



# 沙田循道衛理中學

SHA TIN METHODIST COLLEGE

校址：新界沙田新田圍郵 電話：26021300 傳真：26091477  
電郵：info@stmc.edu.hk 校網：www.stmc.edu.hk



## 恩澤沙循

# 傳承著愛與感恩的故事

二零二三至二四年度  
第一期



「要常常喜樂，不住的禱告，凡事謝恩。」(帖 5:16-18) 沙循人每時每刻都懷着感恩的心。剛踏進中一的同學會高高興興地說着感謝天父上帝的引領，讓他們能在沙循讀書。新加入沙循大家庭的老師會向我述說着沙循的老師團隊有多好。我感謝三位歷任校長為沙循的發展打下良好基礎，感謝家長們一直對沙循的信任和支持，感謝校董們四十年來一直秉持基督精神，讓學生全人成長。

最近一年，我多了與校友聯絡和接觸。有時，校友回來探望老師，大家會閒話家常一番。我和老師也會與校友一起外出吃飯一聚。不論什麼形式的聚會、場景時空，和不同年紀的校友傾談，大家的話題總是離不開感恩之情。校友們述說着同學之間的情誼、老師的照顧和學校給予不同的學習機會。當然，娓娓道來的，還有校友在沙循的成長故事。今天，校友們都有着不同的成就，並在不同的社會崗位之中服務人群。我們作為沙循人，亦為此感到自豪。

曾經有位校友告訴我，他當年在沙循讀書時，家庭出現經濟困難，幸得有老師協助渡過難關，最終完成學業，他表示十分感恩。現在，他事業有一番成就，與我談話之間，毫不猶疑地開了一張支票，希望幫助有需要的同學。之後，有幾位經濟困難的學生因而受惠，而基金亦沿用至今，我十分感激這位校友。

「你們要彼此相愛，像我愛你們一樣，這就是我的命令。」(約 15:12) 因着愛、憑着愛，沙循人走在一起。四十年來，無論得時或不得時，無論經歷苦與樂、哭與笑、風風雨雨，我們都一起以愛彼此守望、扶持。沙循常常有很多活動，例如：家長教師會的燒烤晚會、親子旅行及家長會等，可見家長十分關心子女。從我們的雙班主任制、班主任課、班會活動等可見，沙循師生關係融洽。

不得不提的是沙循的兄姊，高年級的兄姊負責照顧中一學生。我經常在小息或午膳看到兄姊與學弟學妹見面。兄姊有時提醒弟妹測考的溫習方法，有時關心他們的校園生活，十分溫馨。

愛能包容和扶持，也是一種力量。還記得沙循人曾一起經歷新冠肺炎時期 (COVID 19)，許多老師、學生和工友集體確診。當時大家一起代課、上網課，互補崗位、互相打氣鼓勵，也會彼此代禱、互相送上打氣短片，以愛渡過難關，令我十分深刻和感動。

「愛我、守我誠命的，我必向他們發慈愛，直到千代。」(出埃及記 20:6) 傳承，是沙循近年的共同使命。沙循有着許多傳統生活和文化，例如：火焰樹下的集會、中一祝福禮、中六成人禮、一年一度的校慶環邨長跑、陸運會及水運會各班的啦啦隊和班舞、派益力多給中六同學為他們考 DSE 打氣。近年，很多沙循老師陸續榮休，一代又一代的年青老師加入團隊，當中亦不乏校友成為沙循老師，大家都有很強的傳承使命感。

沙循的閃避球屢獲獎項，由當年的沙循校隊，及至成為港隊球員，到現在是沙循閃避球隊教練，這段有關傳承的《明報》專訪，仍為眾人津津樂道。我還記得在放學後，校務處外的走廊向來剩下多份每班未取的明報。但是，在刊登專訪的那天，校園裏的《明報》一掃而空呢！

