



走進非遺系列之：「食盆」

談及盆菜，不少人首先想到的，是冬至或新年時一家人圍坐在一起夾著各式菜餚，邊吃邊談天說地的溫馨場景。這道看似簡單的盆菜，其實背後隱藏著香港四百多年的文化脈絡，並於2017年被列為香港首批非物質文化遺產代表作。

撰文：小豚編輯

傳說與史實交織的起源

論及盆菜的起源，民間流傳著幾個版本。其中最廣為人知的說法，源於南宋末年。相傳宋帝南逃至廣東寶安一帶避元兵追殺，當地圍村村民見勢急促，無足夠碗碟款待聖上，遂將豬肉、魚鮮、蘿蔔等食材層層堆疊於大木盆中燜煮，讓皇帝與隨從圍盆而食。此後，這種「盆菜」便成為村落圍餐的標誌性菜餚，代代相傳。

然而這些傳說雖然富有傳奇色彩，卻缺乏同期史料佐證，被學界視為後人為既有的習俗披上了「帝王光環」。而實際上盆菜更可能是明清時期圍村社會自然演化的產物。明萬曆年間，新界客家與圍頭人聚落趨於穩定，村民在婚嫁、祭祖、太平清醮等重要場合，習慣「夾份」湊菜，將各家準備的食材集中於木盆共享。此舉的做法既節省碗碟，製作上又便捷：將食材層層疊放，後淋上湯汁，在烹煮的過程中讓其自然滲透各層食材，繼而產生獨特的鮮香風味。清代地方村志中偶見「盆宴迎賓」的零星記述，足以印證其已成為常態。至民國時期，《華僑日報》等報章始見有刊載新界「食盆」的風俗，而六七十年代的黑白照片更如實捕捉了村民環盆共食的生動場景，從這些史實脈絡可見，盆菜並非源於一時興起的突發奇想，而是根植於圍村「大家庭」生活的實踐智慧。它由封閉的宗族儀式起步，逐漸向外擴散，映照著香港由農

村邁向都市的
歷史轉
型。



現代新式盆菜

祖同宗，味同源

食盆菜也有禮數講究。傳統吃法名曰「圍盆」，眾人圍坐於一個大盆前，取公筷自上而下取食。在婚宴場合，新人必先夾頂層最好的菜餚敬獻長輩，象徵融入宗族、服膺倫常；在祭祖時刻，先獻神靈後族人共享，祈願家運昌隆、四時安康；在新生兒「點燈」儀式（宣告添丁）中，「食盆」成為宗族正式確認新成員身份的關鍵。「食盆」因此成為確認身份、維繫血脈、強化認同的儀式載體。在英殖時期，它更進一步強化了圍村對抗城市化衝擊的文化凝聚力，讓散居他鄉的後代返村時能重溫根源。

在經濟未發達的年代，盆菜採用的食材均屬尋常百姓家常小菜。最下層放置蘿蔔、筍乾、豬皮等易於吸納湯汁的食材；中層則是各類肉食及海鮮，如燜肉、炸豬皮、魷魚；最上層乃功夫菜餚，諸如豉油雞、蜜汁叉燒等主菜。每款食材都有其含義，譬如髮菜寓「發財」、魚腹寓「富餘」、蘿蔔寓「好景常在」，整盆菜餚用蠔油及南乳文火燜煮，下層食材逐漸吸收上層菜式的汁液後愈見香濃，此種做法正正彰顯了「物盡其用」的鄉村智慧。



從盆菜中看到社會縮影

層層堆疊的食材也暗喻了整個社會的結構：最上層的高檔食材象徵社會權貴，最下層用來吸納汁液的食材則代表平民百姓各司其職、各得其所。作為主菜之一的豬肉，從前只有宗族內的長老及男性村民才可以享用，女性族人及其孩子們甚至不能參與食盆，豬肉在這個活動裡就是一種身份的象徵，輩分的證明。但隨著時代進步，圍村人也希望有更多人瞭解這段歷史，因此對食客的限制也放寬了，村民不再介意村中的婦女、小朋友來食盆。



至二十世紀中後期，香港經濟騰飛，盆菜開始進入酒樓，不復為村落之專屬，其樣式也開始「進補」，於上層加入鮑魚片、海參、龍蝦、花膠、魚翅等珍貴食材，層數亦由五層增至八九層。為了吸引更多食客，食肆近年對於盆菜的創新花樣也是五花八門。有素食版本（以菇類及豆製品代替肉食）、清湯版本（改變傳統濃汁風味）、主題版本（如融入桂花或芋頭的中秋盆菜），更有甚者嘗試加入芝士或意大利粉，一改盆菜的傳統風味。而食盆菜的方式則更為靈活，不單止市面上有分量較少的家庭裝盆菜售賣，亦有餐廳提供「客選翻層」服務，讓顧客自行選擇想品嚐的層級。許多盆菜的包裝設計得更加便利，採用分層盒裝，溫熱後即可享用。自此，盆菜也從日常菜式蛻變為身份及品味的象徵。



現今盆菜已成為香港人乃至海外華人共同的文化記憶。許多移居國外的華人適逢農曆新年，都會特地訂購一份盆菜以寄託對故鄉的思戀。從南宋傳說到明清實踐，從祠堂木盆到都市金屬盆，盆菜見證了宗族興衰、香港逐漸邁向現代化進程的完整變遷軌跡。它以最平凡的食物形式，承載最深沉的故鄉情懷與文化認同。願更多人能夠在層層滋味中延續「盆滿鉢滿」的永恆期許。



從動漫世界看見上帝真道的種子

撰文：小豚編輯

諸聖座堂的范晉豪座堂主任牧師是一位不折不扣的「動漫迷」。自小學起，他便喜愛觀看各類動畫漫畫，亦熱衷收藏模型精品；這些看似「幼稚」的興趣，一直滋養著他的想像力與信仰反思，成為他牧職旅程中獨特而重要的養分。

