



循道衛理楊震社會服務處
Yang Memorial Methodist Social Service

主辦



民慧發展有限公司

贊助



大
行
動

計 | 劃 | 特 | 刊

our GOOD memories



INDEX

目錄



P.1 - P.3	序
P.4	計劃簡介
P.5	誓師大會
P.6	主題訓練
P.7 - P.26	小組介紹
	· 義同心
	· VQ 職員隊
	· Helpful men
	· 同心同行
	· 笑笑兵團
	· 共撐兵團
	· Happy Dragon
	· 智有義心
	· 「四善」牽·滿FUN義工計劃
	· Loving-Kindness義工計劃
	· One-Piece義工隊之撞盟13幫
	· 天使在左右義工計劃
	· I Love Share
	· C-Nine組
	· MCS足球隊
	· 燃夢天使
	· Guardian 守護者
	· 美少女11人
	· Oh Yeah 笑口組
	· 他連得組
P.27	服務評審
P.28 - P.29	嘉許禮
P.30 - P.31	學生分享
P.32	嘉賓分享
P.33 - P.36	參考資料
P.37	鳴謝



循道衛理楊震社會服務處 總幹事
陳黎生先生

『儒家思想十分著重個人的操守和修養，亦重視家庭和諧，從而建立一個穩定的社會。這個思想對於成長中的青年人有很大的幫助，特別在香港這個國際都市，面對著不同價值觀念的衝擊，可以成為青年人一種提醒和教導。』

今次我們很高興得到社會福利署攜手扶弱基金及民慧發展有限公司的贊助，使我們可以透過『青少年「好人好事」大行動』，深化儒家思想對青年人在生活上、家庭角色上及社會參與上的正面影響，建立青年人的品格；另一方面，透過商界的贊助、社署的配對基金支持，以及學校的合作一同推展這項計劃，亦是楊震社會服務處在青年工作上的一個突破。在整個過程裡，我看到一班年青人如何掌握到計劃的核心價值(仁義禮智)，更在義務工作中發揮得淋漓盡致，相信對他們個人，以及其家庭都有很大的幫助。盼望這個計劃可進一步深化和擴大，使更多年青人得益。

最後，衷心感謝民慧發展有限公司創辦人余國民先生及其家人、董事馮謝笑薇女士及其丈夫馮盛邦先生積極推動和支持此計劃；也感謝前教育署署長余黎青萍女士、社會福利署助理署長(青年及感化服務)吳家謙先生、循道衛理聯合教會社會服務部部長林崇智牧師、資深教育家黃漢立老師、攜手扶弱基金助理計劃經理潘婉儀女士、信報助理總編輯梁享南先生及達芙妮國際控股有限公司首席運營官胡煥新先生為計劃擔任評判和嘉賓；更向各合作學校的校長、老師、參加者的家長深表謝意。

計劃特刊

our GOOD memories

大行動



民慧發展有限公司 創辦人
余國民先生(右二)

本活動自去年誓師大會至今整整一年裡，各位同學十分用心，全程投入，發揚中華文化仁愛有禮的精神，發揮無限創意，服務社會，幫助各個弱勢社羣，範圍極廣，甚至涵蓋至流浪貓狗，充份體現孟子：「親親而仁民，仁民而愛物」的精神。每位同學在籌劃活動時，學會大家合作、互相尊重、包容互諒等人與人相處的重要元素，發揮團隊精神，令每組的活動都獲得驕人的成果。我替他們十分高興並向他們致以衷心的祝賀。

評審時，發現同學們不單已經了解儒家仁、義、禮、智的內容，而且還切實反映在他們的行動，充份體現在身體力行之中。希望他們百尺竿頭，更進一步，繼續好人好事的精神，將中華文化優良的傳統發揚光大。

此項目的緣起是因為我長女前年在英國修讀預科時，獲學校頒發「良好公民」獎，嘉許她積極人生的態度，包括：努力學習，待人接物友愛友善，還積極參加志願工作，參與學校及社區活動。此獎給她很大的鼓勵，使她更有信心面對人生未來的挑戰。因此，我也希望在香港推廣類似的獎項勉勵年青人。

其實，中華文化源遠流長，自古已經以禮儀之邦名聞天下。傳統的儒家思想，教導我們勤力學習，發奮上進，真誠信實，無偽無虛。《大學》裡所講的修身、齊家、治國、平天下，就是以個人的道德實踐為基礎，以造福天下百姓為目標，服務社區只是剛剛起步而已！因此，我們與楊震合作，藉着此項目推動良好公民的概念，提倡認真做好人，切實做好事，希望年輕人可以承傳中華優良的文化，以現代的方式，把它發光發熱，讓年青一代成為利人、利己、利社會的良好公民，貢獻一點綿力。

最後多謝循道衛理楊震社會服務處，特別是陳藜生先生、李婉心小姐、曾泳淇小姐與及一眾社工朋友的全程投入和盡心努力。多謝各位校長及老師的支持。多謝社會福利署攜手扶弱基金，沒有你們的幫助，一切只是紙上談兵，特此向你們致以真摯的感謝！

為了延續好人好事的精神，現正籌辦第二屆活動，希望繼續得到你們的支持。多謝！



前教育署署長
余黎青萍女士

(服務比賽總選評審、
嘉許禮暨成果展示嘉年華主禮嘉賓)

『青少年「好人好事」大行動』以培育年青人的道德品格為宗旨，是極有意義的鴻圖大計，亦是余國民先生的宏願，我能夠參與獻一份力，是緣份、是福氣。

計劃透過整整一年的活動，讓同學們學習積極的價值觀，體驗正確的人生觀，啟發他們的創意，把中華文化的優良傳統：仁、義、禮、智的美德融入活動中，服務社群，從助人得到內心的喜悅和滿足，因而領悟到精神和心景的富足比物質的享受更為可貴！

要達至仁、義、禮、智，並非一定要做一些驚天動地的事情。其實在日常生活裡時刻可以做到，早晨看見家人、鄰居、同學或同事，禮貌地對他們微笑、打招呼，表露內心的溫情善意，真正的仁德就已經顯現出來了。這樣，人與人之間、家庭之中自然和睦，讀書或工作會開心一些，問題自然也會迎刃而解。

無論在家庭、學校、團體或者商營機構以至政府，待人處事都要公平公正，不偏不倚，為上的言行一致，以身作則，矛盾和爭拗自然減少，戾氣消除，隨之就是上和和睦，家庭融洽，政通人和，社會進步，人群幸福。概括而言，仁、義、禮、智就是社會和諧的基石，人群快樂的源頭。

『青少年「好人好事」大行動』是非常有意義的計劃，重點在培育年青的新一代，是十分值得支持和推廣的。祝願計劃可以延續下去，也希望同學們繼續發揚「好人好事」的精神，服務社羣，做負責任、有承擔的良好公民，為社會、為香港作出貢獻。我深信只要大家齊心向著仁、義、禮、智的康莊大道邁進，必有所成。年青朋友，努力！加油！



計劃簡介

INTRODUCTION

計劃簡介

『青少年「好人好事」大行動』是由循道衛理楊震社會服務處轄下三個青少年服務單位合辦，並獲得社會福利署攜手扶弱基金及民慧發展有限公司贊助。計劃鼓勵年青人在社會上以不同形式推廣「好人好事」，透過訓練及策劃好人好事行動及服務，一方面獲取正面的成長經歷，另一方面亦能學習和傳承良好的中華文化「仁、義、禮、智」，成為有承擔的良好公民。

計劃內容

日期	內容
2013年3月至6月	招募及面試
2013年7月	誓師大會
2013年7月至9月	主題訓練：戲劇工作坊、貧富宴
2013年9月至2014年3月	「好人好事」小組（策劃及執行階段）
2014年3月至5月	服務比賽評審
2014年9月	嘉許禮暨成果展示嘉年華

