

## 中一級級社成立 真光女兒薪火相傳

香港真光書院於 2023 年 3 月 3 日舉行了中一級級社成立典禮，當日全校師生一同見證本屆中一級同學的大日子，校方更邀請了資深營養學家李正雅小姐與同學們分享人生經驗，令同學獲益不少。

成立級社是真光的傳統特色，藉此團結真光女兒，發揮互助互愛的精神。本年度中一級社名為「蘅圃社」，社花是菊花，菊花在百花凋零的秋天開得特別燦爛，一支獨秀，可見它頑強的生命力，象徵社員不怕困難、勇往直前、迎難而上。社色為藍色和白色，藍色代表冷靜和沈著，白色代表友善，象徵同學待人接物的態度。社訓是「日出而作」，勉勵同學應該把握時光，當晨曦來臨的時候就開始工作，每日勤奮上進，努力愛神愛人，發揮服務精神。以基督真理處世為人，明辨是非，言行一致，成為真光女兒的典範。

典禮開始時先由中一級社主席王紫瑤同學致辭，分享她成為主席的感受。其後黃同學分享了中一級同學入讀真光後的校園生活，當中包括全方位學習日、陸運會、中一早操和班際詩歌比賽。這些活動讓初踏入真光校園的中一同學團結起來，明白到分工合作的團體精神，全力以赴，竭盡所能，足見「蘅圃社」同學積極投入學校生活。

當日大會邀請了營養學家李正雅小姐作嘉賓，分享團體合作的重要性。她勉勵同學為級社、為學校、為社會作出貢獻的時候，要齊心忠誠地服務，願意付出時間，承諾將事情辦妥。同學亦要以正面的態度看待事情，將別人給予的批評變為一種推動力，一種鞭策力。大家應該趁年青時把握學習機會，不要害怕別人的眼光和批評，因為這些都是讓自己成長的養分。

最後校長吳博士把聖經章節節錄製成書籤，作為小禮物贈送給全體中一同學，希望她們從中學領會聖經道理，並且互相勉勵。

真光校園記者  
李嘉芸、李峰恩報道

典禮結束後，李正雅小姐接受校園記者的訪問，提及同伴在人生道路上的重要性，並鼓勵同學在磨練中成長。

記：您好！知道李小姐曾在加拿大求學，當時如遇到困難的話，有沒有扶持您的人？他/她們做了甚麼讓您最為深刻？

李：加拿大讀中學課程較香港容易，讀得輕鬆，到大學時便開始懶惰，然而課程開始艱深，導致成績一般。幸好那時有哥哥陪伴，他的朋友見我讀得不太好，就自動請纓教導我，所以我認為有困難時一定要尋求朋友幫忙。有時甚至擔心第一年就被趕出校，這些本來都不想讓人知道，幸得一個朋友察覺後帶我到教會參加團契，讓我可以將自己的憂慮跟教友分享。教友和我同樣是大學生，我看到他們常存喜悅，又找到人生意義，便問他們讀書有沒有困難，其實他們同樣都會擔心成績，但只要做好自己的本分，有努力過就可以，其他部份就交給神吧！我感受到他們帶着神的愛，覺得很特別，就想深入探究這信仰。了解多了、接觸多了，慢慢地我就變得開朗、正面，人生有了目標。最初我只是參與者，後來慢慢踏出第一步，在教會做事，這些都是助我日後投身社區工作的鍛鍊。凡事不要怕做錯，用心做事自會得到別人的包容和體諒，既然機會就在眼前，就要好好把握！

記：的確，親人和同伴的支持起了關鍵作用，他們甚至影響了您日後的信仰人生。說起「同伴」，過去三年疫情，令同學們缺少正面交流和相處的機會，如今逐漸復常，同學或多或少會出現「溝通障礙」、「社交恐懼」的問題，您建議她們如何面對這些情況？

李：首先同學要勇於踏出第一步。經上記著說：「你們願意人怎麼待你們，你們也要怎麼待人。」你可以先主動關心朋友，引起話題，增加互動溝通，從而促進彼此了解，慢慢建立友誼。

記：嗯，建立珍貴的友誼絕非一朝一夕之事，像酒一樣需要時間慢慢蘊釀。你除了是營養學家、催眠治療師，還是體適能的導師，為何不只是專注於自己的工作，反而抽時間到不同的學校進行講座呢？

李：營養學家的工作是與客戶單對單溝通，然而我發現只以這方式推廣健康飲食教育是不夠的。進行講座不但能鍛鍊演講技巧，增強自信心，更能廣泛地宣傳健康信息，受眾增加，收集到的反饋就更多，讓發現自己的不足並即時改進。因此我認為到不同學校進行講座是一舉多得。

李：李正雅小姐

記：真光校園記者



中一級同學合唱表演，展示真光女兒的才藝



應屆中一級社主席王紫瑤同學致辭



吳校長贈送紀念品予全體中一同學



吳校長致送紀念品予嘉賓李小姐



李小姐於台上分享團體合作之道



李小姐、吳校長與應屆中一級社幹事合照



李小姐與吳校長及真光記者合照