范牧師坦言，看動畫讓他得以保有一份童心。那些天馬行空的世界觀與誇張的角色設定，為他日後撰寫講章、設計講義時提供了不少靈感。例如在《鬼滅之刃》中，炎柱以堅毅的勇氣與堅守原則，為主角群作出榜樣，推動他們在困境中覺醒成長，這種「以生命喚醒生命」的力量，令他聯想到信仰群體中彼此守望的使命。至於少女變身類型的作品，則呈現青少年對未來的憧憬以及對成長的想像，讓他在牧養學生時，更能理解他們內心對自我塑造與身份認同的渴求。

而范晉豪牧師小學時期最喜愛的作品是《筋肉人》及《鐵拳浪子》。《鐵拳浪子》講述出身底層的少年矢吹丈，從流浪街頭、誤入歧途，到在教練丹下段平的陪伴下，透過拳擊找到人生方向與存在意義的故事。范牧師被這種「從失序到重建」的歷程打動：一個原本被社會忽略甚至標籤的青年，在一次次失敗中成長，學會面對自己、尊重對手，最終在不完美中活出尊嚴。在他看來，這正與基督信仰中「破碎生命被重塑」的核心極為貼近。

身為手辦收藏愛好者，范牧師不單欣賞作品本身，亦在動手為模型上色、組裝的過程中，體會到另一層屬靈意義。當專注為細小零件上色、拼合時，彷彿沉浸在天父創造世界的心情之中。他最珍而重之的一件手辦，是一位罹患癌症的教友在臨終前贈予他的「筋肉人」模型，還在模型上寫下勉勵字句。這份禮物對他而言已超越收藏價值，每次看見，便會想起對方，成為承載生死別離的紀念。

在許多動畫中，犧牲、責任與抉擇等主題總是被反復提及，范牧師認為這些故

事情節令人聯想到上帝無私與捨己的愛——愛到極致，便指向救贖。以《葬送的芙莉蓮》為例，精靈魔法使芙莉蓮在勇者團隊解散多年後，才在夥伴相繼離世中意識到別人的重要，於是再次踏上旅程，試圖明白「離別」與「記憶」的分量。范牧師認為，芙莉蓮帶著過去戰友的回憶繼續前行，宛如教會在主耶穌的犧牲與歷代聖徒的見證中承傳使命：斯人已逝，但精神永垂不朽。

面對學生與年輕信徒群體，范晉豪牧師深知若只是一味「講經說理」，往往難以引起共鳴。而動畫以超現實的方式折射現實人生，運用創意重新詮釋人性的掙扎與盼望，正好成為傳遞普世價值和「道的種子」的橋樑。《咒術迴戰》中，人類累積的負面情緒會化成具破壞力的咒靈，必須由咒術師以同樣源自負面能量的力量予以消除。范牧師會藉此引導學生思考：我們該如何面對自己的憤怒、恐懼與自卑？能否學習把這些負面情緒轉化為推動自己成長的動力，而非壓垮別人的武器？透過將作品情節延伸至心理學與信仰反思，他期望年輕人明白，情緒並非單純「好」或「壞」，而是需要被辨識、整合和善用的力量。

童年時的他成績優異但頗為調皮，隨著成長與信仰的塑造，他學會在保持真我的同時，不被他人的聲音所影響——只要問心無愧、對得起上帝與自己，便是最重要的修行。從手辦模型到講道講章，范晉豪牧師在眾多作品中看見的不只是熱血與感動，更是上帝在世俗文化中隱藏的回聲。基督徒完全可以在流行文化裡尋見福音的線索，並將之轉化為關懷年輕一代、回應時代處境的創意媒介。



范牧師與他的眾多收藏品合影



栩栩如生的《筋肉人》模型手辦



Yama Babies 出發啦！

香港原來不止有商場和遊樂場！這次我們 Yama Babies 於新年變身為小小探險家，背起背包，帶上水壺和帽子，一步一步用自己的雙腳去發現香港的美麗景色。從海景山徑，到巨型奇石，再到壯觀水壩——原來只要願意走出去，香港處處都是驚喜！

郭皓晴中心主任
(聖公會聖約瑟堂暨社會服務中心)

第一站：山頂盧吉道

今天第一站去了山頂盧吉道。導師說這條是「BB級」行山路線，因為道路十分平坦，沒有太多上落坡，非常適合我們熱身。我們沿着山脊行走，可以在高處俯瞰漂亮的維多利亞港，海面和高樓大廈變得很細小，就像縮小了的模型世界！行走的時候，我們不僅僅是在走路，還學會了看地圖、找標距柱，知道自己身在何處，並嘗試計算自己走了多遠。原來行山也可以學數學呢！沿途我還看到吊鐘花、印度橡樹和苔蘚，感覺好像變成了森林探險家。輕輕鬆鬆就完成了第一站，真的很開心！

第二站：紅梅谷到望夫石

第二天挑戰升級！我們去了紅梅谷，目標是望夫石。這條路比昨天辛苦多了，有很多樓梯，又陡又長，我又熱又累。不過導師說：「相信自己做得到。」於是我一步一步地向上走，沒有放棄。原來看起來又陡又難走的路，只要和朋友一起聊天、和途人打招呼，其實不知不覺就走到了！最後我們只用了45分鐘就從馬路邊走到望夫石，還「超額完成」呢！到達山頂看到望夫石，哇！真是又大又壯觀！導師還講了它的民間故事給我們聽。那一刻我覺得，原來自己真的有能力完成困難的事情。

第三站：大潭水塘

最後一站，我們去了大潭水塘一帶。這裡是香港其中一個又美又容易行走的行山地點。我們首先去看大潭篤水壩，站在水壩底下覺得自己很渺小，就像進入了小人國！還有百年歷史的石橋和寬廣的湖景，風景真是非常震撼。路面很寬，我們可以邊走邊跑，也不怕撞到人。對我們來說真的輕鬆又開心。不過因為行程緊湊，走到大潭中水塘就要回程，有點不捨呢！

小腳丫總結：

原來香港有這麼多又美又好玩的行山地點！行山不僅是走路，還可以學到知識、鍛煉體力，而且最重要的是——學會堅持和相信自己！下一次，我們再出發！

羅卓淋：

雖然我只有四歲，要走很多又高又陡的樓梯，但我可以靠自己的雙腳一步一步走上望夫石。途中我沒有放棄，因為導師說要相信自己有能力，就算走很久總會到達目的地。到山頂看到望夫石，真的又大又壯觀，導師還介紹了望夫石的民間故事給大家聽，讓大家更了解這塊大石頭。