參與情況

參加人數：191人

協作學校數目：11間

「好人好事」小組參加者總參與時數：約9,842小時

總服務人次：約9,253人次

服務對象包括：

兒童、長者、全校師生、社區人士、基層人士、新來港家庭、單親家庭、劏房及板間房住戶、露宿者、失明人士、戒毒人士、特殊學習需要學童、被遺棄動物等。

KICK-OFF CEREMONY

誓師大會

好人好事 大行動 計劃特刊
our GOOD memories

2013年7月7日，計劃的「誓師大會」於香港浸會大學孔憲紹博士伉儷講堂舉行，當日獲一眾嘉賓、校長、老師及參加者出席支持，場面十分熱鬧。氣勢如虹的誓師儀式成為了活動的高潮，並為計劃揭開序幕！

大家都爭相與「仁、義、禮、智」公仔拍照

豐富的茶點！開餐~~

氣勢如虹的誓師儀式

大合照!! Yeah~~~

誓師大會

同學對計劃的期望(節錄)：

- ◆ 透過足球去關愛社區，做到共融有愛
- ◆ 希望藉著這個計劃，鼓勵我們青少年多做好事，將「仁、義、禮、智」精神實踐起來，從而令社會更加和諧。我亦希望能在這次計劃中得到更多經驗，在往後幫助其他人
- ◆ 期望在計劃中能認識更多新朋友
- ◆ 期望自己成為真正的好人，做好事，不要只是說，而是真心作出貢獻，幫助別人，做到「助人為快樂之本」及「施比受更有福」！努力！加油！Yeah!
- ◆ 希望透過自己發動好事，感染他人，鼓勵身邊的人多做好事
- ◆ 期望能嘗試設計、統籌及親自實行活動，可充實自己的人生，有所得著
- ◆ 為社會散發正能量
- ◆ 希望能夠帶領組員共同齊心做好這個活動、享受這個活動！Fighting!
- ◆ 期望更多有需要的人感受到溫暖，獲得援助。我亦希望感染身邊的人一起參與義工服務，凝結力量服務社群，讓愛延續
- ◆ 發揮小價值，帶動更多人/青少年做好事好人
- ◆ 希望可以擴闊眼光及學習別人的優點
- ◆ 希望可以藉這個活動跳出課室的框框，幫助有需要既人，貢獻社會
- ◆ 希望能於計劃過程中加深對自己、社會及四善端的認識！



戲劇工作坊



創作劇中人物角色

我們的社區也有很多好人好事！



戲劇創作中

2013年7月至8月，專業的戲劇教育導師為參加者舉辦了六場的劇場工作坊，以戲劇教育形式讓參加者明白「仁」和「禮」的概念，並體驗和反思其重要，以準備他們投入計劃往後的「好事」策劃。

看到小社會有不公平的情況，便勇敢發言！

嘉賓分享



富有的人可以食Pizza



貧富宴

2013年8月至9月，三個青少年服務單位共舉辦了三場貧富宴，以體驗性的活動形式讓參加者明白「義」和「智」的概念，並體驗和反思其重要，以準備他們投入計劃往後的「好事」策劃。

在小社會中也要努力工作才可以獲取薪金



循道衛理楊震社會服務處
何文田青少年綜合發展中心

義同心

組員姓名

梁心兒、容家琪、唐燕妮、黃小麗、黃粵華、蘇麗明、石雅詩、陳嘉玲、陳嘉燕、盧婉淇

我們「義同心」是一班由高小至初中學生組成的小組，我們在計劃中主要舉辦了「仁禮小先鋒」小組及「BIG BANG」攤位遊戲。

「仁禮小先鋒」小組的服務對象是幼稚園至初小學生，目的是為了讓他們學會「仁」和「禮」。透過互動遊戲，加深印象，學會並實踐關心及以禮對待身邊人。



人力坦克車，準備出發！



「水到渠成」講求組員共同付出，關心身邊組員情況，一同達成目標。



透過遊戲「一同來過河」，讓小朋友學習願意犧牲、付出，一同以衣服鋪路過河。



在遊戲「乒乓球彈彈」中，小朋友分成兩組，除了比較，更重要的是學懂互相支持及鼓勵，還有不怪責組員。



義同心訓練日-由導師帶領團隊合作活動。



一同唱歌時間：「胸襟闊，不小氣，胸襟應該廣闊D」。



Helpful men

余振強紀念中學

組員姓名

顏梓珊、陳恬樂、周穎彤、付嘉琪、林國滙、鍾發賢、馮俊彥、彭昕霖

VQ職員隊，是由迦密中學8位中五級同學組成，當中有6位是校內義工組的成員，他們均有著同一使命－「薪火相傳」，要把義工服務精神，在校內傳遞下去！

他們曾舉辦兩次大型義工訓練，有近100位同學參與；而受訓的同學們亦把握機會，在學年內參與了很多不同服務機會，將愛心分享！

VQ職員隊

迦密中學



訓練中的任務。



將服務使命傳遞予中一同學。



小朋友玩奧運呼拉圈。



努力協助攤位遊戲日。



毛毛虫大懲罰。



義工訓練營－薪火相傳。



聖誕探訪耆老院。



組員姓名

葉梓浚、吳樂軒、邱錫灝、劉嘉明、柯穎淳、錢俊杰、戎啟明、郭俊軒

作為一個國際都會，香港面對的貧窮問題早已不是三餐一宿、溫飽與否的問題，取而代之的是貧窮戶在高消費的環境中所面對的相對貧窮問題。他們和我們在同一個城市生活，但卻無法和我們過著相若的生活。我們無法知道「貧窮」對這些家庭的實際影響，更無力提出一些解決貧窮問題的政策措施，但我們可以主動認識身邊的社區、關注周遭發生的事物、服務有需要人士。

8位男學生參與了『青少年「好人好事」大行動』，學生首先接受了「戲劇訓練」及經歷了「貧富宴」的體驗活動，明白了基本的「仁、義、禮、智」觀念及社會上的貧富不均的現象。

其後，學生們希望透過收集食物、上門探訪及贈送食物等行動，進一步明白居住於劏房及天台屋居民之生活困境。



由校內同學捐出的食物。



食物有公仔麵、果醬、餅乾、罐頭……



一大箱食物，當然要兩個人一同搬運。



電箱和信箱就在樓梯旁邊。



住劏房的小朋友要站著做功課。



樓梯又狹窄，又骯髒。



小組介紹

OUR TEAM

順德聯誼總會胡兆熾中學

同心同行



組員姓名

王苑瑩、王佳銳、譚詠諭、陳文雅、黎駿傑、潘偉傑、魏子聰、陳浩鈞、魏詩如

我們的信念...

「仁」「義」「禮」「智」的良好價值觀並非一朝一夕能夠培養，是需要透過思考並配合行動才能衍生我們的計劃...

思考層面：

早讀文章+早會分享(潛移默化)，當中提倡三好學生「存好心、說好話、做好事」的理念

行動層面：

訓練好人好事小義工、為基層小朋友補習及帶領遊戲(身體力行)

帶領他們學習做小手工。



為基層小朋友補習，回應他們的學習需要。

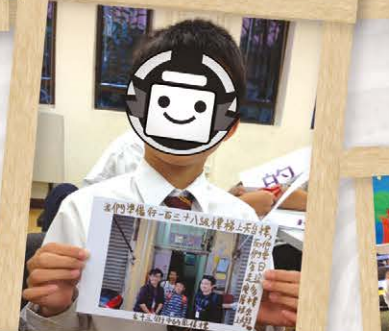


探訪廚房後，與小義工一同製作「今日關社」的展板。



帶領小朋友玩遊戲，他們很投入參與。

我們只行了一百三十八級樓梯上天台樓，做廚房探訪已經覺得辛苦，而居民卻要每日走這麼多層樓梯。



小朋友也很努力學習。



帶領小朋友玩遊戲，他們很投入參與。



迦密中學

笑笑兵團

笑笑兵團由一班迦密中學的中四級學生組成，服務何文田區內的南亞裔兒童，透過中文功課輔導班、成長活動及戶外活動等，協助一群南亞裔兒童在本地社區健康、快樂地成長。

組員姓名

譚文娟、何凱喬、駱玉程、徐悅、范嘉淋、吳卓怡、黃濟哲、梁縉婷、羅可君、梁惠雯

大家一起準備晚餐，享受下廚樂。



義工們在指導南亞小朋友完成功課。



南亞裔兒童正在學習製作甜品。



多樣化的成長活動以培養小朋友的興趣發展。



活動總結時，小朋友與義工們互相為對方填寫心意卡。



積極參與課堂活動的服務對象。



復活節假期裡，義工為小朋友籌備了一次宿營活動。



成長活動：吹畫，以發揮南亞裔兒童的藝術潛能。





循順德聯誼總會胡兆熾中學

共撈兵團

由一群中二學生組成的「共撈兵團」義工組，透過不同的訓練及服務去關心身邊的人、事、物。我們走入社區，認識並關懷區內獨居長者，協助他們粉飾家居；期後更邀請他們到學校參觀，一同交流、分享。學期末，為答謝學校老師、職工及領袖生們對於同學的付出，我們親自烹調了糖水及沙律送給他們以示尊敬和感謝。過程中，我們除了學習到同理心及利他精神，更提升了與社區的連繫感。

