的子孫。

倘若你是為人父母者，渴望為子女的未來作最好安排是無可厚非的，想必在這個暑假中已為他們報讀了若干課程或興趣班。但在安排這些學習之餘，更願意培育他們成為一個懂得「感恩」，從而有生命影響力的人嗎？



我的「感恩」操練

石守賢宣教師

「感恩」對現代人來說可能有點陌生。隨着環境的改變，物質生活變得富裕，讓我們對事情抱有所當然的想法，更漸漸失去了一顆感恩的心，慢慢誤以為家中有飯吃是理所當然的、去餐廳用膳得到工作人員賓至如歸的招待也是理所當然的。想起基真同學們飯前大聲同誦謝飯禱，此舉不單讓學生學習感謝天父在食物上的供應，更是由小培養感恩的心態。但其實學懂感謝不是容易的事，因為在我們日常生活當中，總不會每天有好事發生。俗語有云「No news is good news (沒有消息就是好消息，不聞凶訊便是吉)」，現實中能夠有事值得感恩已經是枯燥生活中的一個大獎。這樣的話，我們如何才能夠做到「一切從感恩開始」呢？但原來「感恩」是可以操練的，讓我從中學時的經驗與大家分享我是如何操練「感恩」。

一如基真學生們，小時候的我最常感恩就是吃飯前的謝飯禱，又有時求上帝給我默書考試能得高分，果真得到出乎意料的分數也會立刻禱告感謝上帝，其餘時間則很少懂得感謝。有一次教會青少年崇拜中，傳道人分享關於感恩的信息。他以挑戰的語氣問我們日常生活中有沒有發現和感謝上帝的作工，有沒有每天感謝上帝。我立刻舉手問傳道：

「你說要每天感謝上帝，如果無好事發生，我又怎麼感謝上帝呢？」

幾天後，他給了我一本約有 300 頁的線圈卡片簿 (如圖)，並對我說：

「你試試每個星期一至六都寫下一件最感恩的事情，然後星期日回來跟我分享。」

我當下覺得怎麼可能寫到！唯有憂憂愁愁地帶着這本簿回家，第一個星期我只寫了一兩天較深刻的感恩事項，其他日子都寫不出甚麼。然後，下一個星期我帶着這本簿回去，他看過後表示我沒有完成任務，沒有每天都寫上感恩事項，特意叫我這星期要每天都寫一件感恩的事情。我問他：

「我如果想不到那天有甚麼可以寫，是要留白還是要跳過那天呢？」

怎料傳道人對我說：

「如果你真的寫不到，那你就隨意寫一件你認為尚算值得感恩的事情。總而言之，規則只有一個——每天都一定要寫一件事。」

接下來幾個星期，我都努力留意生活中經歷了甚麼值得感恩的事情，例如有一頓好吃的晚飯、有朋友請我吃小食等等。可是更多時候真的想不到便唯有這樣寫：

「感謝天父我昨晚睡得好」

「感謝天父讓我早上能準時起床」

「感謝天父今天晴天」

「感謝天父我今天不用上課」

我自覺我所寫的感恩事項瑣碎又微不足道，我覺得自己好像亂交功課的學生一樣，所以當我拿着這本小簿子回去與傳道人分享時，心情都是戰戰兢兢的。但意想不到的，當他聽過我分享後，他卻讚我做得很好，還說：

「現在，你不是每天都有事可以感恩了嗎？如果你想更容易發現上帝的恩典，接下來你可以多去看看身邊有沒有關於其他人的事情值得你去感恩。」

聽了他的回應，我才發現自己在不經不覺已開始為一些很微小的事情去感恩，這些事情對於日常生活來說是平常不過的，但原來卻是值得我們去感恩。除此以外，對於他說「更容易發現上帝的恩典」，我十分好奇為甚麼會變得容易，故此我學習留意身邊發生的種種事情。有時，我從新聞報道得知有人在災禍中獲救，我立刻會禱告為他們感恩；有時我看見天色昏暗下雨，竟然不會因為沒機會外出打籃球而失落，卻會想到烈日下工作的人而向上帝表達感恩。慢慢地這本感恩簿成為了我的感恩日記，有時感恩禱告密密麻麻的寫滿了整頁紙，有時三言兩語已經表達了我對上帝的謝意。但更重要的是，這本簿子已經成為了我生活的一部份，即使現在已經沒有再寫下任何感恩的事情，但感恩的禱告仍然每天不間斷，感恩的態度也幫助了我渡過了不少難關。

無論是基督徒與否，我們的生活裡同樣可以充滿感恩。如果你都想建立感恩的心，鼓勵你也試試去買一本小簿子，一同來操練感恩。



感恩愛與被愛

曾詠珊校牧



「俾我擺 D！」阿仔卻拒絕我的建議，堅持一個人拿剛才街市買的菜蔬，看見他比竹管稍粗一點的手臂，右左手各挽著大大小小的膠袋，心裏滿是感動。自結婚後，我們都是「無飯夫婦」（不用煮飯），及後孩子出世，得家人和工人姐姐照顧，便養尊處優，專心工作。疫情時，我們一家四口深居簡出，我在家解鎖新技能——煮飯。疫後應阿仔要求，每周一次煮飯，便成為親子活動，一齊買菜，一起預備。阿仔甚至願意挑戰難度——切洋蔥粒，總是弄得眼淚汪汪。假如哪一周因事未能煮飯，阿仔會在雪櫃門的記事板上，認真記下，務必追回。這樣「被要求」的愛是一種甜蜜的負擔。阿仔：盼望有一日，當你

成為健碩的年青人，有廣闊的天地，忙碌的生活，希望你仍然珍愛回家吃飯，並記得早些回家幫忙煮飯。

「來學校幫我擺背囊，我太累了！」經過三日兩夜的學生營會，並安頓學生放學後，我在電話中向阿女提出一個異想天開的要求，阿女竟然爽快應承，行動迅速地來到基直接「家長」回家，心裏滿是感動。我問阿女：背囊重不重？她表示與平日返學的書包差不多重。我心想青年人返學真不易！自阿女成為中學生，我們作為家長便有許多學習：重新理解年青人的需要和表達方式、體諒情緒澎湃起伏的表現、自由開放討論界線的定立、尊重她時而老成時而幼稚的愛好……然而上帝的話語和愛常常勉勵我們怎樣成為一個合神心意的父母，陪伴你的成長，令我們的生命充滿精彩。阿女：盼望有一日，當你成為亭亭玉立的少女，有多姿多采的生活，你仍喜歡邀請我一同分享，一齊探索各種新穎的事物，我定會奉陪到底。還有，如果由你付款，我會更加開心。



聖經申命記 6：4-7「以色列啊，你要聽！耶和華——我們的上帝是獨一的主。你要盡心、盡性、盡力愛耶和華——你的上帝。我今日吩咐你的這些話都要記在心上，也要殷勤教導你的兒女。無論你坐在家裏，走在路上，躺下，起來，都要吟誦。」為人父母，我也是邊做邊學〔無論坐在家裏，走在路上，躺下，起來……〕，在愛與被愛之間，一同發現上帝的慈愛與真誠，感謝主。



《暖流》「一切從感恩開始」作文比賽得獎名單

高小級

高小組冠軍 六愛 林偉熙

「一切從感恩開始 — 義工生活」

我感恩我活著能自由呼吸、有健康體魄、有幸福家庭，並在充滿愛的學習環境下成長！

正所謂「常懷感恩之情，常為感恩之行；感恩從心開始，讓愛溫暖彼此……」我記得以前放學後，媽媽總會帶著我和姐姐到圖書館做義工，亦試過幫忙「處理環保校服」及「售賣環保校服」。