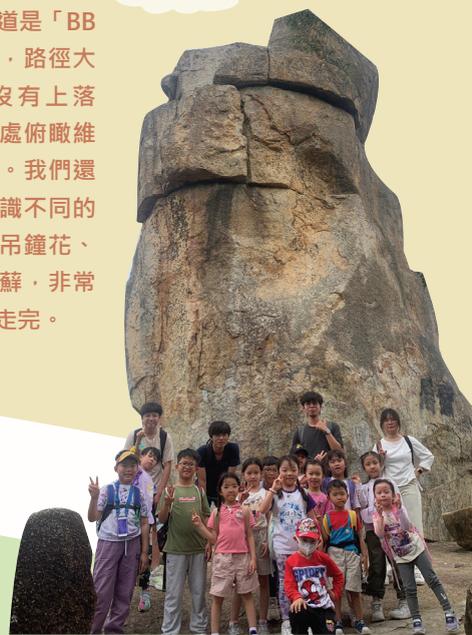
霍朗祈：

第一次到大潭郊野公園，導師先帶我們去看大潭篤水壩。站在水壩底下覺得自己很渺小，而且看到汽車在壩上行駛，自己好像去了小人國一樣。之後走上大潭郊野公園就看到很大很大的湖面，遠望剛才的大潭篤水壩，景色完全不同，而且水壩非常壯觀。路線不難，路面又寬，跑步也不怕撞到人，很適合不同人士行山。



李昊津 / 李彩滢：

山頂盧吉道是「BB級」行山路線，路徑大部分平緩，沒有上落坡，又可在高處俯瞰維多利亞港美景。我們還可以在路邊認識不同的生態植物，如吊鐘花、印度橡樹及苔蘚，非常放鬆又輕鬆地走完。





溫暖的便當盒

撰文：小豚編輯

初冬的陽光灑落窗戶，多多馬坐在教室的最後一排，看著同學們歡樂地聚在一起吃午飯，嘆了口氣，緩緩打開蓋子。他的便當盒裡裝著昨天的剩飯，令人毫無食欲。

自從媽媽生病以後，多多馬的生活好像被按下了暫停鍵。爸爸每天在醫院和公司之間奔波，爺爺奶奶輪流照顧媽媽，沒有人有時間為他精心準備午餐。雖然奶奶也會把他的那份做好，但看著那盒昨晚吃剩下的飯菜，他總忍不住想起媽媽曾經為他準備的佳餚。她的叮嚀仿佛仍在耳邊：「多多馬，趁熱吃，吃飽才能快快長大。」於是每當他在吃飯時，那份孤獨就會悄無聲息地襲來。

得得貓的媽媽是家長裏最會做飯的那一個。每一天，得得貓都帶著令人艷羨的精緻午餐來學校——有時是精心製作的壽司，有時是香噴噴的咖哩飯，有時是媽媽親手包的餃子。同學們常常被飯菜的香氣吸引，紛紛聚在得得貓的身邊，眼睛閃閃發亮：「得得貓，你媽媽能不能也給我們做飯啊？我拿我的飯菜跟你交換，你給我嘗一口吧！」得得貓驕傲地回答：「那不行，這是我媽媽特別為我做的愛心便當！況且，你們的飯菜怎麼比得上我的？」他說著，還不忘瞥了一眼多多馬，看到他也向自己投來了羨慕的視線，更是得意地將自己的便當往旁邊挪了挪，不讓他看見。

安安羊老師把這一切都看在眼裡。德育課上，她為全班分享了一個故事：

從前，有一個村莊。這裡的人以勤勞聞名，田地肥沃，五穀豐登。他們努力耕作，卻從不互助——因為十年前，村裡曾遭過大旱，那時有人借食不還，導

致彼此心生嫌隙。有一天，一位衣衫襤褸的途人來到村口。他飢寒交迫，於是挨家挨戶敲門：「能給我一碗飯嗎？」然而每一扇門都關得緊緊的，沒有人願意伸出援手。

途人無奈坐在井邊，將僅剩的一塊餅放進鍋裡，加了一些水，生火煮了起來。路過的婦人看見很好奇地問：「先生，你在煮什麼？」

「我在煮湯呀。」途人回答，「如果加點鹽，味道就完美了。」婦人半信半疑，但最終還是回家拿出一撮鹽給了他——反正也只是一點鹽而已，她想。

其他村民聽到了用餅來煮湯這樣的奇聞異事後紛紛趕來湊熱鬧，有人貢獻了一根胡蘿蔔；有人送來捲心菜；還有人拿出切剩的豬骨……於是，那鍋平淡無奇的「餅湯」也慢慢變得濃郁起來。

途人笑著說：「謝謝你們，這是我喝過最美味的湯。」村民第一次圍爐而坐。他們其樂融融，邊品嚐湯汁的美味邊分享務農的心得，談笑聲在村裏久久回響。孩子追上去問：「先生，你用一塊餅真的能煮出這麼好喝的味道嗎？」途人淡然地說：「多虧了大家分享的食材，才能煮出如此香濃的湯。」

故事完畢，教室裡鴉雀無聲。安安羊老師用溫柔的眼神掃過每一個學生。「同學們從這個故事中學會了什麼呢？」

過了一會兒，翰翰鼠舉起了手。「老師，我覺得……村民一開始都很自私，他們害怕分享，但是途人讓他們明白，其實分享並不會讓自己失去什麼，反而會讓大家收穫更多。」

安安羊老師微笑著點了點頭。「很好的理解。那你們你們有沒有想過，在我們自己的生活裡，有沒有什麼東西是舍不得和別人分享的呢？」

老師的提問，像一枚小石子掉進了得得貓的心裡，原本平靜的心激起了漣漪。是的，他捨不得分享。得得貓甚至把精緻的便當當作自己炫耀的資本。但這樣做的代價卻是把別人都隔絕在外，只留下自己一個人孤獨地品嚐那些美食。這和故事裡的村民有什麼分別

呢？也許……他也可以用一點點地分享給予別人溫暖。

午飯時間，得得貓在走廊裏看到正在發呆的多多馬，他疑惑的問：「多多馬，你在這裡幹什麼？你吃飽了嗎？」多多馬見到他，第一反應就想快步離開，不料肚子卻傳來咕嚕咕嚕的聲音。