組員姓名

王津淙、魏俊超、邵洛軒、呂思琪、陸智慧、林冠葆、黃頌文、蕭晉浠、謝家希



一同開心地在學校內煮晚飯。



為長者油鐵閘，粉飾家居



為老友記介紹學校特別的花草樹木。



我們一同合力攀過這個巨大的石頭！



工友也好奇你們的早餐煮得如何，心想：「都幾好啲！」



與老友記愉快的傾談。



教導老友記做手指操。



在學校門外美麗的壁畫前拍照。



組員姓名

葉馨、溫婷欣、唐敏婷、廖希婷、梁文心、王翰平、李梓賢、韓宗霖、劉秋儀、袁已淇

聖公會聖一堂中學

Happy Dragon

Happy Dragon義工隊的服務主要為低收入及新來港小朋友補習，關心他們的學習需要。而除了教導小朋友課本上的知識外，一班義工還會按照小朋友的興趣去提供課餘活動，如畫畫、手工藝等。在活動中亦讓小朋友學習到怎樣與人相處，小朋友的關係亦師亦友，和同輩相處融洽。另外，考慮到小朋友的家庭經濟狀況，較少有出外玩樂的機會，一眾義工還會帶他們到處遊玩，例如：天際100、到尖沙咀看燈飾等，學習時亦不忘玩樂，帶給小朋友開心的時光。



貧富宴中一起同甘共苦！



小朋友漫遊天際100。



欣賞聖誕燈飾



Peter哥哥悉心教學。



很有愛心的溫姐姐。



逐家逐戶去做家訪，了解服務對象的不同需要。



小組介紹

OUR TEAM

智有義心

循道中學

本小組以「仁」、「禮」作服務的背後理念，並向基層學童提供功課輔導及探訪劏房住戶，了解基層人士的生活並向他們表達關懷。

組員姓名

黎鋸朗、曾凱陽、相全、蕭子滔、黃榮熙、鄧卓軒、蔡柏禧、林兆勤、王文禧



訪問午夜墟攤檔體驗，以了解當中人士的生活。



做功課無難度。Yeah!



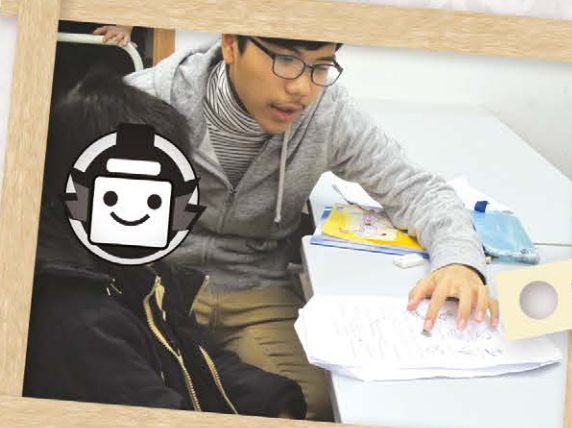
協助家長下載字典手機應用程式(APPS)協助兒童學習。



與學童功課輔導的情況。



透過遊戲學習。



我們用心地教，小朋友留心地聽。



CENTUM CHARITAS FOUNDATION 百仁基金 beHERO 慈善跑 2014 Centum beHERO Charity Run 2014



組員姓名

許錦雄、余思豪、賴君耀、陳嘉紅、周聲輝、梁嘉嘉、姚鎔璇、莫雅琪、甄青媚、潘穎恒

服務包括為低收入兒童進行功課輔導、舉行仁愛、關愛家庭攤位及帶領視障人士運動。透過服務學習「推己及人」。今次以「關愛、家庭」為主題，提醒我們首先對家人關懷、包容、愛護等等。社會上的家庭如果有愛便和諧得多。另外，視障人士感到我們真心的關懷及去了解他們的生活上面對的困難，並提醒自己人人都值得被尊重。透過領跑過程中的傾談，有機會表達我們的關心與愛。我們的能力不大，希望透過幾次的「同行」、物資送贈，讓他們感受到我們對他們的關懷。

中華基督教會蒙民偉書院

「四善」牽·滿Fun義工計劃



體驗視障人士生活。



體驗視障人士面對的困難。



學習如何與視障人士相處。



成功完成攤位。



各參加者體驗成為領跑員。



聚精會神接受訓練。



小組介紹

OUR TEAM

Loving-Kindness 義工計劃

循道衛理楊震社會服務處油尖旺青少年綜合發展中心

以仁、義、禮、智為服務理念：

- 仁 - 要有惻隱之心，以真心去付出，用最盡意的方式愛他人。探訪露宿者時，深切感受到幫助別人，有著很大的正面幫助。
- 義 - 社會上的福利制度未能完全惠及曾經為社會奉獻的老人家，應該多點關心受社會不公平對待的人，同時知道關心是不足，應付諸實行，令他們更受關注。
- 禮 - 無論是最沒有權力的人，或是最有錢的人，都有令人尊敬的一面。有些長者被社會所忽略，他們需要我們的一點關心與尊敬，便能夠感到開心。
- 智 - 「人貴有自知之明」，服務加深對自己正確及客觀的認識，更能看清楚自身的優點和缺點，加上反思和改進，謙虛、自信等品質就能慢慢形成。

組員姓名

戴心豫、鍾麗盈、戴紫瑤、李穎琛、呂文蔚、李珍妮、鄧頌欣、鍾麗淇



長者欣賞義工獻唱歌曲



參加者親自製曲奇，送贈露宿者



長者欣賞義工獻唱歌曲



關心院舍的長者



組員參與戲劇教育工作坊



組員參與貧富宴體驗活動



好人事 大行動
計劃特刊
our GOOD memories



美少女姐姐同小朋友開心唱聖誕歌

組員姓名

利卓婷、陳婷婷、薛愷盈、陳樂晴、李曉瑩、黃鈺惠、林穎彤、黃愷欣、陳彥冰、梁婉婷、姚卡洛、蔡麗華

循道中學 One Piece 義工隊之 樟盟13幫

我們是由13個愛與正義，心口鑿著個「樟」字，穿綠色運動衫之美少女學生組成的義工隊，我們除了要把仁義禮智發揮在服務上之外，我們這隊特意挑選仁和智去發展。我們會帶著仁心去服務基層人士及活在貧窮線下的人；還有用「智慧」去反思及探討這個社會很嚴重的貧窮問題；貧富懸殊的差距及如何於社會上協助這班大眾。

(訓練篇)去訓練CAMP，最開心就係等到食飯環節~



聖誕兵團出動，為每個孩子送上歡樂~!