成長中的我，社會的責任亦同步「成長」，我要開始逐步回饋社會了。我們會參加童軍制服團隊的「探訪長者」及「童耆學習數碼樂」活動、亦透過坊間不同機構，例如：基督教香港信義會、聖雅各福群會等，參與「整理福袋及派福袋」義工活動。20多位的義工們將 25 公斤大包白米拆開，包裝成每小包 2kg，還有分配其他物資，協助長者，維持秩序等等。而且活動是在屋邨或商場平台進行，非一般課堂的學習與體驗。

活動後，大家都汗流浹背及勞累，但每當我想起可以看到公公婆婆平安開心地拿著福袋的樣子，體會幫到人是一種福氣，這更堅定我對「施比受更為有福」的金句信念，一切都值得。

雖然每年 11 月的第四個星期四是美國的感恩節，但感恩卻不分地域、種族及時間。我會繼續懷着一顆感恩的心，用心去看待周圍的人與事、用心去參與義工活動回饋社會。

我希望「以生命影響生命」，感動身邊的人懂感恩、懂愛等等，大家產生循環的「互愛」、「互動」正面影響的果效。

因此，我們的義工生活正正是「一切從感恩開始」！



家長回應

心懷感恩的人往往更幸福，具有同理心，身心會更健康。

曾看過一篇文章曾提及到一位研究感恩多年的加州大學心理學教授 Robert A. Emmons，他在研究中發現，感恩傾向強烈的人，具備同理他人的能力，比較能用換位思考的方式來看待事情，也更願意幫助他人解決問題；感恩能使血壓降低，改善免疫功能，加速自癒速度。

丈夫與我都希望兩位兒女都能成為感恩快樂的孩子，知足常樂地健康成長！

「親愛的孩子們，多謝您們常存感恩之心，不忘在自己擁有的同時，懂得及願意去分享並為他人付出！

由幼稚園到小學階段，你們都會跟著我們一起做義工，我們相信“身教”，並由你們自己用眼去睇、用耳去聽及用心去感受。幸運地，你們都明白爸媽的心意，你們知道『沒有甚麼是理所當然』、『要懂得感恩及珍惜』、『幸福不是必然的』。

感謝天父賜予你們這些智慧！

願你們繼續感受到愛的同時，繼續用愛去感動身邊的人，多在日常生活中發掘感恩的事，努力地“以生命影響生命”。」

「感謝神，因他有說不盡的恩賜！」（歌林多後書 9:15）

“Thanks be to God for his indescribable gift!” (2 Corinthians 9:15)

「要常常喜樂，不住地禱告，凡事謝恩。因為這是神在基督耶穌裡向你們所定的旨意。」（帖撒羅尼迦前書 5:16-18）

“Rejoice always, pray continually, give thanks in all circumstances; for this is God’s will for you in Christ Jesus.” (1 Thessalonians 5:16-18)

高小組亞軍 五信 羅心滢

「一切從感恩開始 — 我的爺爺」

感恩就像一條清澈的小溪，流進每個人的心裏；感恩是人生中最好的洗禮，把我們每個人的心靈都可以洗刷得晶瑩剔透、純潔無暇。

在人生中，有許多愛為我付出，令我非常感恩。我的爺爺對我的愛令我深刻難忘，他在數年前因中風而影響到他的語言功能，令他的生活產生了許多不便。我見他每天與人交流都非常辛苦，我感到十分心痛。從此，我便每天為他向天父祈禱，希望他能夠早日康復。近年，他通過自己的努力以及天父的庇佑，漸漸地能與人交流了。現在，當我放學回家時，爺爺都會關切地問我「肚子餓了嗎？我已為你準備了點心。」讓我感到既溫暖又幸福。

天父教會我們要常常喜樂，不住地禱告，凡事謝恩。

家長回應

時間過的很快，轉眼你已是小五生，好感恩在這五年的學習生涯中，你能每天快樂的學習，並學會懂得包容尊重、寬恕與感恩！

記得你曾經問過我，爺爺說不了話，他會心裡很焦急很難受嗎？當你聽到我肯定的回答後，你臉上出現了心痛的表情。你也從此開始在日常生活中更加地照顧爺爺，經常會問爺爺是否肚子餓需要吃點心嗎？我知道你已經學會在別人的角度去思考了，不再是以前那樣只知道自己感受的小孩了。

你那段時間每日為爺爺祈禱，還感染到我也每天跟你一起向天父祈禱，但我祈禱的內容除了希望爺爺可以早日康復之外，還祈禱你能越來越有一份信靠和愛心。這些禱告後來都一一得到了天父回應。

在家你也是個乖寶寶，每當家裡有人不舒服時你都會關心和照顧我們，家人的心都是溫暖無比的！在漫長的人生中也希望你永遠保持一顆淡定之心，細心留意、用心體會，以知足的心看待周遭一切，時常歡樂，時常感恩！

馬上要迎來第一次呈分試，家人都希望你努力學習同時保持良好的心態！



高小組季軍 五信 余皓正

「一切從感恩開始 — 為生命感恩」

過去三年，新冠肺炎病毒把我們日常的生活帶來翻天覆地的改變。每天在新聞報導都會聽到有多少人受感染，有多少人因此而病逝。我頓時感到活著就是恩典，因為生命本身就是一種恩賜，值得我們好好地珍惜和感謝。

感謝爸爸媽媽帶我來到這個世界，讓我在一個充滿愛和溫暖的家庭長大，讓我有一個善良的姐姐陪我在良好的環境下一起學習，一起成長，又鼓勵我不斷嘗試，讓我去建立信心。

感恩我能夠在基真小學讀書，學校提供了多元化的設施讓我們學習，如明日教室，魚菜共生魚缸，圖書館等。老師們不辭勞苦地教導我們，同學們在小息的時候會與我分享及談天說地，讓我擁有很多歡樂的難忘的小學回憶。

感謝主，讓疫情終於緩和下來，使我們的日常生活慢慢回復正常。雖然我在疫情下學習十分困難，但這些困難使我更成熟及堅韌地解決問題，主動學習。我會好好珍惜我所擁有的一切，用正向的態度面對將來。



家長回應

新冠疫情真是為我們帶來了天翻地覆的改變，無時無刻都要為着自己、家人及突如其來的圍封強檢做足準備，好不忙碌。疫情讓我更懂得珍惜生命中的一切，更明白對自己所擁有的要知足、心存感恩。

回顧過去，「停課不停學」讓我見識到你的學習能力和適應力十分強，你能夠在極短時間內完全掌握了新上課模式，自動自覺地在網上交功課，在網上學習新知識，真正做到停課不停學。最感恩的是，你沒有因為長期被困在家中而感到意志消沉，你樂觀開朗的性格，做事積極的態度令我十分感動。

感謝主，能夠讓你和姊姊健康康地來到我和爸爸的世界，使我們一起成長，一起學習，一起生活。亦因為擁有你們，家裏變得更加熱鬧，更加有趣，更有生氣。

感恩我們的生活秩序慢慢回復正常，你們可以回校上課，學習與同學們相處。但是我們要時刻緊記心存感激，不要把任何人對我們的好當作是理所當然。我們要學習冷靜思考及做好面對突發事情的準備，積極地面對未來的各種挑戰。

「一切從感恩開始 — 伴我同行」

在平凡的日常生活中，我學會了感恩。我常常感恩父母，因為他們把我從小養大，對我傾注了很多愛。他們給了我生存的資本，也一直在為我更好的物質生活而努力。所以，我時刻提醒自己要感恩父母為我所做的一切。我會時常對他們說一句謝謝，也時常給他們一些愛的表達。



平時，我也會常常反思自己。當別人幫助我時，我是否懷着一顆感恩的心？因為大家都懷着一顆感恩的心，人與人之間就可以變成和諧了。

在學校裏，老師教給我珍貴的知識。這些知識能讓我開拓視野，成為一個將來為社會、對國家有奉獻的人。所以，我常常感恩老師教給我這些知識。同時，我十分感恩我的同學胡恩熙。她是我在班上最好的朋友。她常常幫助我，教導我完成不懂的題目。所以，我十分感恩她能成為我的同學、朋友。