「我、我吃飽了。」多多馬眼神閃躲，強迫自己不去留意同學們的午餐。於是他離開課室，這樣他就不用看著別人吃飯，也不用聽嘖嘖喳喳的歡笑聲了。

「我媽媽今天多做了一份飯，我吃不完，你幫我吃一點吧。」不等多多馬拒絕，得得貓已經打開了飯盒，裡面盛著香噴噴的雞肉和新鮮的蔬菜，還有嫩滑的蒸蛋。蒸汽從飯盒裡飄出來，仿佛帶著家的溫暖。

「真的嗎？」多多馬小聲問。

得得貓點了點頭，「早上我聽到你跟你媽媽打電話說奶奶忘了給你準備便當，我知道你家裡最近有困難。多多馬，你不用假裝沒事。」多多馬的眼眶瞬間變紅了。他拿著筷子，卻發現自己的手在發抖，一邊吃眼淚一邊止不住的往下掉。讓他動容的，不僅僅是食物的滋味，更是得得貓那份真摯的關懷。

之後得得貓的午餐總是會多出一份。班裏的午餐時刻，也漸漸地變成了同學們的美食分享會，課室裏迴盪著歡樂的笑聲。一個月後，多多馬的媽媽康復了。

她為全班烤了一大盤香噴噴的餅乾，還特別表揚得得貓對多多馬的照顧。就如聖經中所說：「你們要給人，就必有給你們的，並且用十足的升斗，連搖帶按，上尖下流地倒在你們懷裏；因為你們用甚麼量器量給人，也必用甚麼量器量給你們。」（《路加福音》6:38）得得貓顯然已經明白了那個道理：與人分享所收穫的，遠遠比自己占有的更加豐富。



趣談學科



視覺藝術之：中國畫的題材寓意

零二六年為丙午馬年，新春期間向親友祝賀「龍馬精神」、「馬到成功」等吉祥語。因為馬象徵著速度、力量、成功與忠誠，也代表勇往直前與克服困難的拼搏精神。中國畫素有「借物寓意」來進行創作，主要透過動植物的特徵姿態，文章選材或名字同音而寄予美好的寓意。

作者：楊楚傑校長



清·沈銓《松梅雙鶴圖》

- 梅：高潔優雅、不畏嚴寒、自強不息。
- 蘭：幽香清遠、清雅脫俗。
- 竹：有節虛心、不偏不倚、堅韌不拔、趨吉避凶報平安。
- 菊：隱逸恬淡、高潔及長壽。
- 牡丹：富貴榮華、昌盛與吉祥。
- 荷花：「出淤泥而不染」的純潔與清廉。
- 松柏：長青長壽、堅守信念、正氣凜然。
- 葫蘆：諧音「福祿」，寓意福氣盈滿、財祿廣進。
- 桃花/桃：愛情萌芽、碩果累累、生意興隆（「紅桃」與「宏圖」諧音）、延年益壽。
- 石榴：多子多福、子孫滿堂、團結一致、熱情吉祥。



吳昌碩：花鳥畫1919年
（畫中分別描繪了梅、蘭、竹、菊四君子外，還有松柏、芙蓉、牡丹和水仙等等。）



徐悲鴻《奔馬》



齊白石《三蝦圖》（83歲，1946年畫）

- 龍：尊貴吉祥、至高無上、長壽豐收、勇敢奮進、活力無窮。
- 鳳：代表女性高貴與尊敬、太平盛世、浴火重生、不屈不撓的精神。
- 蝙蝠：「蝠」與「福」同音，寓意福氣、幸福。
- 仙鶴：長壽、不隨俗流、夫妻和諧與忠貞。
- 喜鵲：時來運轉、喜事臨門、步步高升、天長地久（七夕鵲橋）。

- 鴛鴦：夫妻恩愛、百年好合。
- 魚：「魚」與「餘、裕」諧音，象徵生活富裕、子孫綿延、年年有餘。
- 鯉魚：「鯉躍龍門」寓努力不懈，終能逆流而上，達成金榜題名、功成名就。

奉基千禧小學 籃球隊與女子排球隊 赴台南交流集訓



為拓寬學生的國際視野、提升技術水平及促進跨地域文化交流，奉基千禧小學男女子籃球隊與女子排球隊於2025年12月分別前往台南展開交流集訓。

在五日夜的行程中，男女子籃球隊由當地著名教練Coach Daniel及其團隊全程指導。球員每日接受高強度訓練，專注於防守、反攻等戰術，並與南台大學附屬小學、安慶國小及變色龍籃球隊進行比賽，雙方球員全力以赴，氣氛熱烈。女子排球隊則於四日三夜的行程中，與多所台南小學進行友誼賽。球員在比賽中切磋球技，提升合作能力，並觀摩不同地區的訓練方式，拓闊視野。

跨地域的訓練與比賽不僅提升技術與戰術水平，更加強溝通與團隊凝聚力。期望大家將所學帶回校隊，在未來比賽中展現更高水平。學校深信，透過這些珍貴的交流機會，學生能走出課室，放眼世界，在體育與文化交流中不斷成長，為全人發展奠下堅實基礎。

基顯小學「閱」，「創」未來。童心大探索 創科築夢 啟迪未來



當深度的閱讀與創科的活力相遇，便會碰撞出童年探索的無限可能。聖公會基顯小學以「閱」，「創」未來為核心，推出「閱讀 STEAM DAY」及「童心大探索STEAM開放日」活動，讓「閱讀」與「創科」結合的課程為學生帶來沉浸式的STEAM學習體驗。全校「閱讀 STEAM DAY」，由早上的「STEAM 主題閱讀」拉开序幕，各個特色活動隨即開展：學生們穿梭於各科STEAM工作坊以及STEAM閱讀、AI機械人、VR體驗等攤位中；各級「科學故事演講」活動更將閱讀與創科知識深度融合，讓學生展示STEAM閱讀成果。在「童心大探索STEAM開放日」，學校向到來的孩子及家長們全方位展示創科教育的成果。東九龍教區郭志丕主教主持的STEAM ROOM祝福禮正式啟動，各個學科展覽、STEAM攤位與AI互動工作坊同步開放，從LEGO編程到AI繪本，從考古體驗到火箭製作，讓參與的孩子及家長們近距離感受跨學科教育的魅力。