感恩、愛、傳承；  
走著四十年，走過四十年，邁向另一個四十年……

感恩、愛、傳承；  
是沙循的基因，  
是沙循的血脈。

感恩、愛、傳承；  
“In new Shatin by the valley, a school beloved by all…”

一遍一遍的歌聲，傳承著  
一個一個感恩而有愛的沙循故事。



張翠儀校長  
二零二三年十二月

# 王許翠紅

## 副校長

### 專訪



王副校長與上屆中六世史班同學的合照

## 心存感恩 以愛服侍

雖然王許翠紅副校長在沙循任職多年，但她每一天都懷着感恩快樂的心上班工作。她認為感恩對個人成長很重要，它使人珍惜身邊的事物，並積極面對生活，跨過低谷。



王副校長與中五世史班的同學在楚格峰的合照

### 感恩

她最感激當年第一任校長周子森牧師聘用她，讓她在教育行業上有所學習及成長。對她來說，能在沙循服侍學生及同事，這是上帝給她的人生召命，也是一個最大的福氣。

在沙循要數算的恩典，王副校長笑說要分享的實在多不勝數。而近年個人最感恩的事，莫過於 2020 年開辦高中歷史科，讓同學有更多的選擇。因為她是讀歷史科出身，能夠任教第一屆文憑試歷史科，這令她圓夢。而第一屆歷史科文憑試（即 2023 年）的成績理想，讓她喜出望外。她相信這是上帝送給沙循的一份珍貴禮物，讓同學有更大的信心，計劃自己的未來。

### 愛

在沙循，王副校長最喜歡的地方是 105 及 106 教員室外老師接見學生的地方。因為那裏體現到沙循老師對學生的用心，包括：督促欠交功課的同學補做功課、默書小測成績不理想的重做、老師教導同學不明白的地方，向學生交代一些活動詳情或推薦同學參與比賽，發揮他們潛能等。她認為沙循處處都充滿着老師對學生無微不至和無私的愛，以及同學之間互相關懷和支持的愛。



王副校長與老師們的合照

### 傳承沙循精神

最後，王副校長勉勵同學要努力做到最好。她在沙循過去多年的教學生涯中，見證着一代又一代的沙循學生，由小樹苗慢慢茁壯成長，令她感到欣慰。她期盼沙循學生對自己充滿信心，勇往直前，發揮年青的力量，並效法主耶穌，有一顆柔和謙卑的心，樂意服侍別人。即使是微小的力量，也願意照亮別人的生命。學業成績固然重要，但不及有內涵，有美德的豐盛生命。王副校長盼望沙循的學生生命如光、如花、如詩、如杖，在人群當中作美好的見證，傳承沙循「相信、愛、服侍」的精神。

敬請留意

相片由受訪者提供，或有質素欠佳情況，敬請諒察。

# 胡陳佩蓮

## 老師

### 專訪

## 「傳承關愛 感恩不盡」

胡陳佩蓮老師是在沙循創校第三年入職的，她一直在沙循任教至去年榮休。在整個教學生涯中，她認為最感恩的事情就是在沙循工作。她回憶剛剛入職時，沙循的老師和校長充分展示了關愛的氛圍，大家有需要時會互相幫助，而前輩也樂於提攜後輩。不單如此，各位老師對同學愛護有加。她非常感恩自己有幸在沙循教學，能夠教自己喜愛的科目，下課後也能跟不同的學生相處，從一開始陌生到後來漸漸變得熟絡，這些都讓她感受到沙循的愛。



胡陳佩蓮老師（左）與朱秀玲老師（右）的合照

胡老師認為同學可在平日向老師表達他們的愛，例如：同學在學校遇上老師時，可熱情地向老師打招呼，或是在節日向老師送上小心意，這些都能令老師感受到同學的愛。另外，胡老師分享了一段小故事。有一位同學每次上課前都會為她準備好粉筆，即使那位同學並不是科長，但她也會擔當服務的角色。這件事一直讓她非常感激，也讓她從中感受到沙循同學滿滿的愛。