Jessica姐姐細心指導學生



探訪低收入的劏房戶



(訓練篇)高空突破自己的挑戰



為露宿者及綜援人士



報佳音活動，不論男女老少也寫上祝福





小組介紹

OUR TEAM



組員姓名

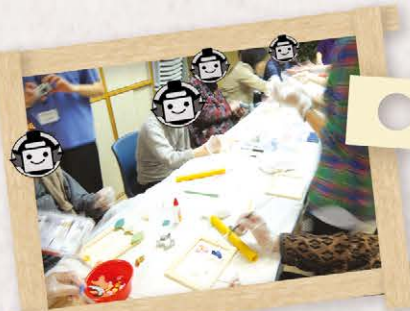
何惠琛、劉靜敏、王昱榮、霍雪桐、譚耀彤、周倬如、關堅琳、林巧兒、廖妙蘭、劉美詩

循道中學

天使在左右義工計劃

天使在左右義工服務團隊是一個透過藝術創作和義務工作實踐「仁、義、禮、智」

的義工團隊。本著仁愛、追求公義、推己及人、互相尊重及明辨是非的心去服務長者及南亞裔人士。過程中，團隊教授長者製作輕粘土畫，讓長者發揮創意，建立成功感。期後，團隊與南亞裔兒童及家庭一同進行藝術創作，並進行家訪，把一同合作製作的藝術品贈送予南亞裔長者。



探訪安老院

送贈手工藝給老人家



輕粘土製成品



製造輕粘土模，籌備義工服務



與南亞裔兒童進行服務



與南亞裔兒童及家庭探訪老人家



循道衛理楊震社會服務處油尖旺青少年綜合發展中心

I Love Share



組員姓名

吳欣璇、何穎儀、葉雙紅、周嘉華、張瑋晏、鄧祺銘、張根森、郭懷恩

透過攤位活動宣揚關心訊息。



夜裡，有人下班回家，有人外出消遣...還有我們，帶著食物、飲品和一顆心，走到深水埗，走到無家者身旁。透過彼此的分享，互相影響。

我們曾經於小組訓練了解無家者的背景和探討與無家者相關的社會政策，後來更身體力行走到社區，探訪板間房的住戶、主持攤位遊戲、走訪深水埗和南昌與無家者聊天相處。



我們正把物資送給通州街公園一涼亭下的無家者，好讓他們能墊著腰骨，睡得舒服一點。



探訪前準備。



一同商討活動內容。

伯伯，感謝你用自己的故事勸勉我們要用功讀書。



伯伯，我們會好好學習你逆境自強的性格。



伯伯的知足常樂讓我們更珍惜現在所擁有的一切。



小組介紹

OUR TEAM

香港中文大學校友會聯會陳震夏中學

C-Nine組



組員姓名

王卓盈、錢樂楓、吳穎欣、鄺皓怡、曾詠欣、羅智軒、吳家賢、陳穎敏

C-Nine這個名字，代表著小組9個C的元素，分別是Caring / Confidence / Considerate / Clever / Courageous / Creative / Cheerful / Communicative / Capable，小組運用這些元素來服務社會上不同的人士。我們曾探訪無家者，在街頭上聽著他們的故事；為了宣揚「仁、義、禮、智」的訊息，小組聯同不同年青人及兒童，走到獨居長者的家中，給他們一份關愛。分享愛的同時，小組亦透過「快樂攝影」與一班長者回憶童年的快樂。與樂餉社的合作，組員可以協助社會減少浪費及幫助弱勢得到一份「早餐」一起見證不同的「好人好事」。



老師也一起準備禮物給探訪對象。



細聽無家者的故事。



為長者化妝，準備拍攝造型照。



孩子們的笑容，感染長者。



與兒童一起關愛基層的獨居長者。



協助「樂餉社」到不同地方收集麵包，收穫豐富。



探訪露宿者人士，體會關愛共融。



組員姓名

陳仲希、孔達勳、Shirza、楊添傑、周啟俊、何嘉俊、梁凱東、鄭家傑、李崑邦、蔡華炎、陳浩遠、黃景良

港九潮州公會馬松深中學

MCS 足球隊

MCS足球隊成員是一群足球愛好者，他們期望能「踢高一線」，發揚「仁、義、禮、智」美德。除享受足球的樂趣外，透過足球延伸的活動去服務社會上不同的弱勢社群，包括露宿者、戒毒及戒賭人士、殘疾人士、南亞及少數族裔貧窮小朋友，並透過沙田圍足球場問卷調查，向區議員表達意見，藉此改善社區設施，服務社會，踢出不一樣的足球。



曙光足球隊，我們MCS足球隊會一直支持你們，你們要繼續加油，創造更多奇蹟。



協助殘疾人士重拾理想，再次嘗試教授急救知識。



親身體驗露宿者拾紙皮、準備晚餐及尋找睡覺地方等生活。



足球訓練Fun Day：服務南亞及少數族裔貧窮小朋友。



親身體驗露宿生活。



老師及好友也來支持、打氣！



开心的活動~yeah!!!



沙田循道衛理中學

燃夢天使

組員姓名

任靄昕、溫卓鈴、李芷盈、歐悅明、麥楚翹、吳琬琳、曾凱琳、曾美盈、陳旻芊、蕭喬

我們是十位充滿活力、幹勁和理想的「天使姐姐」，在計劃之始，我們已決心要為基層家庭兒童帶來尋找夢想的机会。經過一連串的遊戲、製作美食、做手工、學習英文、大學校園定向等活動，我們與兒童分享夢想，更分享快樂。原來義工並非只是去「做」，更重要的是付出真心去令兒童感受被關愛；「仁義禮智」亦不只是課本裡的知識，而是在日常生活中可以實踐的。「燃夢自助·絕對冇錯。相信自己·擁抱自我！」

代入小朋友的角度，設身處地為他們設想，是我們的最大得著。



我們一手一腳製作遊戲攤位，教導小朋友明辨是非，以禮待人。



小組團隊活動讓我們學習細心聆聽，分工合作，友誼更勝從前！



「Peter Piper picked a peck of pickled peppers...」急口令很難啊！但小朋友不斷努力的嘗試和神速的進步，使我們很鼓舞！



我們每次都會親自試玩遊戲，務求調較至最適合小朋友的難度。



我們和小朋友在一輪聖誕歌舞中打破了隔膜。



組員姓名

陳琴、賴佑詠、呂泳頤、梁欣欣、梁永健、譚震宇、黃翠芬、關兆淇

Guardian 守護者

組員透過音樂宣揚仁及禮，以五月天歌曲「星空」帶出知足常樂、平常心對世事、欣賞大自然的訊息。組員亦教授音樂知識予小學生，並於中心不同的品德教育小組，透過遊戲，講解仁、禮的好品行。另外也運用小朋友在Band房拍攝的相片，製作Memo紙，宣揚關愛精神。

剛開始的學習。



組員耐心教授。



組員向小朋友用心講解。



小朋友的角度配有意思的歌詞。



入組宣傳仁、禮的品行。





沙田培英中學



組員姓名

余曉楓、謝綽茵、蘇可兒、陳曉怡、許嘉琳、余桂萍、廖敏彤、黃凱晴、譚芷琦、袁慧琳、甄可盈

美少女11人

「美少女11人」是由11名中五的女同學所組成，雖然學業功課繁重，但她們仍然願意付出時間去關心社會上有需要的人。所謂老吾老以及人之老，幼吾幼以及人之幼。為了關愛社會上的兒童，我們特意探訪兒童之家，務求為他們帶來歡樂和溫暖。我們拜訪兒童之家，親手為小朋友準備食物和小遊戲，並帶他們外出放風箏，把快樂帶給他們。小朋友們期待家庭的溫暖我們未必可以給予，但我們每次都親手預備食物及活動令他們感到他人的關懷。此外，我們亦透過參加國際十字路會的活動，了解住在貧民窟的人的生活，知道他們每天也把時間放在工作上，但他們的辛勞卻得不到公平的對待，縱使放棄了尊嚴仍逃不掉貧窮的困境。這不只是他們的世界，亦是我們的世界，我們怎能冷眼旁觀？我們對世界應有一份熱誠的責任及關懷。我們將活動中所體會到的，製作成3款明信片，並派發予校友及社區人士，將正面訊息傳遞出去。計劃讓我們從微觀至宏觀地關懷社會，由細小的兒童的家庭問題，到大至世界性的貧窮問題。愛心及付出可為世界上生活困苦的人帶來安慰及改變。

尊嚴不斷被人踐踏，除了對他們表達同情及義憤外，我們還可以做什么？



驗貧困人士的生活。



願他們能面向陽光。自由、快樂地在空中飛翔!!!