在本學年，我學會了感恩同學、朋友、老師、家人、陌生人……我學會感恩後，生活變得更加充實了。希望大家能學會感恩，自然而然地，你們的生活中便有了一處處動人的風景。

家長回應

時間飛逝，轉眼六年的快樂小學時光就快完結啦！妳從一個膽小、害羞的女孩變成現在開朗、活潑、時而還調皮搗蛋的萱萱，這一切都是老師的鼓勵和耐心教導，是同學們的陪伴和溫暖感染了妳。作為父母的我們，看在眼裏，喜在心中。

在此感恩甚真給了孩子們一個安靜溫馨的學習環境，感恩所有老師幫她開啟了智慧的大門，指引着她在知識的海洋中前行。感恩同學仔們六年的風雨同舟。

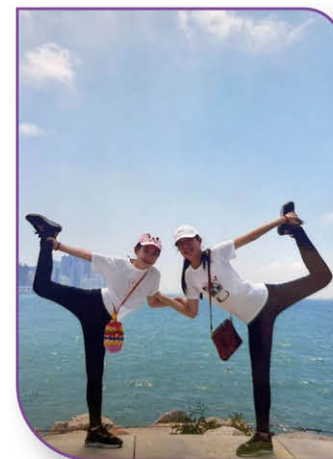
祝願老師幸福安康，桃李滿天下！祝願同學仔們一路攀高遠航，乘風破浪！

「一切從感恩開始 — 新生活新體會」

疫情三年，佔用了小學生涯的一半時間，但感恩現在疫情消退，我也終於可以回到學校正常地學習，與老師和同學面對面地交流。

當第一天回復實體課，可以回校上課，我心裏盡是忐忑不安，害怕三年網課後，跟不上進度；害怕三年沒有和同學相處，會變得生疏，但感恩的是老師和同學都十分友善，讓我能慢慢適應。

回復實體課後，一些出外活動也漸漸回復，例如：出外學習，秋季旅行等。我十分感恩和感到開心，當我們三年疫情幾乎足不出戶居家抗疫後，能和同學一起到戶外吸收一些新鮮空氣，一起學習。



雖然疫情佔用了我們三年的青春，但感恩它帶給我們一些從來沒有過的體驗，也令我們更加珍惜我們每次與人見面，和同學相處的機會。

家長回應

疫情剛開始的時候，總是有很多的不習慣，日常的生活都要做很多的改變；比如必須戴好「裝備」才可以出門、不會隨便在街上飲食、親人朋友也少了見面，甚至連想脫掉口罩自由地呼吸，都要看身處的場合是否合適……

疫情一拖再拖，好像短期內都沒有結束的意思，我和孩子們開始接受「宅」在家的生活。孩子們開始安排好每天網課以外的生活：看一本想看了很久的書，搬出一直沒有時間完成的樂高、在下午時段跟着視頻製作一款美味的茶點、晚餐後跟着音樂一起做舒展運動……突然間就感到很感恩，因為平時的忙碌，很多想做而未做的事情，在這段時間都做成了。

再後來學校終於恢復上實體課了，孩子們滿心歡喜地期待着，說太想念學校、老師和同學了。原來在經歷了漫長的網課後，孩子們學會了珍惜可以在學校學習的日子。

疫情給我們帶來了很多不便，甚至還有煩惱和痛苦，但我也感謝它讓我和孩子們學會了感恩和珍惜。

高小組優異 五智 梁雅喬

「一切從感恩開始 — 學會交託」

2019年，當時是疫情的開始，所有事物因而改變，上課的時間減少，上課模式變成了網課，學生的上課態度也改變了，我也不例外，上課時不專心，因而影響我們的成績，我獲得一個一敗塗地的分數。我感到失望，但我好像忽然聽到主耶穌說：「你要把你的重擔卸給耶和華，祂必扶持你，祂永不叫義人動搖。」當我聽見這句說話後，我開始努力溫習，最後我在五年級的考試裏獲得前所未有的成績。我感到很高興，但我再一次聽見耶穌說話，祂說：「壓傷的蘆葦，祂不折斷，將殘的燈火，祂不吹滅。」我明白了。



家長回應

大家好，我係雅喬家長，好感恩雅喬的成績進步了很多，不過除了雅喬的努力，上帝也一直在我和雅喬身邊陪伴我們。我好忙，每日都要工作，根本沒有時間陪伴雅喬溫習、檢查功課……但有一天晚上，我彷彿聽見上帝說：「教養孩童，使他走當行的道，就是到老，他也不偏離。」這句話令我明白要教導孩童，令他走正確的路，所以就算每天我有多累，也會抽時間來陪伴雅喬，雖然時間不多，但雅喬每天也會努力溫習，以獲取更好的成績！



高小組入圍 五信 姚皓程

「一切從感恩開始 — 親情可貴」

上年三月一日，我患上了新冠肺炎，幸得家人細心的照顧，我才康復過來，這次經歷讓我領悟親情的可貴。

那天，我在家中上網課。中途，姐姐發現我咳了幾聲，她便走過來輕摸我的前額，發現有點熱，便立刻通知爸爸和媽媽。他們叫我做快速測試，結果呈陽性反應。爸爸、媽媽和我便入房自我隔離。最初，我只是覺得喉嚨有點不適。後來，我燒至三十九度，全身像火燒一樣，四肢無力，動也不想動，感覺十分難受。

正當我沒精打采的時候，媽媽便細心地照顧我。她每小時幫我探熱，又用濕毛巾替我抹身和放在前額幫助退熱，又定時取藥給我。兩天後，我終於退燒了，媽媽放鬆下來，我也回復精神的狀態。

我非常感恩爸爸媽媽悉心的照顧。雖然這次生病令我感到十分難受，但是他們照顧我的情境，常常浮現在腦裏。



家長回應

親愛的女兒皓程：

三年的疫情，真的百感交集，感覺時間非常漫長，但只要能和你一起面對，所有都是樂事……

去年三月一日你確診後，我當時相當擔心又害怕，因為不能外出去看醫生，唯有靠家裏僅餘的藥物幫助。看你已燒至三十九度時，真的措手不及，你非常辛苦的躺在床上，我甚麼都做不到，只可以不斷替你抹身散熱，我心都急得快要哭出來了，真希望自己能代替你生病，代替你來打仗。媽媽知道你很難受，便一直在你身邊陪着你，不斷禱告，希望你快些康復，做回平時頑皮的你。

幸好，兩天後你的燒已完全退了，我終於可以放下心頭大石，你的精神狀態也逐漸恢復，非常感恩你捱過了。你還記得我們在房間裏隔離的情景嗎？現在回想起，真是一次十分難忘的經歷，我們被困在房裏的七天，我每天睡醒的第一眼便看見你。我們在床上玩字牌，又再房內吃飯，每天都黏在一起。

疫情前，我和爸爸每天工作，很少時間和你一起，但因為疫情，媽媽不用上班，你又不用上課，反而多了很多相處的時間，每天都待在一起學習、玩小遊戲、看電影……這段時間真的刻骨銘心。三年的疫情，除了你病倒了，媽媽也不幸患了重病，令我更加珍惜和你相處的日子。你不用害怕，媽媽會努力戰勝病魔，希望可以一直陪伴你成長，一直在你身邊為你打氣加油，所以我們要一起努力知道嗎？我們亦要懂得感恩，雖然好像發生了很多不幸的事，但在黑暗處總會給我們一線光，讓我們找到出路，讓我們看見很多平時看不到美麗風景。感恩有你，你是我的那一線光，讓我每天都幸福，每天都有更美好的事發生。