胡老師告訴我們只要能保持感恩的態度，便會明白到凡事不是必然的，自然對身邊的人和事寬宏一點，亦能懷著一個喜樂的心去生活。她表示會把同學或是老師幫助過她的事，一一銘記於心上，並向他們表達感謝。她認為這種關係是雙向的，當同學在她的身上明白到感恩的重要性，其後他們遇到同樣的事情時，也會懂得感恩。

當問及沙循人應具備甚麼條件，胡老師認為沙循人應該繼續傳承關愛文化，令校園的和諧氣氛得以維持。其次，她盼望沙循學生能明辨是非及具備誠信。她坦言能信任別人固然是一件好事，但並不代表要盲目相信，我們要懂得分辨事情的好壞，再去選擇相信與否。而我們也應具備誠信，才能夠獲得別人的信任。最後，她希望沙循學生可以力求進步，只要抱持謙卑的心去學習，定必成為一個更好的人。



胡老師在米埔自然保護區所留下的倩影，這是她經常去觀鳥的地方。



胡老師在粉嶺農場種植日本香印葡萄。

## 「以身作則 言傳身教」

黃麗文老師在沙循任教歷史科多年，她也是我們的學姊。黃老師在大學畢業後，本來在香港中文大學擔任研究助理，一天她突然收到昔日恩師的邀請，希望她回母校任教。正好她想換一個新的工作環境，於是決定回到沙循擔任老師一職。

回到母校時，她的身份從昔日台下的學生轉為台上的老師，由聽從老師的吩咐，到主動幫助學生。她認為身為老師，應關注學生的學習，所以她經常思考如何能讓學生學得更好。同時，她更關心學生的成長，教導學生如何渡過難關。她以前在學校擔任過不少要職，面對身份上的轉變，讓她有不同的思考角度，從中獲益不少。

黃老師向我們分享她在沙循遇過不少深刻和感恩的事情。有一次，她帶領畢業營時，意外造成尾龍骨骨折。令她感恩的是，她的傷勢並不影響身體機能。她為此休養了兩個月，期間她感受到老師、家人和朋友的關愛，體會到上帝的祝福。

無論是當年或是現在的沙循，黃老師認為沙循的核心價值是關愛。從老師和學生之間的互動可見，相處時沒有芥蒂，只有互相分享和關心。彼此的關係十分密切，一切源於老師和同學相互的愛和信任。另外，黃老師認為學生在學校學習的不只是課本內的知識，更要學習待人接物。她相信在工作上能藉着豐富的人生閱歷，給予學生更多的視野和經驗。教育的工作不只是教書，更是育人，她樂於分享她的信仰，並把這份愛傳承下去，以生命影響生命。

如果時光倒流，黃老師仍會選擇在沙循就讀及任教。她相信這一切都是上帝的安排，讓她在機緣巧合下進入沙循，而這個機會讓她發現相比起在辦公室工作，她更喜歡與年輕人交流互動，分享自己的生命故事，故此她認為當初辭去研究助理的決定是非常正確的。

# 黃麗文

## 老師

### 專訪



黃老師在周末郊遊時在大澳藍橋拍攝



黃老師在AIA摩天輪上欣賞維港景色



黃老師在活化古蹟（從前是書室，現在是茶室）拍照留念

# 劉詠芝 校友 專訪

## 玉足翩躚 舞出生命



劉校友正在指導舞蹈動作

劉詠芝校友畢業於香港演藝學院。她從初中開始對舞蹈產生濃厚的興趣，可惜當時沙循舞蹈學會暫時停辦，她只好到私人舞蹈室學習舞蹈，增值自己。憑着對舞蹈的熱誠，她順利考入香港演藝學院。

劉校友學有所成後，有一次回到母校參加聚餐，從中得知沙循舉辦 35 周年校慶音樂劇《月兒說》。於是，她作出了一個勇敢的決定——自薦擔任該次音樂劇的排舞師。經過她與同學一年的精心籌備，最終上演了精妙絕倫的音樂劇。



