

## 2011週年活動 11月26日燒烤同樂聚會

各位師姐師妹：

我們一年一度重聚的大日子到了，舊同學會將於本年11月26日(星期六)在我們熟悉的母校操場舉辦燒烤活動，讓各位師姐妹既可談天、又可重溫昔日在校園的溫馨往事。有興趣參加的師姐妹，請盡快填妥以下的回條，並於12/11/2011前把回條連同劃線支票寄回母校。

支票抬頭：Mary Help of Christ Past Pupils Assn OLC  
母校地址：九龍黃大仙龍鳳街三號聖母書院舊同學會  
信封上請註明「燒烤同樂聚會」。  
供應食物包括：香腸、雞翼、牛扒、豬扒、金沙骨、丸類、麵包及水一支

五時恭候、六時開爐！

### 「燒烤同樂聚會」回條

姓名：		
畢業年份：	( S5 / S7 )	
聯絡電話：		
參加燒烤人數：	成人每位 \$ 100	位
	三歲以上小童每位 \$ 80	位
	合共 \$	

每爐約8-10人，如需要安排同爐，請列出同爐者姓名及人數：

---

---

查詢電話：9107 8988(朱麗嬋) / 2320 7913 (李慧敏)

2013是聖母書院建校60週年的大日子，舊生會將會安排大型慶祝晚宴與舊生歡度這個意義重大的慶典，誠邀各位校友鼎力支持，另徵是次慶典義工多名，有意者請聯絡李慧敏老師，謝謝。

Past Pupil of Mary Help of Christians Association  
Our Lady's College

Newsletter, October 2011



母佑舊同學會  
中華區聖母書院支會

會訊

一一年十月號

Address: 3 Lung Fung Street, Kowloon, Hong Kong



### 專訪馮媽梨老師 (MISS ANNIE FUNG)



問：請問妳是在哪年入職聖母書院的？執教多少年了？

答：我是在1977年入職的，距今已有34年。

問：妳在入職本校前是否曾於他校任教？

答：沒有。

問：34年是不短的日子，期間妳是否曾動過另謀高就的念頭？為什麼呢？

答：最初幾年是有這麼想過，後來就斷了念。曾想要離職是因為健康理由。須知道時刻講課會對聲帶造成負擔，繼而誘發喉嚨痛等病症。

問：妳覺得從事教育所面臨的最大難題或挑戰是什麼？而妳是怎樣克服的？

答：我覺得最大的難題是學生不合作，上課時候不專心聽講，複習時候不用功銘記。遇到學生在課堂上搗蛋的情況，我會即時制止。若是學生疏懶，無心讀書，我會循循善誘，積極勸導。

問：在本校執教的悠悠歲月是否曾給妳留下難忘或有趣的回憶？

答：難忘的當然是歷屆學生，以及一眾同事。我和學生關係良好，至今仍然保持聯絡呢。至於同事，尤其是一號教員室的，大家經常說說笑笑，共渡不少歡樂時光。

問：老師肩負培育莘莘學子的重任，難免會感到有壓力，請問妳有否減壓良方？

答：減壓方法我可多著呢！美容妝扮、逛街購物及享用美食都很不錯。消費金額不一定很高，重要的是用得其所。譬如說享用美食，雖然我會到日本旅行去吃地道佳餚，但是更樂於在香港搜羅各式美食。

問：現在退休了，妳對未來有什麼規劃？例如進修？

答：進修方面還沒有考慮，畢竟退休日子尚短，我正在適應驟然空下來的時間。(會多陪伴家人嗎？)孩子都長大獨立了，各有自己的一片天空，輪不到我去陪伴，於是我趁機多做運動。以前總想要定期運動，像是行山遠足，奈何課業繁重，根本抽不出時間，現在可好了。

問：妳有什麼人生格言或是勉勵可以和舊生分享？

答：我做人的宗旨是「多做事，少計較」。無論事情大小，該你做的，就做到最好，切莫害怕吃虧，錙銖必較。歸根究底，人的很多煩惱都來自得失計較，減少計算，自然開心得多。其實多做事又怎會吃虧呢？凡事只要用心做，多少總會學到些什麼，而勤奮學習，積累知識正是人之根本。