最後，媽媽只想跟你說「不論將來會發生什麼事，當你遇到困難時，希望你會想起媽媽會一直在你身邊守護你的，媽媽都非常非常愛你的。」

愛你的媽媽上

高小組入圍 五誠 陳昕斐

「一切從感恩開始 — 我第一次的燒烤樂」

上星期六，我和爸媽一起到城門水塘燒烤，那次經歷真令我感到開心又感恩。

記得那一天早上，爸爸忙碌地收拾了食物、玩具、燒烤工具……載滿了一輛手拉車。原來還沒夠，還要到荃灣再買一些食物和用具。

燒烤前，媽媽帶我去遠足，爸爸指示我看花草樹木和小昆蟲等等。回去後，爸爸教我疊炭陣起爐。媽媽帶我洗蛤，預備食物，媽媽還教我串燒香腸和魚蛋……

吃完後，我和爸爸一起玩飛碟，之後，他引導我和其他小孩一起玩耍。最後，我們走了一段路來到水壩，那裏風景如畫，美不勝收。我們還在那裏看了日落景色，拍照留念，盡興而歸。

當晚回家禱告，感謝天父造了花草樹木和美麗的環境，還有令我垂涎三尺的食物。我很感恩有幸福的家庭和愛我的父母。在這家成長真幸福。



家長回應

看見她的文章，回想返當日許多細節都歷歷在目，回味無窮。這日後，她間中會問我何時又帶她去第二次燒烤樂。

在長假期中，帶她去 BBQ 也是我的想望，疫情三年，最近才有機會去郊野公園燒烤場，與她一同經歷各樣生活體驗，特別喜歡是去郊遊，在享受各種美食之餘，還借助一下天上的日落美景、綠油油的山巒、艷麗的小花、少見的昆蟲和郊野才能看到的動物。多接觸天父為我們創造的大自然，藉此多一些去感受，多一些幸福感。

自從有了女兒，我很感恩，也想她知道要感恩，感謝天父，感謝父母，感謝身邊對她好的人……多一點感恩，多一點幸福，她的人生就多一點快樂！

「一切從感恩開始 — 《畢得鳥劇場》」

「嗖——」一輛巴士從我身邊經過，我驚覺這是《畢得鳥劇場》的廣告。我不禁喜出望外，我是《畢得鳥劇場》中的一個角色。至於我為甚麼能夠飾演其一角色，這就要由五個月前開始說起……

在七月時，我被選為代表學校參加香港電台節目《畢得鳥劇場》的遴選。經過一番遴選後，我終於成為節目的一員。我最感恩的是要從那麼多學生中找七個當演員的是多麼困難呀！我懷着感激的心情期待錄音的一天到來。

到了錄音那一天，電台的專業器材不禁令我大開眼界。興奮的感覺讓我的眼睛宛如星星般閃爍。到了錄音室，看到了幾個知名演員，原來我會跟他們合作呢！錄音完畢後，我立刻拿出手機與他們合照。這次錄音讓我獲益良多，既讓我學會更多說話按巧，又讓我了解香港電台的運作。

看着《畢得鳥劇場》的廣告，令我想起了錄音的經歷，也令我發現感恩的事項多得數之不盡，希望下次會再有類似的經歷吧！



家長回應

感謝神給予星語多方面的恩賜，也感謝神給予星語有幸入讀能夠提供很多寶貴資源給學生發展潛能的基真小學，也能認識到很多很有愛心和熱誠的老師！感謝老師們和彭校長的揀選，讓星語有機會踏出學校，被選中參與香港電台《畢得鳥播音劇場》！星語在當中除了學習到各種不同的聲音技巧運用外，還有幸參觀到香港電台的播音實況，當中與幾位知名電視台和電台的演員合作，還有和其餘六位小朋友一起互相配搭，這些技巧都不能在課堂上學習和見識得到的，感恩星語可以獲得這寶貴經驗，在成長路上更添美好回憶！

無論是香港電台《畢得鳥劇場》共二十集的播音劇聲演、香港電台《玩玩星期天》的節目訪問、香港校際合唱團多元化的訓練、演出、拍攝MV、電視廣告錄音、校慶音樂劇、話劇演出、司儀、繪畫和朗誦比賽……等等，也能建立和栽種星語在主內的多方面恩賜和裝備，但願這一切的恩賜日後能為學校和聖工等事工上多多服侍。

當中特別感謝班主任卓偉荃老師、彭潔嫻校長、何子茵老師、羅順銘老師、湯凱臨老師、曾詠珊牧師、葦萃茵老師、李嘉寶老師、吳傑賢老師，Mr. Josh 和多位老師給予星語機會和鼓勵，讓她在小學階段多姿多彩，發光發亮！

一切從感恩開始，當每件事情都向主耶穌感謝，便會大大地感受到祂在各樣事情上奇妙的恩典，從現在也懇請大家無論是微小事情也好，也可以藉著祈禱，神一定會幫助你，與你同在，從今時直到永遠，誠心所願。

THANK YOU

「一切從感恩開始 — 我的班主任」

在這一年中，我最感恩的是能遇到一位很出色的老師——我的班主任卓老師。他是一位很有責任心和非常關心學生的老師，任何時候都會第一時間想到學生。例如，天氣轉涼他會及時提醒同學添加衣服；陰天會提醒同學帶雨具。又例如學習方面，不論在甚麼時候，他都會解答同學的問題，就算同學不明白時，他也會不厭其煩地解答一遍。卓老師對學生非常用心，令我印象最深刻的是我們第一次見面，他竟然能把所有同學的英文名字都說出來，而且每位同學的英文名字都是正確的。我很感恩遇到一位這樣的老师，使我順利地入到一間心儀的中學。感恩遇見！



家長回應

當孩子看到題目時，第一時間就說「我要寫我的老師」。現在看到她寫的這篇文章，腦海裏突然出現四個字「言傳身教」。因為她寫的內容正正是她在學校裏在老師身上學到的，而且也在生活中表現出來的！例如生活方面，天氣轉變會提醒身邊人添衣，下雨會提醒身邊人帶雨具等等。這些細微的所謂小事其實對他們的影響還是很深的。

她還寫了關於老師第一次見面就可以記住她們每一位同學的名字，每一位同學都非常開心！其實每個孩子都很容易被滿足，不一定是被表揚，可能是一個微笑，也可能是打聲招呼。當被肯定時她們會自信滿滿，動力十足！

每當學校有活動的時候，她們分享最多的是某某老師的某些環節。因為她們想要的是陪伴與參與！

老師是除父母、親人以外孩子接觸最多的人，也是影響他們最大的人！很感恩基真有很多這樣的老师！

教書育人，在傳授專業知識的同時，以自身的道德和行為，言傳身教！這些在基真老師的身上得到詮釋！希望每一位基真的學生珍惜當下！

中小組冠軍 三智 黃詩沛

「一切從感恩開始 — 感恩做人 • 用心做事」

在今年的讀書學習中，我對「一切從感恩開始」這句話語感悟頗深，下面我僅結合自身的感悟，簡要談談關於感恩做人、用心做事的一些體會。

俗語說：「把每一件簡單的事情做好，就是不簡單；把每一年平凡的事情做好，就是不平凡。」做人，要懷有一顆感恩之心，不要將擁有的一切都視之為理所當然。我要感恩自然，給予我賴以生存的環境，給予我最無私的饋贈；感恩父母，給我生命、給我溫暖和給我保護，含辛茹苦地將我養大成人；感恩老師，是老師的諄諄教導，讓我樹立了正確的人生觀、價值觀和世界觀；感恩友情，是朋友讓我在這個世界上不會感到孤獨，讓我的生活過得充實而多姿多彩；感恩家庭，是家人為我創立了一個溫馨幸福的家園；感恩社會，給我創造了施展個人才華，實現人生價值的大舞台。

感恩做人，是我的態度。只有感恩做人，每天進步一點點，才会有歸零的心態，在付出中收穫，在成長中快樂，也才能體會生活和工作所帶給我的樂趣。

家長回應

「一切從感恩開始 — 感恩做人 • 用心做事」一文中，女兒對感恩這個詞感悟頗深，使我對感恩自然、感恩父母、感恩老師、感恩友情、感恩家庭、感恩社會等幾個方面作了極大的感想。

