



# 崇真書院

## TSUNG TSIN COLLEGE

9 LEUNG CHOI LANE, TUEN MUN, N.T.

新界屯門良才里9號

校務處：3507 6400 / 2463 7373 網址：[www.ttc.edu.hk](http://www.ttc.edu.hk) 電郵：ttc@ttc.edu.hk 傳真：2463 7535



P/161221-106

### 崇真家書 (30)

各位家長、各位同學：

奧運曲終人散，人們的目光往往集中在勝利者身上，惟有 1968 年墨西哥城的奧運會例外。

那天是一個馬拉松比賽，約翰·史蒂芬·阿赫瓦里 (John Stephen Akhwari) 代表自己國家——坦桑尼亞參賽，最終包尾墊底，平凡無奇。

場內所有項目已經完成，頒獎禮結束，觀眾和參賽者都紛紛離場回去。就在大會宣布服務站準備撤離之際，吃驚的消息傳來：竟然有一個選手仍然賽跑中！這位還在跑的選手就是阿赫瓦里。原來他開始比賽後不到五公里因碰撞而摔倒，腳部受傷，但他並沒有退出，而是一瘸一拐地繼續向終點跑。一位《三角洲天空畫報》的記者不解地問他：「為甚麼明知毫無勝算，還要拼命跑下去？」「我的國家派我飛五千英里來墨西哥城，為的不只是讓我能夠起跑；他們從五千英里之外送我過來，是要我完成這場比賽。」阿赫瓦里堅定地回答。

這位記者向雜誌社和奧林匹克新聞中心發稿，阿赫瓦里的話一時間迴盪在墨西哥城的夜空，許多本已回家的觀眾及記者紛紛趕返比賽場地，為他打氣，漫天一閃一閃的星星也彷彿為他歡呼。阿赫瓦里拖著傷腿，頂著壓力，跑進專為他重開燈光的阿茲特克體育場，最後衝過終點線。當然，負傷勉強比賽，或許會造成永久殘廢，大家千萬不要仿效，但從他邊跑邊說的話可知，他視自己為一個有獨特價值的人，每步都有價值，同時他也深愛自己身邊的人。

論價值，對神來說，每個人都是多麼貴重。我們的價值是多少？我想不出一個數字來。「道成肉身」，神叫祂的兒子耶穌降世，三十三年後釘在十字架上，救贖我們。耶穌說：「神愛世人，甚至將祂的獨生子賜給他們，叫一切信祂的，不至滅亡，反得永生。」（約 3:16）每年十二月，香港商場滿是七彩耀眼的燈飾；其實，耶穌降生，才是聖誕節應該慶祝的事。耶穌以自己的生命作為代價，向罪的權勢買贖我們的生命，在神眼中這是值得的；所以，我們的價值，在祂而言，比坦桑尼亞的國民對阿赫瓦里的價值，何止高出一百倍？

在 11 月 26 日晚上的家長日暨家長教師會周年大會，我向家長們分享最近學校的發展。學術和活動方面：首先，師生皆盼望恢復全日課堂，疫苗接種率已於 11 月 1 日達至七成，遂於 11 月 15 日順利全日復課，絕大部份課外活動皆可進行，包括旅行、運動會等；其次，為配合教育局政策，今年中四同學須修讀三個選修科，升上中五或中六時，同學可因應自己的能力和興趣選擇退修一科；最後，明年中一同學除英、數、科以英文學習外，學校將設一班英文班，讓英文能力較佳的同學能得到更適切的造就。學校會引導同學喜愛學習，期望他們看到自己在各方面漸漸進步，從而獲得成就感。品德教育方面：學校強調同學應自律守規，待人有禮，尊重別人，也要有服務別人的心志；同學不單只應孝順自己的父母，還要尊敬及愛護長者。生命



崇真書院  
TSUNG TSIN COLLEGE  
9 LEUNG CHOI LANE, TUEN MUN, N.T.  
新界屯門良才里9號



校務處：3507 6400 / 2463 7373 網址：[www.ttc.edu.hk](http://www.ttc.edu.hk) 電郵：ttc@ttc.edu.hk 傳真：2463 7535

教育方面：同學首先要懂得活出健康的生活模式，包括作息、運動、飲食等；繼而關注自己的情緒及發展出正向的人生觀，當晚我更邀請了駐校社工 Sam Sir 向家長分享「辨識子女情緒貼士」；最後，學校期望同學能認識神，立志跟從主，活出豐盛的生命（約 10:10）。

我衷心感謝第廿一屆家長委員過往的努力，使學校各方面更完善，並祝賀第廿二屆獲選的家委。當日蒞臨的家長多達 270 人，希望日後家長們繼續支持學校的工作，讓我們家校合作，一起守護和培育我們的孩子，正如一位與我稔熟的家長所說：

「作為家長，有時都會感到壓力及疲累，但我們需要調節心態，思考怎樣處理子女的問題。我鼓勵家長們如能抽空，可多參與家教會及學校舉辦的活動，因為從活動裡，我能看到孩子的校園生活是怎樣的；只要我們家長多走一步，對子女的瞭解和看法便會有所不同。作為家長，是沒有畢業的一天！我們需要多點耐性包容、多點溝通關心、多點正向勉勵，讓子女感受到父母是常與他們並肩而行，那麼辦法總會比困難多的。讓我們一起努力吧！」（來自一位家長的心聲）

12 月 4 日是一年一度的「崇真資訊日」，當天我到處「遊蕩」，「裝作」遊人，看到同學表現自然、有禮和投入，想起他們已有兩年沒有機會面對群眾，今次的表現尚算不俗吧！因為我們仍處於疫情中，所以今年的「資訊日」比較簡約，盼望來年我們能舉辦更大規模的「資訊日」，給同學更多學習的機會。

12 月 15 日至 17 日是中六同學的「學習起動日」。中六同學下午不用上課，在禮堂單行就坐，猶如考試一樣。沒錯！顧名思義，「學習起動日」是幫助中六同學正式起動，全情投入準備應考 2022 年中學文憑試的一個活動。這三天下午，同學安靜地坐在禮堂溫習，在集體努力的氛圍中，各自修行。老師輪流當值，同學如有問題，可到台上向老師發問。三天過去，期望同學在聖誕假期仍然保持這股動力，在家繼續備戰。這四個月，請同學專心做好這件事，然後明年就去享受接著四至五年的高等教育。同學們，現在你們每分鐘的辛勞，對自己都充滿價值，就像 1968 年在墨西哥城步履蹣跚的阿赫瓦里一樣。

阿赫瓦里的名字被鐫刻在奧林匹克名人錄，成為 08 年北京奧運系列節目《英雄之歌》的一分子。在他的家鄉坦桑尼亞，一個「約翰·史帝芬·阿赫瓦里競技基金會」正全速運作，為該國家境貧寒卻有運動潛質的田徑新苗提供資助。

祝各位  
以馬內利、聖誕蒙福

區國年校長  
二零二一年十二月十六日