## 我看書法 - 朱麗蟬

還記得小學時寫的「上大人、孔乙己」嗎？還記得那個很臭的、帶回校時很怕弄髒書包的墨盒嗎？我想.....除了這些瑣事，很多朋友們都忘記怎樣寫書法了！離開校園後，除非對書法真的很有興趣，大多數朋友都不會主動地跑去學習的。

我的「筆墨緣」是始於工作壓力大及所引致的失眠，機緣巧合地由朋友介紹開始踏出學習書法的第一步。由減壓開始，慢慢提昇到喜好，最後還加入了香港書法愛好者協會成為會員。

在研習書法的過程中確實領悟了不少道理。中國書法是世界上獨一無二的，在黑與白、點與綫的千變萬化中完成人的精神創造和情感宣泄，它所表現的精神內涵是與中華傳統文化一脈相承的。中國傳統文化中，儒家思想佔很重要的地位。關於忠、孝、仁、愛的人生道理，透過詩詞歌賦流傳至今。

除了從這個比較嚴肅的角度去看書法，其實書法跟養生之道有密切的關係。它可使人陶冶性情，心平氣和、不急不躁，不慌不忙。學習書法有很多好處，在這願與你們分享一點點：

### 書法可以減壓和醫治失眠

記得有一位聲樂老師對我說過，要放鬆自己就必須將自己集中在「一點」上。書法就是把整個人集中在紙、筆、墨上。開始時，寫什麼不重要，美不美也不重要，因為藝術是很主觀的。有了這觀念，便可以盡情地寫(塗鴉)。盡興後，人倦了，身心也鬆弛了，這樣，便很容易進入夢鄉。

### 書法使人勇於面對挫敗、培養耐力

現代書寫如果有差錯，刪除或塗改是一件輕而易舉的事情。用鉛筆、原子筆、墨水筆寫的字，可以用膠擦、塗改液更改。若要更改電腦上所寫的字，按一下鍵盤上「刪除」便成了。書法！不容有錯。因為落筆錯了就錯了，不能更改的。那麼，錯了怎辦？唯一的方法就是從頭開始，儘管你在一百個字的作品中已完成了九十九個字，第一百個字敗了筆也要重頭開始。久而久之，便磨練到一種不怕失敗，再接再勵的精神。

### 書法使人心平氣和、達到養生之道

所謂「欲速則不達」。要完成一篇自己滿意的作品，必須以不急不躁、不慌不忙的節奏書寫。按照有序的節奏，一筆一畫地寫，不知不覺間就可調適生活的節奏，調適身心，對任何事情都處變不驚，心平氣和地去面對和處理。

其實學習書法有很多好處和樂趣，以上只是我的一些體會和分享而矣。祝各位身心康泰！祈望在聚會中見到大家。



## 慈幼大家庭消息

慈幼會總會長查偉思神父於 2009 年聖鮑思高瞻禮日上，發動為期數年的「會祖聖髑」朝聖之旅。這聖髑寶箱已由意大利出發，到訪五大洲，路線以慈幼會全球各會省為依據，將於 2015 年返抵羅馬。它於 2011年3月25日 至 4月10日 蒞臨港、澳、台，受到各方面的盛大歡迎。在 3月31日，把整個香港主教座堂擠得水洩不通。

目前慈幼會的足跡已遍及全球 130 多個國家及地區，會士共一萬六千多位。而慈幼會所培育的主教數目，在全球修會中排名榜首。教宗最近委任慈幼會會士韓大輝神父榮任萬民福音部秘書長，是首位中國人在教廷出任如此重要的職位，實在是慈幼會及中國人的光榮。

2012-2013 是重要的一年，將會有以下的慶典：母佑會來華 90 週年、聖母書院創校 60 週年及天主教母佑會蕭明中學創校 40 週年。

為慶祝慈幼會創立 150 週年，及聖鮑思高神父 200 週年誕辰 (2015年)，慈幼舊生梁廣榕先生由教育基金會設立聖鮑思高父獎學金，暫訂每年頒發 \$100,000，以獎勵慈幼大家庭屬下港澳台中學之最優秀學生。

麥佩玉修女於 2011年7月6日 病逝台南市成大醫院，享年 85 歲。胡德賢修士於 2011年9月28日 因肝癌在香港病逝，享年 62 歲。他曾任香港仔工業學校及葵涌天主教慈幼會伍少梅中學的校長多年，請為以上兩位修士及修女的靈魂安息而祈禱。