「烏鴉有反哺之恩，羊羔有跪乳之德」，「知恩圖報」是中華民族感恩的美德，一直在延續。感恩，是一種歌唱生活的方式，是一個人與生俱來的本性，是一個人不可磨滅的良知，是一切美好生活的基礎。然而，在這物慾橫流的時代，有不少人取得了一些成就便沾沾自喜，自認為無所不能，忘記了成就自己的工作、同事、家人、朋友等。還有一些人得不到時便抱怨，得到了卻又不滿足，繼而繼續抱怨。

因此，我認為「感恩」是一種生活態度，一種善於發現美並欣賞美的道德情操。人生在世，不如意的事常有。如果我們囿於「不知意」之中，終日惴惴不安，那生活就索然無味了。相反，如果我們擁有一顆「感恩」的心，善於發現事物的美好，感受平凡中的美麗，那我們就會以坦蕩的心境、開朗的胸懷來應對生活中的甜酸苦辣，讓原本平淡乏味的生活煥發出迷人的光彩！

中小組亞軍 四智 陳皓晴

「一切從感恩開始 — 攀石體驗」

記得有一次，媽媽帶我和弟弟到室內體育館參加攀石班。這是我第一次參加，去到體育館場地時覺得攀上這幅攀石牆應該不難，因為我覺得同公園的攀架差不多，於是不理會教練的講解。誰知我上到一半就已經想放棄了。因為手腳都開始有點累了，就叫教練放我回地面。休息一會兒再試，又想中途放棄。又輪到我的時候，我本來上到一半，又叫教練放我回地面。但今次在下面的教練、隊員和家長都不斷鼓勵我繼續向上攀，我心想今次我一定得的，我要突破自己，不想令大家失望，終於我成功了。

感恩我能夠從失敗中努力嘗試，雖然真的很累，但原來有人支持同鼓勵是我向上的原動力，令我堅持不放棄。

家長回應

感謝主讓皓晴在一個充滿愛和溫暖的家庭成長，自小就懂得愛護身邊的人，並常常鼓勵別人。這次攀石練習看似容易，做起來並不是想像中簡單，攀石講求手腳協調，在這次經歷中，她縱然失敗了幾次想放棄，但在別人愛的鼓勵下仍有勇氣努力向上爬，向著目標突破自己，深刻地體會到同路人的愛和重要。

感恩她能感受愛與被愛，愛的鼓勵能推動別人努力向前不放棄。



中小組季軍 三愛 李芯悠

「一切從感恩開始 — 珍惜上課 · 感恩生活」

在經歷確診後，我終於明白到擁有健康的身體和能夠上學是一件多麼令人心存感恩的事……

今年我很感恩，終於能有機會和同學一起在音樂室吹牧童笛，而且能第一次在學校午膳。在疫情期間，大家都蒙着臉和笑容。我很感恩上帝給我機會再次和朋友相聚並看見他們的微笑。

我也很感謝我在確診後能順利康復，這讓我明白健康的重要性。以往，我未必知道自己的身体原來是一份這麼珍貴的禮物。如果我沒有健康的身体，我便無法做到其他事情。

在日常生活中，這些微不足道的事我們也應該感恩。

家長回應

我們一家四口於年初確診，這就是 2023 年上帝給我們的第一個考驗，我們為 39 度高燒的「您」順利安排乘坐抗疫的士到診所治療。無論藥物多與苦，我們一家都堅信着攜手渡過，彼此鼓勵，感恩我們順利康復。

確診期間的「您」在家上網課，只能對着冰冷的黑板互動。沒有老師和同學的面孔，就算有歡笑聲都不能參與其中，老師發問的問題都只能在心中回答，存在感很虛無飄渺，知道「您」真的很想上學，明白「您」很想快些融入班上的實體課。

疫情逐步放寬，有些老師和同學都陸續除下面上的口罩，笑容也特別親切，好像重新認識一樣。感恩期待三年已久的運動會亦再次舉行，知道「您」得到跑步項目的銅牌，不單為「您」得獎而高興，更欣賞「您」用盡全力，積極去參與學校的活動。

聽到「您」分享在音樂室吹奏牧童笛、老師選「您」做飯長為同學服務、午膳吃了什麼飯餸……即是日常生活的小事，我也很感恩天父讓身為家長的我知道，一同為子女的事感受喜悅煩憂，令我們一家的關係進展一大步。



中小組優異 三望 陳樂軒

「一切從感恩開始 — 父母恩」

在平凡日常生活中，我最感恩我的父母。

從我出生開始到現在，你們辛苦地照顧我。我記得有一次生病了，媽媽便帶我去商場診所看醫生。醫生說我感冒發燒，晚上要多注意。晚上，我真的發燒了，媽媽立刻去拿濕毛巾幫我敷在頭上給我降溫。我覺很好多了，過了一會我又發燒了，最後媽媽只好拿出退燒藥給我吃，媽媽照顧我一個晚上，辛苦你了。

有時候我不開心，爸爸會先了解我為什麼生氣，再開導我，我的心情慢慢變好了，我很多謝爸爸，讓我鼓起勇氣站起來，繼續以樂觀的心面對。

爸爸！媽媽！辛苦你們了。



家長回應

從你出世到現在，很多謝你在平常的生活中給我們帶來歡樂，讓我們的家庭中充滿歡聲笑語，更加有生氣，多謝你給我們帶來幸福。

你是一個很乖的小朋友。雖然有時也會讓我很生氣，但通過溝通和講解，你也會認識到自己的錯誤並主動認錯，我覺得這方面你做得很好。平時你也會努力學習，認真做功課，希望你可以繼續努力，好好學習，爸爸媽媽也愛你！

中小組優異 三愛 黃紫晴

「一切從感恩開始 — 向姑媽拜年」

新年的時候，我們一家一起到姑媽家裏拜年，從這日起，我就學會了要互相欣賞和要常常禱告。

早上，在出發前，我們一起打扮得漂漂亮亮去姑媽家裏拜年。到達後，我們不知道那一家才是姑媽的家，便打電話給她，但她沒有聽到電話的鈴聲，我就禱告求天父幫助我們，我禱完告後，覺得很悶，我就說：「哥哥你懂不懂用吹泡膠吹泡泡呀？」哥哥說：「我不懂呀！」我就驕傲地說：「啊！是呀！上一次你也不懂怎樣吹泡泡！」這時候，舅父就罵我說：「不可以這樣說的，我們一定要互相欣賞對方，你這樣說會令哥哥很傷心的，知道嗎？」我就說：「知道了！」就在這時候，姑媽就開門了，我們就進了姑媽裏了。

接着，我們一起到商場吃午飯，當我吃的時候，哥哥提醒我要先禱告，然後才可以吃飯，我聽到後就馬上禱告，然後，我們便一起吃午飯了。最後，姑媽帶我們到商場行街，我們買了一些衣服和鞋送給姑媽呢！

這是開心快樂的一天，不單讓我學習到要互相欣賞對方，更讓我知道要常常禱告感恩天父。



家長回應

在物質豐饒的時代，不少兒童从小便享有數之不盡的物質：漂亮的衣飾、美味的佳餚、童趣的娛樂和應有盡有的電子產品。這教他們難以學懂感恩，只因一切都來得太輕易。

感恩是從日常事開始，時刻記緊「喜樂」的泉源正是感恩。新年期間我們與紫晴到姑媽家中拜年時，便把握機會和她分享感恩的重要性。我們不但向她說明感恩的重要性，更身體力行與她一起為姑媽添置新衣物。期間我們亦一起感恩地禱告，感謝天父賜與食物及喜樂，更讓我們可以藉此機會和至親的親人和朋友分享。

紫晴到訪姑媽的家時，即使遇上小小的困難，亦時刻不忘要保持信念，向天父禱告，祈求天父帶領我們走出困境。幸好紫晴能夠堅持心中所想，最終我們亦帶着這份信心找到姑媽，並向她表達新年的祝福。我們看見紫晴不但能常常感恩，而且更能自省其不足之處，實在難得！