劉校友坦言沙循學生謹慎內斂，難以適應舞台上奔放自由的藝術氛圍。因此她嘗試慢慢了解每位同學的特質、底蘊以及群體的習性，以此建立信任。在這段過程，她稱為“connection”。由一開始互不熟絡，到共同為目標奮鬥，劉校友認為這是一段刺激的旅程。



劉校友與音樂劇演員在舞台上的合照

劉校友對於參演沙循 40 週年音樂劇《Alice by heart》的同學寄予厚望，希望同學能放膽嘗試不同的事物，發揮潛藏在腦海中的創意，令沙循這個傳統節目——音樂劇繼續薪火相傳、生生不息。



劉校友於《2022-2023沙循周年音樂會》與舞蹈員學生的合照

# 倫子儒

## 「精神傳承 團體成就」



倫校友在ViuTV電視節目介紹閃避球運動

倫教練回到沙循執教的契機是為了「傳承」。在求學時，他深受學校支持，可以與朋友一起練習閃避球。當時，許多師弟師妹對這項運動表現出極大的興趣。倫教練渴望他們能夠繼續秉承團結合作的精神，因此決定回到母校擔任教練，將閃避球的價值觀和這項運動傳承下去。

無論是在沙循讀書，還是在沙循擔任教練，倫教練都感受到滿滿的愛，包括學生、老師和校長。大家都直接用行動表達愛。在倫教練初次接觸這項運動時，楊海文老師給予他很大的幫助。當時閃避球不足以稱為一項運動，但當楊老師知道倫教練是認真打閃避球時，楊老師無條件地支持他，並毫不猶豫地為他報名參加比賽。更令倫教練感動的是，張校長也給予了很多幫助。由於當時沒有場地進行閃避球錦標賽，張校長為此排除困難，提供了沙循的場地。這些幫助都不求回報，只是源於校長和老師對學生的愛，這是讓倫教練在閃避球中獲得成就的關鍵。

# 校友 專訪



倫校友為「2023-2024 屈臣氏集團香港學生運動獎」的頒獎禮上擔任大會司儀

敬請留意

相片由受訪者提供，或有質素欠佳情況，敬請諒察。



倫校友於2022年9月在加拿大參加世界閃避球錦標賽，奪得男子組第四名。



倫校友於學生時期曾競選學生會

# 譚家齊 校董 專訪

## 「回饋沙循傳承愛 感恩迎接四十載」

譚家齊校董是本校的校友。他回顧在沙循讀書的日子，一路上經歷許多關愛和感動的時刻。中六時，譚校董成為了學生會主席。儘管當選後困難重重，但他感激老師給予了很多意見。他清楚記得當時老師的教導：「成功的領袖不是獨力完成事情，而是帶領別人共同完成。」老師的協助與學校的支持，令他一路走來並不乏力。後來，譚校董懷着傳承學生會文化及責任的信念，參與交接儀式。他看見越來越多同學加入學生會，成為學校與同學溝通的橋樑，感到非常欣慰。

雖然沙循邁入四十周年，但譚校董認為沙循是一所很年輕，並充滿活力的學校。他期望學校未來作出新改變，去迎接新挑戰。而他最期待四十周年的校慶活動是校慶感恩崇拜。他希望藉此感謝上帝給予學校許多恩典，並將學校的前程交給上帝。

最後，譚校董認為現今社會的學科不能作為思考人生的指南，因此他期望所有同學可以打破學科的限制，積極探索世界。他也希望同學在追求知識的同時，能秉持沙循人互相關愛，真誠對待的精神。



譚校董在浸會大學任職的官方照片



譚校董在1991-92年讀5A班時拍攝班相的截圖



1993年星島日報報導沙循活動

敬請留意

相片由受訪者提供，或有質素欠佳情況，敬請體諒。

# From Shadowing to Guiding – A Journey of Leadership that would Bring Together Many



Austin at the 2022-2023 Prefect Inauguration Ceremony

As a Form 1 student, Austin Lau was selected to participate in the Prefect Shadow Scheme, where he shadowed the Prefect Leader at the time to gain insight into the “Prefect world”. He found this duty highly meaningful, as it allowed him to contribute to cultivating a positive atmosphere at STMC. This unique experience served as a catalyst for his journey towards becoming the 2022-2023 Head Prefect.