此次活動不僅激發了學生的閱讀興趣，更在實踐中感受STEAM學習的無窮樂趣。未來，學校將繼續搭建優質平台，讓每顆童心在閱讀中積累，讓每個夢想在創科中飛揚。



阮鄭夢芹小學 欣逢四十一載：嘉年華圓滿舉行

聖公會阮鄭夢芹小學於一月十七日迎來四十一周年校慶嘉年華。當日冬陽和煦，燦爛的陽光不僅照耀校園，更溫暖了每一位參與者的心。縱然今年因著大埔事件而沒有在校門外作任何慶祝的佈置，卻絲毫無損師生與家長共慶校慶的熱忱，校園內處處洋溢著歡欣的笑臉。

雖然本屆的攤位遊戲移師至課室內進行，但也無減熱鬧的氣氛。在教職員的巧思佈置與主任們的周詳安排下，各層走廊掛起清晰的組別標示，指引家長與學生輕鬆穿梭於各個主題攤位。校園內人頭湧湧，好不熱鬧。

下午的才藝表演更是當日的重頭戲，禮堂內座無虛席，家長們提早到場尋找最佳觀賞位置，期待見證子女的精彩演出。表演期間，台下的家長紛紛化身「頭號粉絲」，隨著旋律揮動亮起電筒的手機，場面既壯觀又溫馨。最特別的時刻，莫過於歐陽兆基校監現身樂團演出，以悠揚的小號聲為這場校慶盛典畫上了完美的句號。



聖馬太小學 跨越150載的序章 校慶運動會暨步行籌款圓滿舉行

聖馬太小學於2025年12月11日舉行「創校150周年校慶運動會暨步行籌款」，為學校的教育使命寫下重要篇章。

為加強社區連繫，秉持堂校社服為一的精神，本校特別邀請聖馬太堂幼稚園的家長及學生參與「幼稚園親子挑戰賽」，讓兩校在互動與合作中延續聖馬太大家庭的情誼，體現跨階段教育的承接與關懷。今年活動更有幸邀得香港田徑跳遠運動員陳銘泰先生蒞臨擔任主禮嘉賓，主持頒獎禮並勉勵學生勇於突破自我、積極面對挑戰。

為紀念創校150周年，本校特別加入「步行籌款」環節，由校監梁家佐牧師及校長張敬聰先生帶領友校校長及師生繞場一圈，寓意聖馬太社群同心同行，凝聚力量邁向下一個150年。透過是次校慶活動，希望學生在運動場上學會堅毅，在群體中體會團結，在參與中感受聖馬太的傳承與使命。

未來，聖公會聖馬太小學將致力培育學生全人發展，讓教育的火焰在下一個世代持續燃亮。



聖公會小學校長協會新春團拜

香港聖公會是全港最大辦學團體之一，小學榮休校長和現職校長共七十餘人在兩位小學監理委員會前主席梁貫成教授和周何翠珍女士見證下，在年初八舉行了一次歷史性團拜聚會；可惜由於籌備倉促，尚有很多位因外遊或其他原因未能參加，有點遺憾。



青衣邨何澤芸小學 「一夜成長記」體驗活動

本校於2025年12月舉辦了兩日一夜的「一夜成長記」體驗活動，約60名高年級學生及十多位家長義工參與，共同創造了難忘的校園回憶。

活動以團隊破冰遊戲拉開序幕，師生齊聚操場，投入「狐狸生幾多點」等集體遊戲，歡笑中迅速拉近彼此的距離。其後，學生在義工帶領下分組合作，穿梭於校園各處，合力完成50項「三力任務」，充份展現溝通、協作與解難能力。晚會上，大家一齊合唱經典團歌(YMCA)，並欣賞同學們精心準備的才藝表演，現場洋溢著歡樂的氣氛。其後，家教會為大家準備了暖心夜宵，同學更在組爸、組媽及老師協助下，於校園內搭起帳篷，體驗了一次特別的校園露營。翌日清晨，師生與家長義工一同前往青衣東北公園迎接日出晨光。眾人以詩歌分享、靜觀感恩，欣賞朝陽晨曦，體會天父創造的奇妙，在繁忙都市中感受寧靜與溫暖。是次活動不僅讓學生學習獨立、鍛鍊了學生的自理能力與團隊精神，更讓每一顆心充滿感恩與盼望。孩子們在活動中展現才華、深化友誼，真切感受到群體的支持與溫暖，實現了「一夜成長」！



青衣主恩小學 現代六藝研習營

本校推薦10位學生於聖誕假期期間參與由三聯文化基金-香港文化想像及飛越啟德合辦的「現代六藝」研習營，研習營以中國西周時貴族子弟必修的「六藝」作為學習內容，目的是培養文武兼修、才德兼備的人才。「現代六藝」則是從現代的角度出發，重新審視及繼承「六藝」在今天的意義與價值。

學生參與了一系列互動遊戲，包括禮儀、樂舞、射禮樂、軍事、文字、科技六個範疇，活動帶領學生從傳統走到現代，認識中華文化精髓。透過專題講座與互動體驗，學生深入認識了傳統六藝——「禮、樂、射、御、書、數」的深厚底蘊，感受到中華文化獨特的內涵及美學，是次活動更啟發了同學們立志成為「德智體群美」兼備的孩子，在生活中實踐中華傳統美德。



牧愛小學 打破圍牆的生物課——當課本中的動物，爬進了教室

教育，不一定只能在黑板和課本之間發生。早前，聖公會牧愛小學把校園變成了「小小自然博物館」，安排「特別嘉賓」——蟒蛇、陸龜、守宮*、非洲牛蛙、蜘蛛走進校園，陪伴學生上了一節不一樣的生物課。

