

## 成長的密碼及幸福的鑰匙



親愛的慈千同學們：

送給大家一段黃校長很喜愛的話：「教育關乎成長，它要讓人在成長中找到智慧和喜樂，就像掌握幸福的鑰匙。智慧使人洞悉生命意義，喜樂使人樂觀進取。人生變幻無窮，際遇浮沉莫測，順境逆境、疾病健康，儘管如此，只要樂觀地持守生命本有的意義：珍惜天恩、熱愛眾生。」

(韓大輝總主教)



每當走過校園，看見你們蹦蹦跳跳著奔向課室的身影、聽到課堂裡響起的歡笑與討論聲，校長的心裡都充滿溫暖與期待。今天，想和你們分享一個「成長密碼」——養成好習慣。這些

看似平凡的堅持，將會成為你們追尋成為慈幼青年美好特質的「魔法鑰匙」！

在生活中，規律的習慣是快樂的基石。每天早睡早起，整理好書

包、疊好衣物，按時完成值日任務。這些小行動不僅能讓生活井井有條，更會讓你時刻保持從容自信。當你把自己房間及課室收拾得整整齊齊，把作業安排得清清楚楚，喜悅便會從心底湧現——原來，把平凡的事做好，就是一種了不起的成就！

健康的飲食習慣是茁壯成長的基石。不挑食、不偏食，記得多喝溫水，多吃新鮮的蔬菜水果，少吃糖果和油炸食品。每一頓營養均衡的飯菜，都是天主賜予我們的珍貴饋贈。吃得健康，才能讓身體強壯、腦袋靈活，用最好的狀態去努力求學，回應天主對我們的期許！

生命在於運動！運動則是與陽光共舞的時光。放學後和夥伴們打一場籃球，周末和家人去公園騎車散步，或是每天堅持跳繩跑步。在奔跑、跳躍中，不僅鍛鍊了體魄，更能釋放壓力、收穫快樂。當你願意帶動同



學一起運動，熱心侍主的精神便在汗水與笑聲中傳遞，讓校園充滿活力！

書籍是智慧的源泉，養成閱讀的習慣，就像打開了一扇通往無限可能的大門。每天抽出半小時閱讀，無論

是《聖經》故事、童話故事，還是科普知識，都能帶你走進無限廣闊的世界。在書頁翻動間，你會學會關愛他人、理解不同的觀點，更能從主人公的經歷中汲取勇氣，成為天主的好助手，用知識服務身邊的人。



而良好的學習習慣，是你們攀登知識高峰的台階及在學業上披荊斬棘的利劍。上課專注聆聽、積極發言，課後主動複習、善於提問。遇到困難時，不要害怕求助於老師

和同學，也別忘了把學到的知識分享給身邊的同伴。當你帶動同學一起解決難題、共同進步，「以青年帶動青年」的力量就會像星星之火，照亮我們整個慈幼千禧校園！

節約習慣體現著我們的品格，「誠信儉樸」的校訓告訴我們，節約每一滴水、每一度電、每一粒米，是對勞動者的尊重，也是愛護地球

的表現。你們可以從環境保護開始，減少浪費、資源重用，用行動傳遞節約的美德，做天主委派的地球好管家。

同學們，慈幼青年的美好特質不是遙不可及的目標，而是藏在你每天的行動裡。從今天起，讓我們把早睡早起、好好運動、健康飲食、堅持閱讀、節省資源.....把這些小事當成有趣的挑戰。黃校長相信，只要你們懷著信心堅持下去，一定能成為時常喜樂、努力求學、熱心侍主、關愛服務、帶動他人的閃亮之星！當你們養成這些好習慣，就能真正踐行「誠信儉樸」的精神，成為更自信、更善良、更優秀的自己！願天主的愛與你們同在，伴你們在成長路上綻放光彩！祝大家平安喜樂，天天進步，成就更好的自己！



慈幼葉漢千禧小學

黃偉堅校長

2025年6月