最後，我們從這次拜年活動中學習到心存感恩，互相欣賞及在生活中緊記要堅持心中所想，保持心中的善良。

一切從感恩開始；感恩從一切開始！

中小組優異 四智 陳申然

「一切從感恩開始——冷倒了」

有一次，天氣寒冷，簡直像極地一樣啊！媽媽說她要外出買東西，我很想跟她一起去，媽媽說：「如果要跟我一起去，就要多穿衣服。」但我沒有聽媽媽的勸告，穿了一件衣服便外出。

買完東西後，我突然打了一個大大的冷顫，身體覺得很不舒服。媽媽摸了我的頭，然後說：「不好，你可能發燒了！我和爸爸會帶你去看醫生。」看醫生時，醫生對我說：「小朋友，你發燒了。你在冬天的時候要留意天氣預報和多穿衣服。」說完，他開了藥給我吃。這時，我感到十分後悔，因為沒有聽媽媽的話才得到這一個下場。

回家後，我感到很累。媽媽煮了一些有營養的食物給我吃。吃完後，我喝了爸爸端來的暖水，並按時吃藥，然後在床上睡著了。我醒後，發現全身濕了，原來我睡覺的時候流了許多汗。爺爺和奶奶趕來為我擦汗，他們小心翼翼地拿著布擦了我身上的汗，讓我不會容易感冒。三天後，我的病終於康復了！

在這個經歷，我要感謝很多人。感謝媽媽給我有營養的食物，感謝爸爸給我暖水喝，感謝爺爺和奶奶為我擦汗，感謝醫生開藥給我吃。我要感謝的人真多啊！感恩生活、感恩家人、感恩一切。

家長回應

如果說成長是一條佈滿荊棘的路，那麼親情之愛則是這條路上的最溫柔的光。父母對子女的愛永遠是無私的，不求回報的。

想不到在父母看來是十分平常的舉動，在孩子的內心卻留下了溫暖的漣漪。我們的生活中其實在不經意間都會有許多溫暖的饋贈，如果將這些看成必然，它就會雲淡風輕般過去；如果心存感激，就會有不一樣的收穫，它會點燃你內心的光，給你溫暖，給你勇氣和力量。

慶幸孩子能在點滴中學會感恩，在感恩中懂得愛，體會生活的美好，常懷感恩之情，就懂得將迎面而來的一切化為美好！



中小組入圍 三智 王韻茵

「一切從感恩開始——一家人吃麥當奴」

昨天晚上，我們一家人一起回家。突然，我和弟弟都感到肚子餓，弟弟立刻大叫！我便說：「爸爸我可不可以吃麥當勞？」爸爸說：「可以。」我和弟弟都很快樂。

接着，我們到了麥當勞，我和弟弟點了麥樂雞餐，媽媽點了漢堡包和薯條，爸爸點了巨無霸。我們都開心地吃晚餐。

我很感恩爸爸，因為他給我買麥當勞，所以我很感恩他。我還感恩三餐都得到溫飽，因為世界上很多人連吃飯都成問題，所以我已經很幸福了。由感恩開始，世界才會變得更好。



家長回應

韻茵，爸爸和媽媽看完了您寫的「一切從感恩開始——一家人吃麥當奴」，原來您已學懂感恩，珍惜食物，還能用文字表達自己的感受和分享開心的事情。我們看了也十分感恩能看到您的分享，希望日後您可以和我們分享更多感恩的事！

中小組入圍 四信 庾樂平

「一切從感恩開始 — 走過『疫』境」

新冠疫情終於過去了，真的很感恩天父。

在三年多的疫情中，天天要帶口罩、檢測、勤洗手，生活得很緊張，內心盼望疫情早日結束，過正常的生活。我時常禱告，盼望主帶領我們走出困境。

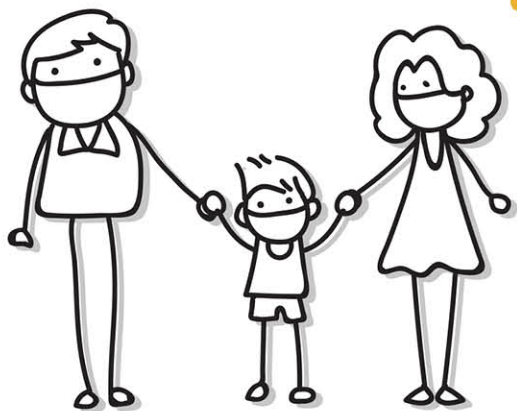
今天終於實現了。在主的引領下，我們生活更好，感恩天父。



家長回應

三年多的新冠疫情終於過去了，感恩天父的庇佑，使我們重現歡顏。小朋友從中學會互相幫助，注重勤洗手、戴口罩、打疫苗等等的衛生習慣，學會感恩珍惜生命。

小朋友的進步，離不開老師的真誠教導，多謝老師，多謝天父。願在天父的引領下，我們的生活更美好。



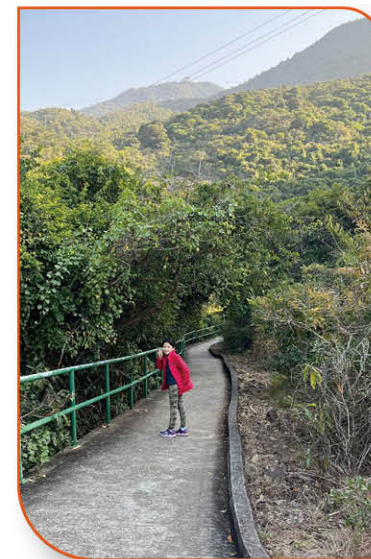
中小組入圍 四智 鄔凱齡

「一切從感恩開始 — 山中行」

今天我和爸爸一起去行山，走到一半就停下來休息半分鐘，之後，一步一步地走上斜坡，見有一個涼亭，就在這裏休息一會兒。沿途我看見美麗的大海，蝴蝶在飛舞，想不到香港竟然有這麼美麗的一面。

繼續往前到目的地，走到一個地方令我感到緊張，可能一差錯腳便會跌落山。但是，爸爸一步一步地走，我又一步一步地走，只要走這條樓梯就可以到目的地。到終點後是美麗的大草原，微風吹過，大草原的花在草地上動來動去，我和爸爸坐在凳子上，看着美麗的大草原，一邊吃麵包，真是最佳享樂。

這個體驗令到我的膽量更大，學會遇到任何困難也不會服輸的精神。



家長回應

看到你面對恐懼，仍提起勇氣一步一步的前進目的地，沿途看到美麗的風景，能享受大自然。希望你能凡事感恩，學習勇於挑戰和嘗試，健康快樂地成長。



初小級

初小組冠軍 一愛 陳軒樂

「一切從感恩開始 — 學懂感恩看見愛」

時光飛逝，轉眼間我已經是一年級的小學生了！在這幾年時間裏，我學會了一件很重要的事情，那便是感恩！

感恩一切從心開始！當我從媽媽的肚子裏呱呱墜地，被帶到了五彩的世界，感恩媽媽，是她無微不至的照顧，所有的點點滴滴都包含媽媽對我的愛。爸爸在外辛苦賺錢，有空就陪伴我們，無時無刻也在愛著我！父母的愛比山還高，比海還深，學會感恩，孝順父母。

在成長的道路上，不僅要感恩父母，我也漸漸懂得要感恩朋友、同學和老師。感恩朋友的關心與陪伴；感恩同學的幫助；感恩老師的諄諄教導，教會我做人的道理。

學會感恩，懂得感恩，讓世界充滿愛！

家長回應

聖經上說「要常常喜樂，不住地禱告，凡是謝恩……」（帖撒羅尼迦前書 5:16-18 上）

感恩是多麼重要和必須的一項品格。感恩是快樂的泉源。我認為教導小孩學會感恩，懂得感恩，這是可以培養小孩有正面的情緒和健康的體，更會與人建立良好的關係。

作為家長的我，很開心軒樂慢慢學習到感恩，懂得感恩身邊的一切。無時無刻保持一顆感恩的心，那一切都是很美好的，即使遇到困難，都會努力克服，勇於挑戰，樂觀積極向上，什麼困難都不怕。