Tasty of poverty: 相信我們有得食已經比世界很多人好了!!!



一磚一木，我們築起這個簡單課室!!他們需要的不只是一間課室，而是獲得教育的機會。教育是打破貧窮循環最重要的工具!!



普天同慶的日子，兒童雖不能回家，但我們總算為他們帶來歡樂。

聖羅撒書院



組員姓名

李思言、李倩瑜、徐雪晴、李凱彤、謝穎旻、朱朗言、蔡悅兒、黃樂知、周卓兒、韓佩思

Oh Yeah 笑口組

「Oh Yeah 笑口組」由10位就讀聖羅撒書院的中三女生組成。計劃期間，組員曾經進行以下活動：參觀食物銀行、探訪大角咀區的低收入家庭、參觀保護遺棄動物協會、到茶果嶺寮屋區進行考察及進行長者義工服務。另外，組員也在校內設置壁報及「食為『勞』食物捐贈大行動」攤位，向師生介紹本港的貧窮情況，並進行食物募捐行動，在校內推廣「好人好事」訊息。最後，組員也親自設計明信片及貼紙，派發予校內師生，宣揚「愛與關懷」和「愛護動物」訊息。這計劃讓10位組員過了既開心又有意義的一年，大家也有不同的學習和成長！



我們到茶果嶺進行義工服務，遇上很健談的老友記！



到寮屋區探訪，讓我們認識到不同的社區，令我們大開眼界。



我們探訪了一位很友善的婆婆。



第一次參觀食物銀行，了解其運作。



我們設計的校內攤位「食為『勞』食物捐贈大行動」!



親身探訪籠屋居民，籠屋的環境令我們留下非常深刻的印象。



學生對攤位的反應不錯，有的在聽介紹，有的在寫心意卡……



參觀保護遺棄動物協會，我們看到被遺棄的狗狗，都覺得很心痛。



小組介紹

OUR TEAM



組員姓名

梁皓程、楊鍾偉、周天樂、劉卓賢、潘芷珊、沈美穗、余卓賢、林詠彤、汪子婷

小組舉辦了「仁義禮智同樂日」，透過攤位遊戲讓社區人士認識仁、義、禮、智代表的不同品格，包括關愛、正義、尊重、及明辨是非等等。組員預備了日常生活的情境問題，例如有關禮貌、幫助他人等等，加強社區人士對以上品格之認識。組員亦用心設計攤位，除了拋彩球、擲彩虹、釣魚外，組員更加加入Nerf槍體驗，創意地讓參加者一嘗展示正義感的滋味。組員亦繪畫圖案以印製精美圖卡，宣揚「愛，讓世界不一樣」的訊息。



為了讓攤位活動變得更為吸引，組員們加入了抽獎環節，小朋友們都十分期待！



在攤位「擲出彩虹」，小朋友玩得投入又能學習以禮待人，組員也帶領得十分開心！



組員們精心設計的攤位-智趣釣魚樂！有組員的協助，小朋友都玩得十分投入～



無錯！我們就是正義特攻隊！是否很有型呢？



謝謝當天參與活動的家長和小朋友，你們的投入令活動生色不少！



滿FUN訓練營

沙田循道衛理中學

他連得組

OUR JUDGES

服務評審

好人事 大行動 計劃特刊
our GOOD memories

2014年5月舉行了2次初選評審及1次總選。評審當日，各參加者都表現投入、認真，而各隊的「好事」都各有特色，並能配合計劃的主題，各隊的表現均獲評判欣賞。透過服務評審，參加者能整合服務過程中的得著，鞏固其學習經驗及體會。



初賽 評判

民慧發展有限公司創辦人 余國民先生（右一）
民慧發展有限公司董事 馮謝倩薇女士（右二）
本機構青少年服務部（外展服務）部門主管 何建欣女士（左一）

決賽 評判



信報助理總編輯 梁享南先生（右六） 社會福利署攜手扶弱基金代表 潘婉儀女士（右三）
資深教育家 黃漢立老師（右五） 總幹事 陳藜生先生（右二）
前教育署署長 余黎青萍女士（右四）

評審日 花絮





嘉許禮

CLOSING
CEREMONY

好事大行動
計劃特刊
our GOOD memories



嘉許禮暨成果展示

嘉年華

「嘉許禮暨成果展示嘉年華」於9月6日於循道中學舉行，四位主禮嘉賓，包括余黎青萍女士（前教育署署長）、吳家謙先生（社會福利署助理署長<青年及感化>）、余國民先生（民慧發展有限公司創辦人）、林崇智牧師（香港循道衛理聯合教會社會服務部部長），以及一眾校方代表、贊助公司代表及商界人士、計劃參加者及其家人朋友，共約200人到場參與，一同見證計劃的成果，並以行動去肯定和支持參加者的努力付出，氣氛非常熱鬧！



得獎組別

融匯貫通獎

最佳演繹獎

順德聯誼總會
胡兆熾中學
同心
同行

金

別出心裁獎

聖羅撒書院
Oh Yeah
笑口組

銀

銅

港九潮州公會
馬松深中學
MCS
足球隊

優

最具潛質獎

我最喜愛攤位大獎

何文田青少年
綜合發展中心
義同心

沙田循道
衛理中學
燃夢
天使

迦密中學
笑笑
兵團

最具潛質獎

優

循道中學
One Piece
義工隊之撞盟13幫

學生分享

OUR FEELINGS

義同心 - 梁心兒

在今次好人好事大行動中，我不單學會了仁義禮智這四項元素之外，我也在當中學會承擔責任，做好每一件事。在當中我看到組員之間有分擔和討論，學會接受他人的意見。雖然有時候大家做事會大意，但是我們都會盡快改進。如果以後仍有這種類型的活動，我們義同心一定會願意參與的。

同心同行 - 黎駿傑、王苑瑩

參與好人好事這個計劃，我們的最大得著就是一份“心”。以往我們參與的義工服務均是別人已計劃好，而我們只是負責執行。但好人好事的義工服務，從揀選服務對象、分析服務對象需要以及活動細節推動，也是由我們一手一腳去策劃和籌備，反而令我們感到幫助別人那顆真誠的心，即使我們因為學業而忙碌，也能夠堅持下去。透過成立「好人好事」義工隊，讓我們可以把關愛別人的心放在小義工身上。而透過替基層小朋友補習，令我們明白到基層小朋友雖然面對艱苦的生活環境，但他們卻很懂事很拼搏，其中一位小朋友曾對我們說：「媽媽說若不努力，以後便不能在社會上立足了。」，現時我們每當想起他這句話，就好像督促我們要為將來而努力，更讓我們體會施比授更為有福的道理。

笑笑兵團 - 徐悅

參與這個計劃，我不但多了做義工的機會及經歷，而且對南亞裔人士的認識加深了不少。從前的我總是覺得南亞裔的小朋友很難相處，可是加入了笑笑兵團後，我對他們漸漸改觀。其實這班小朋友既可愛又淘氣，而且活潑好動。與他們在一起真愉快，更在其中拾回自己的童真。

Happy Dragon - 廖希婷

一直以來我都喜歡當義工，起初知道有好人好事計劃的時候，很想挑戰一下自己，而且知道這個計劃的自由度很高，所以朋友們和我一起組成義工組。我們服務一些深水埗基層家庭的小朋友，當中最難忘的義工服務是功課輔導班，每星期兩次，要教小朋友做功課絕對是一個挑戰。起初我認為跟他們無法好好相處，但經過連日來的相處，我開始學懂了跟小朋友相處的技巧。我學會了如何忍耐和心平氣和等。教完了他們做功課，我們剩下自己的私人時間並不多，多多少少都覺得辛苦。我知道當初選擇當義工，就不應介懷辛苦，很開心能夠參加好人好事計劃。