當學生走進這「小小自然博物館」，看到這些平時只在屏幕或書本上見過的動物，表現得十分興奮。學生親身體驗了課本中「脊椎動物」、「冷血動物」、「生物適應」這些抽象詞彙——原來蛇的鱗片是為了防止水分流失，陸龜的厚重背甲記錄了成長的痕跡，守宮的腳趾能牢牢抓住光滑表面，非洲牛蛙的皮膚在潮濕時也能幫助呼吸。就連外表最讓人心生恐懼的蜘蛛，學生也能靜下心來，觀察牠毛茸茸的節肢和細密的絨毛。恐懼漸漸退去，取而代之的是專注凝視的眼神，和一連串有趣的好奇提問。這些發自內心的疑問，比任何考試答案都來得珍貴，因為這不再是「老師說」，而是「我看見」、「我好奇」、「我想知道」。短短的一節課，學生不只認識了不同動物的特性，更在他們心中種下了一顆生命教育的種子——學會認識生命、欣賞生命及尊重生命。



*守宮：壁虎的家族成員，一種爬行類小型蜥蜴

第七屆「卓越行政人員獎勵計劃」頒獎典禮

在本港成立已經超過四十年的「香港教育行政學會」，為表揚傑出教育界人士，日前舉行「卓越行政人員獎勵計劃」頒獎典禮。今屆(每兩年一屆，今年為第七屆)全港選出二十四位得獎者，本會四位小學校長和一位中學學校長獲得獎項，圖片左第二位起順序為：金永添校長(聖約翰曾肇添小學)、陳思茵校長(聖馬可中學)、楊露鈞校長(榮真小學)、張樂霏校長(基愛小學)、陳裕均校長(青衣主恩小學)。



本會卓越人才眾多，可惜部分校長不願接受提名；過去多屆曾經得獎的有：譚先明校長、陳嘉文校長、馬俊江校長、張昌明校長、余茵茵校長、王彩娣校長、陳小燕校長、孔偉成校長、嚴志成校長、張翠儀校長等。本會人強馬壯，願繼續一起為教育事業努力，榮神益人。

學生作品 馬年的盼望

馬年，是龍馬精神的一年，也是許下新盼望，定下新目標的一年。在今年，我希望能去雲南的大森林裏轉轉，去享受森林帶來的寧靜；我希望我的成績能步步高升，一馬當先；我希望大埔火災中的災民走出悲傷，快樂生活；我希望世界各地的戰爭停止，各國人們能和平共處，安居樂業.....

馬年的盼望，我有很多很多，多到我數也數不清，但我一顆溫暖的心，能把這些盼望統統容下，並去完成它們！

呂明才紀念小學 5B 王嘉歡

爸爸總是「馬不停蹄」地工作，我盼望在即將來臨的馬年，馬兒可以快樂地帶着我的爸爸回家，讓我們共聚天倫。隨着馬年的來臨，我盼望自己可以勇敢一點，遇到任何困難都可以像馬兒一樣勇敢地跨過任何障礙；我盼望自己的成績可以有所提升，像馬兒一樣跑得更遠，跳得更高。

馬兒呀，盼望你可以帶着神奇的魔法，讓我們平凡的生活變得閃閃發光！

阮鄭夢芹小學 3D 楊子峻

投稿園地

題目：
生活中的好人好事

形式：
文字稿(以150字為限)或圖畫稿。

方法：
作品連同姓名、就讀學校及班別，於4月10日前郵寄香港上亞厘畢道1號2-4室，或電郵skhspring@yahoo.com.hk並註明“投稿園地”，文字稿以WORD檔案提交為佳。

(入選作品可獲禮物一份及刊登於該期雙月刊內。惟篇幅所限，未能刊登之作品將刊載於網頁www.skhspring.com內。)

備註：本刊對來稿有刪節及刊登權



網頁作品欣賞

「光陰似箭，日月如梭」，我懷着期待的心情迎接新一年的到來。我希望在新的一年里繼續保持常常喜樂，在學校快樂地成長，認識更多新朋友。此外，我會吸取往年的經驗，從失敗中學習，向着目標努力前進。最後，我希望我的家人和朋友們可以在馬年健康平安，如駿馬般奔騰，勇往直前。大家在愛的圍繞下，享受生活中的每一刻。

洵塘基顯小學 2C 黃彥博

踏入馬年，我奉上真誠的禱告。

盼自己如駿馬般心懷遠志，在書海中揚蹄奮進，攻克難關，不負時光；盼家人歲歲平安，常帶笑意，溫暖如常；更盼世間皆有暖陽，人人皆溫柔相待，萬物如奔馬般奔赴美好。

馬年，我將踏出屬於自己的前路。

聖馬太小學 6A 關靖而



洵塘基顯小學 5B 鍾曉盈

馬，自古以來便是進取與成功的圖騰，象徵着不屈不撓、奔騰不息的勇氣。

在新的一年里我希望能以「龍馬精神」投入學習。身為學生的我，課業繁重、競爭激烈，但我不會畏懼，努力充實自我。

除此之外，我也希望家人遠離病痛，如駿馬般充滿朝氣。願這一年我能有馬不停蹄的努力，更有馬到成功的喜悅，平安喜樂奔向更美好的生活。

基福小學 6B 徐婉思

在2026馬年到來之際，我心中滿溢著如駿馬奔騰般的盼望。馬象徵著力量與前進，我盼望在新的一年里裏，能像千里馬在廣闊的職涯學業草原上盡情馳騁，突破重重阻礙。願我們都能擁有「馬到功成」的果敢，面對挑戰時永不言退；也願社會如萬馬奔騰般充滿活力，經濟與生活欣欣向榮。最重要的是祈願歲月平安，家人健康，讓我們以昂揚的姿態，奔向更美好的未來。

聖匠小學 5C 馮鈺琪

新的一年又到了！人人都有不同的盼望，而我的盼望並不複雜，就是平安。

自己平安、家人平安、社會平安。這十二個字雖少卻充滿著我對身邊人最大的祝福。

身處舒適圈的我們只認為平安是再普通不過的事了，但對於身處戰爭的居民卻是一種奢侈。因此，我認為儘管你不是家財萬貫的人，擁有平安就是最大的幸福。

主恩小學 6A 鄭麗蕊

馬兒矯健，我盼望家人都身體健康，龍馬精神，日行千里仍然蹄疾步穩，馬力十足。馬兒奮迅，我盼望在師長的鞭策下，奮蹄疾進，奔騰向前，跨越重重障礙，終能馬到成功。

馬兒忠誠，我盼望社會安定繁榮，和諧團結，以祖國馬首是瞻，沒有害群之馬拖後腿。

凡事不能空想，要身體力行，希望大家都「馬」上行動！

德田李兆強小學 5D 翁愷兒

「盼望著，盼望著，東風來了，春天的腳步近了。」新的一年即將到來，我們也迎來了象徵活力的馬年。

在新的一年里裏，我盼望能在學業上更進一步。不僅要努力讀書，更要勇敢地面對困難。我期望自己能像駿馬一樣，在知識的草原上盡情奔馳、展翅飛翔，不斷突破，做最好的自己。來吧！讓我們一起，跟隨著奔馬，馳向那廣闊無垠的未來！