初小組亞軍 二誠 黃衍博

「一切從感恩開始 — 兄弟情」

我是二誠班黃衍博。以前我是家中的獨生子，家人都十分寵愛我。可是，我覺得很悶，我很想有一個弟弟陪我一起玩。

不久之後，我的家真的多了個弟弟，他叫黃衍喬。他長得可可愛愛，也很得家人寵愛。他一天一天長大，開始和我玩耍。我們每天都會吵吵鬧鬧，又哭又笑。媽媽教導我們要相親相愛，互相包容。

我很感恩有個這麼可愛的弟弟，他的出現豐盛了我的人生。我們兄弟會繼續相親相愛。在基督的愛下互相扶持，快樂成長。弟弟的出現不但沒有減少父母對我的愛，反而令我們一家人更加懂得感恩和更加懂得互相體諒。感謝主。



家長回應

我很感恩衍博凡事懂得感恩，他沒有因為弟弟的出現而不開心或者妒忌怕弟弟分薄了家人對他的愛。相反，弟弟出世後，他一直對弟弟照顧有加，時常幫忙分擔家務，擔當了一個小幫手的好角色。

畢竟小朋友在相處中難免會有小磨擦，但他們都會懂得退讓，勇於認錯，懂得反思，繼續在神的愛中一起快樂成長。

最後希望我的小孩和基真每一個孩子都能在耶穌的愛中繼續自小培養感恩之心，快快樂樂開開心心共同學習共同成長。

「親愛的弟兄啊，我們應當彼此相愛，因為愛是從神來的。凡有愛心的，都是由神而生，並且認識神。」約翰一書 4：7

初小組季軍 一智 林子淳

「一切從感恩開始 — 護蛋行動」

在護蛋行動的第一天，老師派給我們每人一隻雞蛋，然後讓我們把雞蛋好好照顧。可是在放學的時候，我不小心把放在盒子裏的雞蛋掉在地上打破了。我當時眼睜睜看着雞蛋，哭個不停，同學們過來安慰我，他們關心地對我說：「你有沒有事呀？」我傷心地說：「我沒有事，只是雞蛋弄破了！」

從這件事情上，感恩在我不如意的時候，有許多同學在身邊陪伴和關心我，而且會主動幫助我解決問題。



家長回應

護蛋行動這個活動，是將雞蛋交托給小一的同學照顧，希望他們從中感受父母日常照顧孩子的情況與心情，明白在悉心照顧下才能健康成長，並且學懂生命的寶貴，讓他們尊重和珍惜生命。雖然子淳在第一天放學時，已經不小心把雞蛋跌破了，令他在滿心期待的心情下感受挫折的滋味。

我感到從這件事情中，反而令他體會到在人生成長中不可缺少的就是朋友間的友誼。當他的雞蛋跌破的時候，面對傷心、徬徨之際，身邊的同學紛紛上前幫助、關心和安慰，令他的心靈上得到撫慰。這次難忘的經歷，相信對他來說定是上了寶貴的一課。感恩他不會因一次失敗而卻步，反之勇於再次挑戰，回家後主動要求再給他一隻雞蛋，並說：「今次我一定會非常小心保護雞蛋，不會令它再打破的。」他學懂了更加小心翼翼地保護雞蛋，最後終於完成任務！

初小組優異 一信 杜以芯

「一切從感恩開始 — 爸爸媽媽辛苦了」

給親愛的爸媽：

學校的親子運動會，因爸爸要出外公幹，所以由媽媽出席參加，但最後媽媽跑步意外受傷，到現在仍需要接受物理治療。媽媽不但沒有埋怨半句，更每天用心照顧我和弟弟。

於復活節期間帶我和弟弟去海洋公園和去戲院看戲，辛苦媽媽了。媽媽謝謝你受傷了仍要照顧我們，也要謝謝爸爸辛苦出外工作，希望爸爸快回來陪我學習。



家長回應

對於這次學校親子運動會，本來打算由爸爸參加親子比賽項目的，爸爸一向有做運動習慣，但最後因爸爸被公司安排要出外公幹三個月，所以由我來替爸爸參加親子比賽。

一向少做運動的我，為什麼也要硬着頭皮參加這次親子比賽？我大可以回覆通告的時候選擇「不參加」的，但原因就是…以芯今年升上小一，今年是疫情後復常的首個運動會，以及因為不想因因只坐在看台上看著同學們有父母陪伴參加比賽，而自己就沒有份，心裏面有酸溜溜的感覺，也因為媽媽很想陪伴以芯成長，不想錯過她的任何成長過程，能見證着以芯開心快樂地成長，便很滿足，這就是我的初心！！

這次運動會比賽中，並沒有得到任何獎項，我因不小心地跌倒受傷了，最後還要抽時間去做物理治療，日常也要照顧着兩姊弟，身心疲累極了，但這些都不緊要，希望藉此讓以芯知道媽媽的付出，以及無論比賽輸還是贏，都是一個體驗一個過程。人生裡面，有高低起跌，這些跌跌碰碰，確實少不免，跌倒後受傷了，學懂振作起來，下次再有充足準備、更有信心更有勇氣，再去迎接新挑戰，要贏人先要贏自己，不和別人比較，定會取得好成績，這就是人生！

初小組優異 一望 潘仕軒

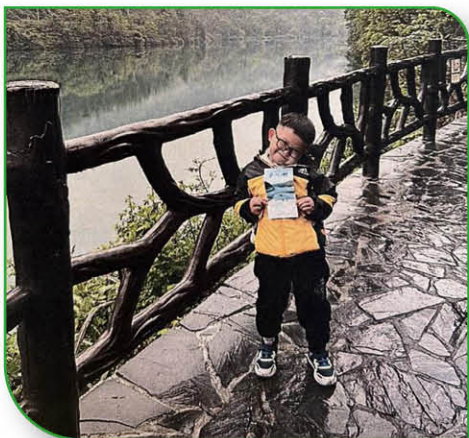
「一切從感恩開始 — 郴州旅行」

在復活節假期期間，我和家人一起到湖南郴州旅行。

我們在郴州欣賞了高椅嶺奇特的山景，感受大自然的神奇。我們在小東江看到美麗的溶洞和瀑布，感受它們給我們帶來的快樂和美好。我們感恩自然風光的美麗，這是大自然的恩賜。

我們吃了很多湖南的特色美食，感恩辛勤捕魚的漁夫伯伯，讓我吃到小東江的嘸嘴魚，它們很好吃。

我很感恩家人的陪伴和愛。我們在一起渡過了愉快的假期，這將會成為我珍貴的回憶。



家長回應

復活節期間，我們來到湖南郴州旅遊，分別到了風景如畫的高椅嶺和譽喻為「湖南九寨溝」之稱的小東江。感恩大自然的鬼斧神工，令孩子在這次旅行中看到一幅幅美景佳作，同時感受到當地不同的特色美食和人文景觀。

初小組優異 二望 譚詠欣

「一切從感恩開始 — 繽紛生活的人和事」

每天日常生活中都有着不同的人和事。

感恩我有乾淨的水喝；
感恩我有美味的食物；
感恩我有電子遊戲玩；
感恩老師的教導；
感恩同學的陪伴；
感恩我有很多玩具玩。
感恩我所擁有的一切，使我生活充滿色彩。