「四善」牽·滿fun義工計劃

我們的服務包括舉行仁愛、關愛家庭攤位及帶領視障人士運動，透過服務學習「推己及人」。今次以「關愛、家庭」為主題，提醒我們首先對家人關懷、包容、愛護等等。社會上的家庭如果有愛便會和諧得多。另外，視障人士感到我們真心向他們學習失明人士的生活及面對的困難；這提醒我們，人人都值得被尊重。透過領跑過程中的傾談，有機會讓我們表達關心與愛。我們的能力不大，希望透過幾次的「同行」、物資送贈，讓他們感受到我們對他們的關注。

VQ職員隊

在義工訓練營當中，我們嘗試加入仁義禮智的元素，讓同學們明白到中國的傳統美德，從而培養他們有更好的義工特質。首先，「仁」代表關愛和同理心，在城市定向這項目中，其中一項任務中要幫助老人過馬路，這能培養同學關愛之心。同學們要多留意身體的人，當別人有困難時要盡可能幫助他們。同學們也能在任務中明白到老人家的難處，從而建立同理心，多體諒他們。而「義」就代表公平；在訓練營裏，我們亦公平地維持不同的活動及任務的進行，有獎勵的同時亦有懲罰。每次在遊戲中勝利的一組就能有一段休息的時間，而輸的一隊則要做“毛毛蟲”作懲罰。另外，遲到的人所屬的那隊亦要接受懲罰，目的是要他們明白遲到的嚴重性。遲到受影響的不只是本人，營中所有人也會受影響，這對其他人都公平，所以他們需要受懲罰作警戒。這些反思都能令同學更了解自己，獲得更大的進步。而以上組織活動的經驗，令我感到更豐富！

Oh Yeah笑口組

青少年「好人好事」大行動計劃為我們帶來了充實的一年。論自我成長，組員於各項活動和體驗中學會合作和互相尊重，計劃也讓我們獲得了友誼。論活動，我們在校設了攤位向同學收集食糧，再轉贈寮屋區居民，從而推廣做好事的精。論探訪，從探訪被遺棄動物協會的經歷，我們體現了同理心和憐憫；從食物銀行的參觀中，我們感受到慷慨和愛心；從探訪劏房戶當中，我們學會了樂觀和堅毅，也感受到「身體貧窮，心靈富足」的精神。我們相信，在未來的日子，我們對「做好事」這個詞語不會再感到陌生。

共撐兵團 - 黃頌文

我認為整年好人好事活動中，很多細項活動都十分有意思又有意義，同時活動過程亦可以讓學生更了解社區。除此之外日營活動令我明白到「一個人的力量是有限的」及「能力越大者責任越大」的道理，所以我體驗到這些活動可以令參加者學到很多課本上未學到的。

智有義心 - 黎鋸朗

我沒有後悔參加「好人好事」這個計劃。參加完這一連串的活動後，對我的啟發甚多。其中一個啟發是我發覺自己原來一直沒有留意身邊的基層人士。在活動其中一節，我們探訪一位住在劏房的中年女士，她育有一名在學女兒，她每天也要為自己女兒的三餐、水、電等費用擔憂，讓我感受甚深，也這讓我想起我的媽媽。是次探訪讓我更體會媽媽養育及照顧自己是一件絕不簡單的事，我日後會更孝順她。參加完「好人好事」後，我在想作為一位中學生能夠為他們做些甚麼呢？我希望在日後的生活觀察更多，繼續做好人好事。

Loving-Kindness義工計劃

我們以探訪、關心、舉行活動、自製曲奇及贈送物資予露宿者與私人老人院舍長者為服務。並以仁、義、禮、智為服務理念：仁 - 要有惻隱之心，以真心去付出，用最盡意的方式愛他人。探訪露宿者時，深切感受到幫助別人，有著很大的正面幫助。義 - 社會上的福利制度未能完全惠及已為社會奉獻的老人家，應該多點關心受社會不公對待的人，同時知道關心是不足，應付諸實行，令他們更受關注。禮 - 無論是最沒有權力的人，或是最有錢的人，都有令人尊敬的一面，有些長者被社會所忽略，他們需要我們一點關心與尊敬，便能夠感到開心。智 - 「人貴有自知之明」，服務加深對自己有正確及客觀的認識，更能看清楚自身的優點和缺點，加上反思和改進、謙虛、自信等品質，慢慢就能形成。

One piece義工隊之撞盟13幫 - 利卓婷

這一年，親人看見我的時候總愛說：你有空去當義工，為何不留在家幫忙做家务呢？人們經常說做義工為何等神聖、偉大的事，同時也愛說自己才沒有這樣的空間白白地犧牲自己的時間去服務別人。但經過我一年策劃服務和實踐服務的日子，我覺得服務別人最大的得益其實是自己。最令我印象深刻的是探訪低收入長者，他們有些甚至已經失去老伴了。看著白髮斑斑的他們在徐徐地分享自己的故事，才發現他們大多都花盡一輩子的力氣努力工作，而且那些更是很多人現在很抗拒的勞力工作。他們該是被敬佩的一群。有人說我們真乖，讀書辛苦也願意付出時間探望老人，給予愛和溫暖給他們。但為什麼沒有人說老婆婆老公公們真偉大，工作了大半個世紀默默地為社會服務，更願意接受微小的報酬和被看不起的風險，卻仍然勇敢的堅守著自己的崗位，還毫不吝嗇地跟下一代分享，讓他們學習。那時，參與服務的我才驚覺我的服務對象曾經默默地服務了我們許多的歲月。所以我們不要再去計較自己的奉獻可以換來多少的報酬，因為這樣才能從心出發的對待別人。我想我這一年的體會，將會畢生受用。

C-Nine組

這次「好人好事大行動」讓我們學到很多畢生受用。我們在整個活動中學會了一樣很重要的東西，這就是做人處事的方法，因為自己的一句話或者一個行動其實已經對事情的結果有了很大的變化。同時在整個活動中，我們這班 室內長大的花朵，也能深深感受到香港低下階層的困苦。與此同時，透過跟不同的人溝通，去聆聽他們每位的故事，令我們明白到其實我們都十分幸運，有良好的教育、有三餐溫飽、有良好的居住環境，明白到我們需要珍惜自己所擁有，因為這些並不是必然的。

燃夢天使

燃夢天使，顧名思義是為人們燃點夢想。我們十個中四的女孩，一切從零開始計劃，希望燃起小朋友們對學習的夢想。在相處中我們發現小朋友的可愛之處，遠超乎我們的想像。給小朋友設計遊戲，我們發現了自己與平常不同的一面，更燃點起我們自己的夢想。雖然過程中曾有時間或人手安排上的困難，但我們都盡力完成團隊的目標，更讓隊員變得更團結。原來義工並非只是去「做」，更重要的是付出真心去令別人感受被關愛；「仁義禮智」亦不只是課本裡的知識，而是在日常生活中可以實踐的。燃夢自助，絕對有錯，相信自己，擁抱自我！

美少女11人 - 譚芷琦

雖然這是一個外展活動，我需到校外進行活動及付出額外時間，但為我帶來了前所未有的滿足。我們設定的主要服務對象是一群跟我們年紀相約的小朋友，他們卻有著一般成年人都可能未有過的經歷。首兩次的活動都主要是去跟兒童之家的小朋友玩耍。兒童之家的小朋友由於身邊未必常常有家人的陪伴，心中難免會有鬱結。我們希望透過我們在節日的關懷活動，給他們溫暖和帶給他們歡笑。其實他們並沒有我們想像中的那般脆弱，他們的生活圍繞著一群好朋友，反比我們這些中學生更為開朗。他們常逗我們玩，似乎他們在院中所缺乏的是心靈的陪伴，這已是我們能盡力帶給他們的事了。