聖彼得小學 4B 徐悅希

新春日子快來臨，我有兩個新年願望，希望為自己帶來新景象。

我希望可以收到多些壓歲錢。我會將壓歲錢分成三份，一份儲起來，一份捐給慈善機構，一份買小禮物獎勵自己，從中學理財技巧。

我希望自己學業有進步。我要努力讀書，報答父母。我會多看英文課外書，希望英文科成績會有進步，其他科目也會多溫習，以鞏固知識。

聖雅各小學 2J 鄧晞嵐

當大家正興高采烈預備迎接2025年聖誕節的時候，卻因一場世紀大火，讓本來普世歡騰的城市頓時變得愁雲慘霧。

這場世紀火災讓數以千計的家庭失去居所，也令不少人痛失至親，這次突如其來的災難，讓我明白，原來幸福不是必然的，所以我盼望踏入馬年，無論香港甚至全世界，也可以在天父保守下得到和平和幸福。

基榮小學 5A 黃恩彤



聖紀文小學 5A 湯雅喬



李兆強小學 3D 林煥悅

通識小論壇 (200期聖經故事)

為同學分擔的小經歷

我的同學英文不好，每次上課都不敢發言，考試成績也不理想。我決定幫她進步！每天放學後，我都會陪她練習單詞，並教她一些簡單的口語對話。

一開始她有些害羞，我就鼓勵她說：「我們每天進步一點點，你一定能做到的。」慢慢的她敢主動發言了。期末考試時，他的英文成績進步了二十多分。她說：「謝謝你，讓我敢說英文了。」這件事讓我明白，米利暗的勇氣不只是拯救家人的大事，也可以是身邊小小的陪伴與幫助。當我們願意幫助他人時，不僅能讓對方感受到溫暖，自己也會收穫快樂與成長。

基顯小學 6B 葉洛菱

聖經金句故事

圖、文：雨田小妹

喵神探破奇案 II

馴馬案

在寧靜的森林中，忽然傳來一陣馬蹄聲。

得！得！

一匹馬從森林的入口狂奔而至，嚇唬了林中的動物們四方奔逃。

自那天開始，每早森林便傳來陣陣狂奔的嘈雜聲，使林中動物困擾不已。

喵神探也困苦極了。

唉

為了有一覺好眠，村民齊心合力，終於把馬兒捉住，並把牠困在欄柵內。

好！

今晚可以有一覺好喇。

捉到了！

我們知道，萬事都互相效力，叫愛上帝的人得益處，就是按他旨意被召的人。

羅馬書：8：28

半夜，當大家正想安睡的時候，圍欄柵傳來嘈雜的馬蹄聲。

嘶！

得！

嗚！

村民叫苦連天。

第二日清晨！

【告示】

誰人可以還森林安靜

有大獎賞！

告示一出，立刻有許多村民都來嘗試，可惜失敗了。

加油！

努力！

再努力！

再試！

再試！

哎呀！失敗了！唉！

只有耐力兔和勁勁鼠不放棄，為了森林的安全和寧靜，堅持要再努力。

我們一起努力。

牠們每天在欄柵旁觀察馬兒，與牠談笑。

不用怕！

肚餓嗎？

我們做朋友好嗎？

見到馬兒的煩躁，牠們便想到用歌聲安慰牠。

啦！

啦！

知道馬兒喜歡吃甜紅蘿蔔，耐力兔和勁勁鼠又為牠預備。

七日後

馬兒遠遠看見耐力兔和勁勁鼠就會表現出高興的樣子，不再嘈鬧，還森林一個安寧。

喵神探覺得很奇怪，便深入查探原因，終於謎底解開了。

啊！原來如此！

明白了！

【考考你】

聰明的同學，你知道耐力兔和勁勁鼠的秘技嗎？

答案在本頁

如今常存的有信，有望，有愛，這三樣，其中最大的是愛。

林前 13：13

其實耐力兔和勁勁鼠的秘技，不好走太近，危險喇！

如何向牠們靠近時要留心，若其向牠們靠近時，牠們便會叫聲，又喜歡吃甜紅蘿蔔。

牠們向主人示意，牠們向牠們靠近。

宗教之窗



承蒙《春雨》不棄，邀筆者供稿。我並沒有從事過教育相關的工作，但也做了幾十年的學生（現在仍然是），也許可以也就自己的看法來談談；而筆者最喜愛讀的書，就是中國古典巨著《紅樓夢》，裡面的主角賈寶玉就是一個不喜讀書的典型。書中形容他：「無故尋愁覓恨，又是似傻如狂。縱然生得好皮囊，腹內原來草莽。潦倒不通世務，愚頑怕讀文章。行為偏僻性乖張，那管世人誹謗！」以上表面上將他貶得一無是處，實則是想藉寶玉不喜歡讀「有用之書」（指當時科舉考試所要求的八股文章），來尖刻地批評科舉制度以教育之名而消磨個性、壓抑創意甚至迫害異議的扭曲現狀。表面上不喜讀書的賈寶玉，卻是天文地理、文史哲學、詩詞歌賦、奇趣雜項，無所不學，無所不精，只是他的學識於升學、當官毫無益處，因此被其父親賈政斥責為不肖之子，甚至視為家族的叛徒。但在全書後半部，賈政雖然不喜兒子不能「上進」，但卻仍然不得不認同寶玉「空靈娟逸」、「天性聰敏」、「雖有正言厲語之人，亦不得壓到這一種風流去。」