家長回應

小時候，大滿足。心常感恩令簡單事物也感到快樂。

每個子女都是獨立的存在，有自己的思想和意願。父母就像領航員，在他們成長的道路上陪伴前行。成長的過程中會出現不同的人物、環境和事情，從中學到不同的感受和知識。

長路漫漫不會事事成功，失敗亦不要氣餒。父母要多欣賞子女，不要太多的期望放在子女身上，變成彼此的壓力。

父母最大的感恩就是子女能夠身體健康，愉快成長。

初小組入圍 一望 譚靖

「一切從感恩開始 — 天父聽我禱告」

有一天，爸爸駕車來學校接我和妹妹放學。爸爸在駕車期間，突然感到很頭痛，於是我和妹妹為爸爸向天父祈禱。爸爸感到頭痛止住了。我感謝天父，在我覺得擔心的時候，醫治了爸爸的頭痛，也幫助我們安全回家。



家長回應

有這次「一切從感恩開始」作文比賽非常好，讓我們學習感恩。這次作文比賽中，靖靖所寫的事件，原本靖靖和爸爸都沒有向媽媽提及，藉着作文，媽媽才知道原來靖靖當時的心情十分緊張，擔心回家的安全。感恩的是靖靖知道天父是我們隨時的幫助，所以在日常生活的困難中，他會向天父祈禱，讓他自己經歷到天父的真實及愛。不再只是聽到爸爸、媽媽在天父裏的經歷，是靖靖自己建立的關係及親身體會。

感謝學校校牧事工推動「感恩」文化，提醒我們生活中雖然會有不少挑戰或困難，但也有很多值得我們感恩、感謝的事情，提醒我們生活中同時有很多美好的事發生，也提醒我們天父的愛陪伴着我們，只要我們願意向祂祈禱，不論是大人或小朋友，都會經歷天父的真實及幫助。

初小組入圍 二信 何彥輝

「一切從感恩開始 — 親子運動會」

感恩在剛過去的親子運動會上我學懂了三樣重要的事。

1) 尊重別人：

每個人都有不同的才能，各有強項和弱項，我們不應該因為自己技術好、有能力，就取笑較自己差的人。這是不尊重別人的表現，更會使別人感到難受，影響彼此的感情。

2) 遵守遊戲和比賽規則：

遊戲規則的作用是使大家有清晰的指引，並能夠公平地處理遊戲中可能出現的糾紛。我們參與比賽或遊戲時也要願意遵守規則，接納勝負的結果。

3) 體育精神：

體育精神是志在參與，不計較結果及成敗態度。每項比賽總有勝負，如果發覺自己勝出機會較小，便拒絕參與或無心參與及放棄，我們便永遠停留在失敗中無法學習面對挫折。

「感謝天父令我有此得著，希望大家喜歡以上的分享。」

家長回應

感恩有幸入圍「一切從感恩開始」的作文比賽，首先要感謝的是疫情漸趨緩和，大家都回復正常的生活，能夠重拾過往的習慣與規律，令同學們帶來希望與興奮。

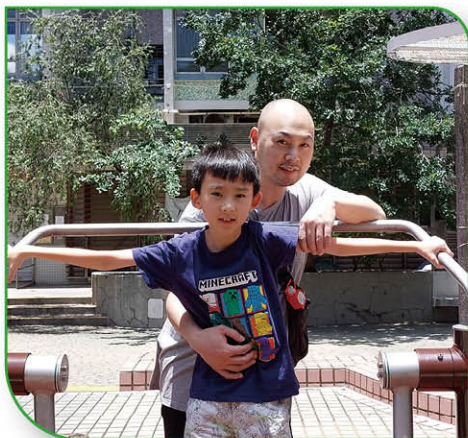
感恩彥輝是個喜歡返學的孩子，二年班已差不多完結，現在進入準備考試的階段，媽媽看見你已開始努力用心溫習，我們都感到十分欣慰。但記住考試固然是困難，但亦是人生中必定要面對的挑戰，考試名次不是最重要的，最重要是賽後檢討，試後分析自己出現了什麼問題，是一時大意或是未充明白題目……讓以後再次面對同樣問題時可以得到改進。希望你不要給自己太大壓力，爸媽知道你盡力了便已足夠。加油！

初小組入圍 二望 戴竣麒

「一切從感恩開始 — 爸爸的陪伴」

每逢假日，爸爸經常帶我到公園玩耍。記得有一次，我和同學在公園玩耍。當我們玩得很開心的時候，突然有一個人騎着單車把我撞倒，我十分害怕，便大哭起來。爸爸立刻上前溫柔地安慰我，還背起我一起回家。

爸爸，我感謝您的愛護和照顧，我愛爸爸！



家長回應

竣麒：

爸爸也愛您。愛護和照顧孩子是父母應當的責任。爸爸因工作關係，深夜才能下班。回到家裏，您已經上牀睡覺了。我深怕把您弄醒，只能默默地看著您熟睡的樣子，輕輕地撫摸您的臉。當我起床上班，您已經上學去了。爸爸只能在放假的日子裏，才能陪伴著你，爸爸感到非常歉疚。可是您不但沒有發出怨言，還體諒爸爸的工作，爸爸要向您說聲感謝 ---- 我的寶貝兒子。



校牧事工介紹

基真小學創校於1961年深水埗順寧道，同年教會已在校舍內舉行福音聚會，直到1963年正式成立基真堂，所以基真堂與基真小學堂校合作已有60多年歷史。2002年基真小學遷來華荔社區的新校舍，堂會更成立家長資源中心和安排教牧同工教授聖經課，進一步加強堂校合作。

隨着區會推動「校牧事工」，倡導每一間區會學校都有區會堂會，協助推動基督教教育，建立愛的氛圍，實踐區會辦學願景「並肩培育豐盛生命·攜手見證基督大愛」。我們於2009年成立校牧事工團隊，由學校教師和教會同工一同協作，服侍學生家長，得到美好的成果。

學生服侍：教牧同工教授聖經課，周會崇拜信息分享、小五福音營、訓練校園福音大使，周六基督少年軍習隊……期望以基督愛的價值幫助學生成長。

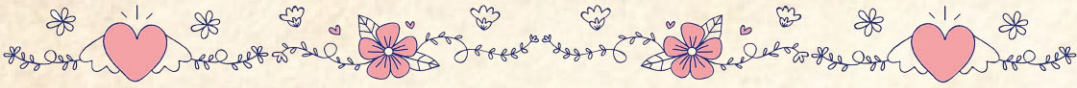


家長服侍：與家教會緊密合作，於星期一設家長小組、舉辦《兒童親子教育課程》、親子營會、文字工作出版《暖流》……協助家長以信望愛去陪伴孩子成長。



我們也與教師同行，彼此打氣扶持，建立正向真善美的校園。周六下午2:00有基督少年軍習隊，周日上午10:00有成人崇拜和兒童/青少年主日學，歡迎大家蒞臨參觀指導，一同認識敬拜上帝。願榮耀頌讚歸給看顧我們的父上帝！





歡迎投稿

- ◆ 凡與「健康家庭」有關的文章（包括家庭生活心得、親子、夫婦溝通、信仰與家庭、好書介紹等）一律歡迎，文章字數不限（或約四百字）。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。
- ◆ 來稿請附家長姓名、學生班別及姓名、聯絡電話。
- ◆ 稿件恕不退回，編者對來稿有刪改權。
- ◆ 來稿請擲回中華基督教會基真小學校務處，或電郵至基真堂keichunchurch@gmail.com。

製作團隊

《暖流》246 — 感恩祝福版十五
中華基督教會基真堂 / 基真小學 學校家庭通訊

- 顧問：鄧達榮牧師
彭潔嫻校長
- 主編及編輯：曾詠珊牧師、石守賢宣教師
- 設計及排版：浩天廣告設計
- 校對：陳鳳儀
- 文字輸入：伍翠微
- 出版：中華基督教會基真堂校牧部
葵涌華荔徑11號中華基督教會基真小學1字樓
- 電話：2958 0958
- 傳真：2958 1686
- 電郵：keichunchurch@gmail.com