他連得組

服務他人，收穫最大往往是服務者。從服務他人，我們得到滿足，這種開心是物質給不了我們的。對於這次的活動，我們覺得很有意義。他人覺得長者們煩瑣，而我們卻認為「家有一老，如有一寶。」老人們嘮叨，都是為了年輕一輩的好。他們老了沒有事業的顧慮，唯一擔心的是下一代，希望孩子好好的過活。我們不能改變他們的嘮叨，但我們可以接受和珍惜他們的那份心意。當我們可以停下來，耐心地聽，會發現我們不得不佩服他們豐富的智慧和經驗。此外，在計劃中當我第一次探訪南亞裔長者時，發現他們非常和藹可親，他們會熱情地歡迎我們來探訪。他們會活潑、開朗、滔滔不絕地與我們分享自己的家鄉。人的膚色並不重要，重要的是那份接納和坦誠相處的心。

天使在左右義工計劃

很榮幸可以參與是次計劃，在這次計劃中我們以攤位遊戲的方式宣揚仁、義、禮、智。我們之所以選擇用攤位遊戲來作為傳播方式，因為攤位遊戲的發揮空間較大，加上我們傳揚的目標是小朋友，遊戲既能吸引他們的注意又可以輕鬆的形式讓他們吸收相關概念，而且以主辦人的身份舉辦、策劃攤位遊戲的機會可以話少之又少，這次是一個很難得的機會。

Love Share - 何穎儀

我見到露宿者的生活環境會感到心情凝重，幸好露宿者之間也會互相幫助。有時一個人生活潦倒未必是他們本身的錯，而是社會的不公，政府的不理會以及趕盡殺絕。禮在古代雖是用於規範階級的行為，但如今禮應當毫無階級的界線，應當真真切切地以禮待人，即使對方是一名露宿者，禮是人與人相處中相當重要的。透過不同的活動，我更加懂得去判斷和分析社會上發生的事。

MCS足球隊 - Shirza

參加是次計劃，讓我有機會去服務不同的人，我覺得是我一生中最深刻的。深刻片段包括服務南亞及少數族裔貧窮小朋友，雖然我都是南亞裔，但是我較少與貧窮小孩接觸，與及我亦未試過這麼近接觸露宿者，這些都令我深深感動。服務讓我了解到露宿者的心情，明白到他們的需要，我個人衷心希望他們能盡快得到幫助。而與曙光足球隊友誼賽亦讓我感到深刻，因我可以為他們打氣和支持他們。最後為晨曦島戒毒人士打氣的活動，令我了解宗教的威力，原來信仰真的可以幫到戒毒人士，令他們盡快重獲新生。整個計劃，令我反思到自己其實好滿足，亦體會到香港低收入人士的生活情況。在活動中，我欣賞我的隊友非常投入去服務社會，而我亦增強了自信，我會繼續參加類似活動，因我想繼續幫助社會上有需要的人。

Guardian守護者

在整個活動中，透過與小朋友的互動、相處、溝通，讓我們明白到做人必須要有仁義禮智，甚至多一個信。人在長大後，童真、純潔的心靈，慢慢的溜走，受到污染。在活動中，我們看著那些小朋友，就像在看一個時光倒流的鏡子，看到以前的我們，在失真的世界中，找回了那份純真。在現在的社會中，若能做到仁義禮智信，這個人一定能成大事，無論遇到什麼挫折。活動中透過音樂帶給小朋友歡樂，也帶給我們夢一般的回憶。

Helpful men

義工探訪是一件看似簡單、容易的事情，但事實上卻並非如此。進行義工服務前要有大量的準備工作，例如進行食物募捐、分配食物、安排探訪時間等，這些實質的工作經驗，實在令我們獲益良多。三次的探訪讓我們學會了許多，也明白了我們身在福中不知福，今後我要珍惜我身邊的一切。也為現在生活在貧窮線下的市民感到無奈，原來香港這個經濟發達的城市裡，還有人每天都要飽受物質匱乏的折磨。另外，三次的探訪亦刺激我反思日後人生應該要走的道路。



嘉賓：胡煥新先生 Michael

主持：社工曾泳淇 Fiona

嘉賓：余國民先生 Alex

參加者代表：
朱朗言 Julie、徐雪晴 Nakita

於2014年3月26日，計劃贊助人民慧發展有限公司創辦人余國民先生邀請到達芙妮國際控股有限公司首席運營官(COO)胡煥新先生擔任嘉賓，與我們進行了「與COO對話」分享活動。當日有2位計劃參加者代表出席，參與訪問。

訪問精華片段〈節錄〉：

Julie 做COO是否你小時候的夢想？

Michael 其實我小時候沒有這樣遠大的目標。我的目標是會不斷修正的，我通常會給自己定一個5年的目標，因為若時間定得太長，目標會變得不現實；時間定得太短，目標又會很快達到，意義也不太大。我認為定5年目標會比較切實，而經過努力又是可有能達到的。而COO這個目標，大概是我於約5、6年前，當我在工作上有一定職位後所定立的。

Nakita 你是COO，工作定必會很煩忙，那你是如何減壓的？

Michael 我每一年也會抽時間陪我太太外出旅遊，另外我也會抽大量的時間陪我的父母和兄弟姐妹，還有我太太的家人。對我來說，我跟親人在一起也是一種放鬆。另外，我也喜歡下圍棋和玩網絡遊戲。我和朋友們也經常會有聚會和活動，這些都是很好的互相溝通交流的機會。基本上我工餘的生活也是非常充實的！

Julie 當你遇到錯折或沮喪時，你會如何克服？

Michael 我幾乎沒有十分沮喪的時候，因為相對來說我也一直保持著一個非常積極向上的心態，也會以正面樂觀的角度去看待事情，這也算是我跟同齡的人一個較大的分別。另外，遇到競爭時，我也是非常有激情的，事情越有挑戰，我越會想把它做好。

Fiona 我一路聽著，都不難發現原來個人特都是很重要的，就像Michael你一樣，你會主動去學習，及保持積極正面的態度，我相信無論在什麼環境，這些特質也有助你去面對困難，或是更上一層樓。

Michael 是的！而且我覺得善良比能力更重要。一直以來，有三點是我最願意去努力實現的，就是善良、正直和講誠信。我們跟任何人交往，如果都做到這三點，我相信大家也會非常接受你；然後你做什麼事，也會比你想象中更容易。善良和正直的力量也能感染到你身邊的人。以我為例，我的上司也是因為對我這些品德的認可，才會把非常重要的工作交給我。

Alex 在上司的眼中，員工是要有能力的，但有能力之餘，好的員工也是要值得信賴的。如過員工是信不過，那有能力也是沒有用。所以正直和有誠信是相當重要。善良、正直和誠信是個人內裡的品德，也是中國人所重視的品德。

Michael 對！這些也是個人競爭的soft power(軟實力)。

「仁」

，表現於外是和顏悅色，必須扎根於內心的溫情和愉悅，由悅而親，由親而愛，仁德才得以最後完成（註一）。把這內心的愛落實於具體的行為，積極就是「己欲立而立人，己欲達而達人」（註二）；消極就是「己所不欲，勿施於人」（註三）。正因為內外一致的原故，其表現為忠厚篤實，其體現為真誠的愛。凡是真誠的愛自然會「盡心」，自然會自覺地作出種種關懷、愛護、謙讓、包容，甚至犧牲等行為。只要盡心盡意待人，已經達到了仁的層次（註四）。所以盡心事奉父母稱為「孝」，盡心對待兄弟稱為「悌」，盡心事君稱為「忠」，再引伸到履行職務稱為「盡忠職守」，盡心對待朋友便會守「信」，因此「仁」便成為了包羅眾德的最高範疇，並成為儒家思想體系的核心。

根據《論語》，「仁」最基本的定義是「愛人」（註五），「愛人」則是從「親親」萌芽（註六）。親親指親近至親的人，即是父母。最終推廣是「泛愛眾」（註七），即是把愛推廣普及至天下的人。