天性聰敏

這寫作於兩百多年前的古典小說的虛構情節，卻讓我們反思學校教育的目的是什麼呢？學習知識、幫助同學認識世界、認識社會、進而認識自己；但回想自己從學幾十年，往往求知之心被成績、排名、入學、學位等等制度所掩蓋；甚至在不同的學習階段，都會被父母、師長以「是否對成績有幫助」的標準，來檢視甚至限制我的閱讀清單以及學習內容。更遑論，如果學習事實上是為了保存、保護、培育、滋養上主在每一個人生命裡所栽種的「空靈娟逸」的天性？我們的天性，又能夠在龐大的教育機器中被看見、被肯定以至被發揮出來嗎？

基督徒都相信，人所以為人，是因為上帝在最初以泥土造人時，以口中的生命氣息吹進泥人的鼻孔，於是世上誕生了「有靈的活人」（創世記2:7）作為教會開辦的學校，作為基督徒教育工作者，誠然，我們有許多繁複的任務，我們也沒有辦法靠一己之力抵抗考試導向的制度，但在我們面對眾多同學的時候，我們有沒有好好地欣賞他們本性的美麗，甚至盡我們的努力去肯定、鼓勵他們發揮自己天性中的聰敏，而不完全以成績和成就來掩蓋了上主在每個人生命中所種下的生命力量呢？

莫冠文助理聖品 聖保羅堂

回想小學三年級時，師長如同校園內的嚴父慈母，對我們的學業與品德要求極為嚴格：考試若不及八十分，便被視為懶惰不上進；偶爾失手，更難逃長間尺打手板的懲誡。那段經歷讓我早早學會對自己的學業與品行嚴格自律，也在心中種下一個清晰的志向——將來要成為一位不打學生手板而又可親可敬的老師。

歲月流轉，我先後擔任過中、小學教師，最後成為一位小學校長。在聖公會屬校服務共三十六年，其中大部分時光都奉獻給小學教育。我特別喜歡孩子，他們的天真無邪、笑聲、淚水與無窮的好奇，都成為我最珍貴的教材。孩子們教會我什麼是無條件的接納，「教學相長」不再只是古聖先賢的格言，而是由多年的課堂教學和與學生的互動交流中得到啓示，從而明白箇中道理。讓我體悟教育的本質，不再是單純向學生填塞知識，而是喚醒每一個孩子內在的潛能，幫助他們勇敢追逐屬自己的夢想。

一路走來，看到許多老師容易把學生的差異視為自己教學的絆腳石。一旦學生未能達到預期的成果，就容易陷入沮喪與失望，甚至覺得教育的前路一片黯淡。隨著年歲增長，孔子「有教無類」、「因材施教」的理念逐漸成為我畢生教育的使命。真正的教育平等，不是表面的包容，而是對人性本善的堅定信念——相信每一個孩子都蘊藏無限潛能，教育正是要化差異為養分，讓每顆種子都能在最適合的土壤中茁壯成長。因此，我們不應因家庭背景而放棄任何一個孩子，也不因起點高低而降低對孩子的期待；我們在嚴厲中注入關愛，在規範中給予信任，讓每個孩子都能在安全與鼓勵的環境裡，勇敢做自己。這正是「有教無類」、「因材施教」的真諦。

我深信，教育絕不只是一份職業，而是一項點燃生命、影響生命的使命。它在於喚醒一代又一代孩子的潛能，讓每一個小朋友能因遇見我們，而成為更好、更勇敢的自己。願我們都能守住這份初心，堅持這份信念，讓教育的燭光代代相傳，照亮更多孩子的未來。

鍾淑玲校長 聖公會基顯小學



從三年級的夢想到教育的使命

春雨編輯室



聖公會小學第二十九屆奧數比賽

聖公會小學第二十九屆數學奧林匹克比賽已於二零二六年一月十日（星期六）假聖公會基福小學舉行，而頒獎禮亦隨即在當天中午舉行，場面十分熱鬧。

本屆比賽共有五十六間聖公會小學，四百多位學生參賽。比賽共分兩部份，包括數學競賽及數學遊戲「數獨」。數學競賽比賽時限為一小時三十分，參賽同學需完成二十題應用題；數學遊戲「數獨」則分初賽及決賽兩部份，每個環節限時十五分鐘完成一道「數獨」題。今屆頒獎禮承蒙羅家豪博士蒞臨主禮，並邀得聖公會小學校長會主席黎可欣校長、比賽委員會顧問謝振強校長、周瑞忠校長及鄧志鵬校長出席頒獎。比賽委員會主席李文傑校長在致謝辭中分享，數學比賽是鍛煉腦筋，提升我們的思維能力的良好機會，他寄語各位同學在未來繼續發揮數學潛能，並將卓越的思維能力應用於學習與生活中，為自己、社會及國家創造更精彩、更美好的篇章。

本屆隊際賽冠軍由拔萃男書院附屬小學奪得。本屆比賽委員會亦選出四十名表現優異的參賽同學，參加由聖公宗(香港)小學監理委員會舉辦的奧數精英培訓課程。祝願精英培訓班的同學可以透過這個培訓平台，互相切磋學習，在數學學習的領域上，更攀上高峰。



數學競賽個人獲獎名單

冠軍 陳焯楠 (拔萃男書院附小)	優異 忻賞 (聖士提反書院附小)
亞軍 洪逸銘 (嘉福榮真)	卓子霖 (拔萃男書院附小)
潘諾 (拔萃男書院附小)	康俊辰 (呂明才紀念)
殿軍 陳弘銳 (聖保羅男女中學附小)	黃奕羲 (德田李兆強)
	林溢朗 (聖保羅男女中學附小)
	王子繆 (聖多馬)

數學遊戲個人獲獎名單

冠軍 薛子熹 (聖士提反女子中學附小)
李建豪 (柴灣聖米迦勒)
亞軍 林心樂 (嘉福榮真)
季軍 陳煒翔 (嘉福榮真)
殿軍 李善言 (拔萃男書院附小)

數學競賽隊際獲獎名單

冠軍 拔萃男書院附小	優異 聖士提反書院附小
亞軍 聖保羅男女中學附小	嘉福榮真
季軍 聖彼得	仁立 仁立紀念
殿軍 德田李兆強	呂明才紀念 聖雅各