Austin demonstrated his leadership qualities and a strong sense of responsibility as a prefect. He assigned duties to his team members diligently and consistently fulfilled his obligations. Initially, Austin did not aspire to become the Head Prefect, believing that the position’s workload would be overwhelming, especially as a Form 5 student. He ultimately decided to take up the role upon learning his decision meant exemption from other duties.

Austin’s initial goal as a Form 1 student, was to foster a healthy and friendly atmosphere at STMC. During his tenure as Head Prefect, he pursued this goal through leading by example, regularly talking with prefects alleviating their stress, and serving as an inspirational role model. He emphasized that the duty of a prefect is not all about issuing warnings and instilling fear in students, but also about mentoring them to become a better version of themselves.

Austin’s impact on the prefect team endures to this day.

Throughout his prefect career, he is grateful for the support of teachers and students. He extends special gratitude to the three teachers who directly oversaw the prefect affairs. They imparted knowledge on how to manage prefect responsibilities and educated him to be a well-mannered leader. He is also extremely grateful for the assistance of fellow prefects and the Vice Head Prefect. Austin believed that their collaboration and willingness to serve enabled him to fulfill his duties as Head Prefect.

He hopes that prefects can be valuable assistants to both teachers and students, contributing to the school spirit while fulfilling their duties. He encouraged all prefects to be more proactive, taking the initiative to care for teachers and classmates, and resolving any difficulties they face. Austin did not choose to be a Head Prefect to seek benefits, but to help and serve everyone more conveniently. Therefore, he hopes that the spirit of selflessness can be passed on so every prefect may serve teachers and students with the same selfless dedication.

Last but not least, he encourages all prefects to continue their diligent work and serve the school wholeheartedly, collectively creating an ideal school.

## The Transformative Journey of a Monitress: Personal Endeavours — Assisting Others

Kennix embarked on her journey as a monitress when her teachers recognized her exceptional communication skills. With her outstanding ability to seamlessly manage class responsibilities and act as a crucial liaison between students and teachers, she stood out as a natural leader. This motivated Kennix to embrace the role and contribute to assisting others.

During the "Monitor/Monitress Training Day", Kennix shared her profound insights on the role of the monitress and emphasised the significance it held for her. She believed that being a monitress provided students with a vital sense of direction. It was a role that instilled a deep sense of responsibility and ignited a fervent passion for serving others. Driven by her strong aspiration to become a leader among her peers, she found immense fulfillment in witnessing students find success in their endeavours.



The monitress goes beyond mere tasks, it also encompasses leadership.



Kennix switching off the air conditioner.

Kennix’s journey as a monitress led her to acquire valuable skills and invaluable experiences.

Recognizing the significance of the role, she consistently rises to the occasion, especially in chaotic situations, stepping up to maintain order, further honing her leadership abilities under challenging circumstances. Kennix’s commitment to the monitress role has enabled her to bridge the communication gap between teachers and students, deepening her understanding of both perspectives. The skills she has cultivated extend far beyond the school environment, and is poised to make a lasting impact on various facets of her life.

As a monitress, she has also been called upon to handle unexpected events such as caring for classmates who have fallen ill. In these moments, she steps up and offers immense support to her peers, ensuring they receive the necessary care and attention. Through these responsibilities, she demonstrates the gravity of helping those in need while inspiring others to develop a willingness to lend a helping hand.

