



# 天主教新民書院

## 心靈教育培養正向價值 共建關愛社區

（本報專題）各位青年人，你們有沒有懷著希望與期盼，靜候耶穌基督的來臨？踏入將臨期第三主日，也是喜樂主日，眾人在期待聖誕節的歡樂氣氛時，天主教新民書院的學生，走到油蔴地一帶，接觸區內的貧苦者，學生面露微笑，向對方問好，送上飯盒，也送贈小禮物。學生透過心靈教育的培育，懷著同理心，身同感受地關顧鄰人，學習到關懷弱小，施以援手的精神，正好回應耶穌說：「因為我餓了，你們給了我吃的；我渴了，你們給了我喝的；我作客，你們收留了我。」（瑪廿五35）

「當學生能夠覺察自己的能力，擴展至周遭的人和事物，從中培育學生的同理心，覺察社會的需要，以憐憫的心腸幫助別人。」負責推動心靈教育的李翎鋒老師說，該校由去年10月推行心靈教育，培育學生「正向生命價值，共建關愛社區」，計劃由天主教新民書院發起，聯同七所教區中學一起參與，得到優質教育基金成功撥款約96萬港元，讓八所學校推動心靈教育。

參與學校分別是天主教新民書院、聖若瑟英文中學、荔景天主教中學、屯門天主教中學、聖芳濟各書院、天主教伍華中學、高主教書院，以及聖安當女書院。上述計劃至本年12月底結束，並於本月底分別以「人生規劃」及「共建關愛社區」兩個主題進行成果分享會。

天主教新民書院以「共建關愛社區」為題，向學生推動心靈教育，校長吳華彪指出，心

靈教育結合關社，培養學生建立正向生命價值，繼而貢獻個人能力，共建關愛社區，關懷身邊的人。

該校於上學年以中一級為心靈教育與關社的學習對象，學生於倫理與宗教科完成心靈札記，上學期以「自我覺察的培養」；下學期以「貢獻自己的體驗」為另一主題。本學年該校把心靈教育推展至全校參與，包括每天早會由心靈大使帶領同學敲磬，並進行靜觀呼吸以安定心靈，準備一天的學習；也在恆常的社會服務中學習實踐心靈教育等。

### 心靈教育融入社會服務

大約60位學生及其家人，製作共100個福袋及乾花卡，送給在油蔴地廟街的坊眾。他們參與心靈教育計劃的親子社區服務，家長與學生在服務前先在校內練習靜觀，然後才開始製作乾花卡。家長和子女一起把乾花拼貼在卡上，也一起構思祝福字句，代表學校向外傳遞的心意：學生親手寫上「天主教新民書院祝你生活愉快！」同時附上聖經短句作福傳。中三學生陳栢深指出，是次首次邀請母親和弟

弟一起參與做手工，把心意送給他人，他喜見能在活動中享受與家人相處的時光。

（下接第15版）



01



03



中學  
專題



（上接第16版）家長校董暨家教會主席吳志佺與就讀中三的儿子一起參與親子社區服務，對他而言是一個嶄新經驗，「與兒子一起製作（心意卡）時，大家也感受到溫暖和愛的感覺。」他說平日多顧慮孩子的學業事宜，學校為家長提供的心靈教育及服務的活動，讓他與兒子有更多機會相聚。

參與親子社區服務的學生，走到廟街的其中一棟唐樓閣樓，踏上陡斜及狹窄的樓梯，抵達由獻主會胡頌恆（John Wotherspoon）神父有份在Mercy HK開設的「耶穌醫生中心」，學生從胡神父的分享中了解到，這個細小的空間，服務不同需要援助的人：因確診新冠肺炎而被僱主趕出家門的外籍女傭；新來港的婦女及其子女；患重病的；染上毒癮的人等等。學生從神父在廟街服務的心志，感到十分震撼。

中二生朱耀舜認為要放下身段進行服務，「派送物資時不用害怕骯髒，也不要因幫助他人而有一份高人一等的心態。」天主教徒中四生許廣鴻表示，信仰教他明白幫助有需要的人的重要，他從校內的心靈教育培養同理心，更體察外傭離鄉背井被人遺棄的痛苦，也對於胡神父在他人最困難的時候伸出援手而感動。

吳華彪校長表示，學生的分享反映他們以「非以役人，乃役於人」的心態去服務鄰人；李翎鋒老師欣賞學生懷著卑微及微末心的僕人身份參與服務，正好帶出心靈教育中，培養學生懷著同理心關顧周遭事物。

負責家教會的劉世育老師指出，藉著活動讓學生明白「勿以善小而不為」，提醒學生不要看輕自己的能力，或以為只是微不足道的事情而無心參與，從而鼓勵學生主動服務及關愛社區。

### 學習靜觀 平定心神

「邀請大家調整坐姿，身體脊椎不靠在椅背，臀部佔座位的三分之一，雙腳平放在地面，雙手放鬆放於大腿上，保持頭、頸、背部成一直線……身體放鬆……閉上眼



睛或把眼簾自然垂下，現在將以三下鐘聲開始今天的呼吸練習。」心靈大使中二級學生陳晞朗帶領眾人進行靜觀呼吸練習，他中一時自薦成為心靈大使，協助教師在早禱帶領學生靜默，「每次服務很有意義，同時也使我的心情得以舒緩。」

另一心靈大使中二生林浩蕎熱衷參與社會服務，去年在老師推薦下成為心靈大使，她說藉著接受心靈教育的培訓，同時把服務融入於心靈教育中，遇有壓力時便善用所學讓自己放鬆，也會把當中的好處與同學分享，這一切令她感到饒有意義。

陳兆雄副校長表示，每次服務時學生一起祈禱，靈修元素能幫助學生成長，更懂得以同理心看待社會。

吳華彪校長指出，選擇由初中生開始推展心靈教育，正是「把一粒種籽放在同學的內心，學生有能力幫助他人的感受，可以為他們帶來滿足感，日後或會把經驗向外傳揚，延續服務精神。」此正好回應該校主保聖人聖紐曼樞機（John Henry Newman）常強調，不要等待自己最好的時刻才發揮所長，應把握現在，盡力去服務他人。（高）



04 前排左起：學生陳晞朗、朱耀舜、陳栢深、許廣鴻及林浩蕎；上排左起：教師劉世育及李翎鋒、吳華彪校長、家長吳志佺、陳兆雄副校長及宗教及德育組統籌黃智偉。  
05 學生參與各類靜觀活動和填寫心靈札記 06 學生陳晞朗示範靜觀呼吸訓練 07 學生參與「自我覺察的培養」到京士柏公園參與體驗課，感受與大自然的連結。  
08 老師進行靜觀進食 （相片01-03，05，07-08由校方提供）