Given the opportunity, Kennix would choose to be a monitress again in a heartbeat. She would like to emphasise to readers, and especially to fellow monitor and monitress, that while the role of a monitress is sometimes undervalued due to seemingly lighter duties, this position is very much indispensable. Their contribution to facilitating effective communication while serving as the vital bridge between teachers and students, ultimately fostering a harmonious learning environment in STMC is of utmost importance, and should never in any way be underestimated or overlooked.



Kennix sharing on the Monitor/Monitress Training Day.

# Guidance and Nurture of Future Generations: A Big Sister's Growth and Transformation

The Big Brothers and Sisters Programme plays a pivotal role in helping F.1 students transition to their new school life while imparting invaluable life lessons. To gain a better insight into how this knowledge is passed down, we have interviewed one of the leaders, Nicole Leung.

Nicole and her teammates often engage in conversations with F.1 students during recess or after school, instilling knowledge of our school's culture. She believes this is an appropriate way to pass on STMC's core beliefs.

Reflecting on her own experience as an F.1 student, Nicole admired the Big Brothers and Sisters who guided her all along. Now as a role model for other members and students, she exemplifies dedication and hard work, showcasing her tremendous personal growth. She finds great joy in successfully passing on her beliefs and supporting others in their development.

When asked about the most effective way to express love for others, Nicole emphasised the importance of empathy. She believes that it begins with seeing things from the perspective of others, understanding their feelings, and stepping into their world. In contrast to everyday conversations that often revolve around the "I", Big Brothers and Sisters are encouraged to approach interactions from the viewpoint of F.1 students, in doing so remaining patient while fostering a deep sense of understanding.



A picture Nicole took two years ago with 1E in the covered playground as a memento



Nicole with last year's 1A during the swimming gala

Nicole has accumulated numerous unforgettable memories throughout her participation as a Big Sister. Among them, the most enduring ones are those instances where students from years past remember her as their Big Sister, even after several years. While she may not recall all the F.1 students' names, Nicole expresses immense gratitude for the opportunity to be a Big Sister, and is extremely delighted to hear about the impact she had on their lives and the lessons she passed on.

Nicole credits much of her growth to Oscar Yue, the chairperson of last year's programme, whom she regards as her role model. Oscar's kindness and commitment to engaging with F.1 students left a lasting impression on Nicole, shaping her to become a competent role model.

Nicole's expectation for future leaders of the Big Brothers and Sisters Programme is clear. She hopes they won't be constrained by rigid rules, but instead be courageous to forge their own path, becoming a source of inspiration for others. It is her sincere hope that the new leader may discover her own goals and pursue their own form of leadership, thus continuing the healthy tradition of guiding and nurturing STMC's future generations.



Nicole in the Big Brothers and Sisters' day camp group photo last year

# 沙循生活巡禮



中一學生經歷了祝福禮，家長到場見證子女的重要時刻。



戲劇學會成員在課外活動巡禮賣力宣傳



學生用乾樹葉和花製作書籤，以此開啟更廣闊的閱讀之旅！



校長與老師一同探討世界公民等議題



跨課程閱讀小組於午間向同學宣傳



雪糕車駛入校園，讓同學感受開學的喜悦！



為中六應屆文憑試考生打氣



同學參觀九龍循道衛理教會堂址



《沙循生活》編委大合照



本校同學榮獲沙田區傑出學生



師生積極籌備第一次基督徒大會

## 《沙循生活》編委顧問：

張翠儀校長

## 《沙循生活》編委負責老師：

王麗君老師、吳詠琳老師、葉沛林老師、黃惠嫻老師

## 《沙循生活》編委成員：

林芷雅、劉懿、彭頌恩、周樂盈、葉芷蘊、曾子恩、李卓善、湯恩悅、蔡曉櫻、何海燕、李紫蔚、何珮熒、何睿琳、溫晉、馮致和、麥顯翹、施衍初、陳諾生



學生學習如何運用現有文本創作詩歌