儒家認為孝、悌為仁的根本，因為父母之於子女的愛是基於血緣關係之親，所以是內心感情的自然流露，並非由外面強加的規範。因此，子女和父母之間的「孝」與「慈」並非是有意的作為，而是完全發自內心，純粹出於自然，故認為是仁的根本，孟子也許受到此點的啟發，提出了為人熟悉的「性善」論。由「孝」而「悌」，悌是孝的推展，同樣是發自內心的情感，因此「孝、悌」共同構成了仁的根本。由血緣之親的愛推廣至泛愛所有人類，從這個角度來看，它們當然是根本。故孔子的學生有子發揮老師之意說：「孝弟也者，其為仁之本與？」《論語·學而》

仁，很明顯是一步步從內心的真實情感開始，擴展並推廣普及至所有人類。孟子更進一步發揮仁愛的精神說：「親親而仁民，仁民而愛物。」《孟子·盡心上》把仁愛的精神推廣至天下萬物，並清楚說明一個很合理的「愛有等差」的原則。仁的內容至此基本完成。

主要參考書：

王博 中國儒學史·先秦卷 北京大學出版社 2011年6月 北京

註釋：

註一：「顏色容貌，變也。以其中心與人交，悅也。中心悅焉，遷於兄弟，戚也。戚而信之，親【也】。親而篤之，愛也。愛父，其繼愛人，仁也。」郭店竹簡《五行》

註二：「夫仁者，己欲立而立人，己欲達而達人，能近取譬，可謂仁之方也已。」《論語雍也》。「己欲立而立人，己欲達而達人」實際上就是「推己及人」，即是把自己的真認識，真感情推廣到他人身上。

註三：「己所不欲，勿施於人。」在《論語·衛靈公》及《論語·顏淵》均有出現。意思是指自己不喜歡的事物，不要強加在別人身上。即將心比心，以待己之心來對待其他人。相對於「己欲立而立人，己欲達而達人」則沒 有那麼積極。

註四：在《論語·里仁》孔子說：「吾道一以貫之」。後來曾參告知其他同學說：「夫子之道，忠、恕而已矣」。「吾道」可以理解為孔子整個思想體系，而貫穿這個體系的，必然是它的核心思想。因此「忠、恕」就是「仁」。盡己之心以待人謂之「忠」，推己之心以及人就是「恕」。

註五：「樊遲問仁。子曰：『愛人。』」《論語·顏淵》

註六：「仁者人也，親親為大」《中庸》

註七：「有子曰：『弟子入則孝，出則弟，謹而信，泛愛眾，而親仁；行有餘力，則以學文。』」《論語·學而》





「義」

是適宜、適當、合理的意思（註一），其核心考慮是「宜」，但須紮根於「理」。天地大公無私的德性在人類社會便是「正義」，所以當說到「義」，自然會有為大眾利益或為大局著想的氣度。因此「義」表現於外就是正直，果決，要有為社會大眾，而制約或犧牲一己之私的胸襟，要有大罪則誅的勇氣和魄力（註二）。由於理直則氣壯，為了正義，也許可以體會到「雖千萬人吾往矣」的氣概，以及生命可以犧牲的「捨生取義」的精神。

因為「義」是「群善之總」（註三），也就是善的依據和標準，所以也是儒家思想一個很重要的道德範疇，層次上與「仁」德相當；它也可以制約個人不合理的要求或私心，從而可以保障大眾的利益。因此「義」也可以理解為高層次的法律（註四）。法律限制每個人不合理的自由，但同時保障了各人的安全和利益，不致被侵害，結果大家都受惠。因此「義」就是建立合理的規範，促成各人在社會之中，能夠和諧共處（註五）。

有正義感的人往往會厭惡不仁者，因此容易有指責別人犯錯誤的毛病。但儒家重在「正己」，而輕於「正人」，如果大家都能夠安守本份，社會自然安寧；相反，人人都指責別人而不首先檢討自己錯誤的話，社會怎會安寧呢？因此，漢初大儒董仲舒的至理名言：「仁之法在愛人，不在愛我；義之法在正己，不在正人。」，我們要細心體會，並提點自己實踐此理。

中國人做事一向著重合情合理，實際上這已經蘊含了儒家最高的精神。大體上「仁」偏重於情，「義」偏重於理；仁的表現為厚；而義則為剛直，兩者是一柔一剛的。而相對於「仁」發自內心的「愛」，「義」則是發自內心的「敬」，因此義以尊賢為大（註六）。不過儒家仁義之異，並不是說明二者之間的對立或沖突。相反，其終極目標則是強調仁義的和同。剛柔互補，仁義協調形成的和諧才是儒家追求的最高境界。「立天之道曰陰與陽，立地之道曰柔與剛，立人之道曰仁與義」，《易·說卦》已將儒家這最關鍵的精神，明確地告訴我們了。

主要參考書：

- （一）王博 中國儒學史·先秦卷 北京大學出版社 2011年6月 北京
- （二）黃漢立 易經講堂〔二〕、〔四〕 三聯書店 2010年1月、2012年4月 香港
- （三）張岱年 中國古典哲學概念範疇要論 中國社會科學出版社 1989年

註釋：

- 註一：「仁者愛人，義者循理」《荀子·議兵》是對仁義一個十分簡明扼要的概括。此與「義者，宜也」《禮記·中庸》的說法一致。
- 註二：「中心辨然而正行之，直也。直而遂之，肆也。肆而不畏強御，果也。不以小道害大道，簡也。有大罪而誅之，行也。貴貴，其尊賢，義也。」《郭店出土竹簡《五行》》
- 註三：出自郭店竹簡《性自命出》。範與表通。
- 註四：法律和義最大的不同之處，就是法律是外來的約束，義則是發自內心，自發地不做不合乎義的事情。所以「義」是事前的制止。「法」是事後的懲罰。
- 註五：「利者，義之和也」（《易·文言傳》）也就是這個意思。
- 註六：「仁者，人也，親親為大；義者，宜也，尊賢為大。」（《禮記·中庸》）因為義是紮根於理，故尊重別人，是依據他的賢能、品德的水平而尊重之，並不在乎他是否有血緣之親，因此尊賢為大。相對於仁，親近是按照血緣親疏為依據不同。



如果仁和義是人道之中最重要的德目，那麼以仁義之德，落實到具體

「禮」

的行為之中便是「禮」。所以「禮」的根本就是仁和義，它既要體現仁的原則，也要體現義的精神。

禮起源於祭祀，最早可以追溯至夏、商。但到周初已經從原來以祭祀為主的事神模式，轉變為以德為主的保民模式。因此禮也由最初主要處理人與神的關係，變成處理人與人之間的關係。到了孔子時更從注重繁瑣的禮節儀式的「禮文」，改為注重心存敬意的「禮意」。「禮文」可以隨着時代或地域的變遷而改變，但是禮背後的精神和意義則是恆久不變的。因此，外面表現出來的禮儀，既須要發自內心的關懷，發自推己及人的溫情善意，又須要適當合理，既不太過，也沒有不及，真正的仁義之道才顯現出來。

儒家先秦文獻經常禮樂並稱。從廣義上來說，樂是禮的一部份，禮和樂實際上發揮着相輔相成的作用，起着互補的功能。「大樂與天地同和，大禮與天地同節」《禮記·樂記》，認為禮的精神偏重於尊卑的分別，而樂的精神則側重於「和同」，兩者的均衡配合，才能夠達至人生的理想狀態。「和」本來是指不同的音符同時唱出，融合成為更美妙的樂音，引伸不同性質的事物混合在一起，不但沒有矛盾鬥爭，而且形成一個更高層次的和諧。樂中之「和」的精神，首先體現在聲音之中，然後由耳入心，不僅帶給人們簡單的快樂，通過道德和秩序在這種快樂之中延伸和滲透，有着教化的作用，達到移風易俗的效果，從而對現實的社會和政治秩序作出正面的影響。社會才得以有效運作，秩序才得以井然和有條理。

因此儒家極力提倡以仁義為本的禮樂制度，在樂中之「和」的精神協調下，理想的禮才能顯現出來。所以孔子一生更以恢復周初代表仁政的禮樂制度為己任。

主要參考書：

- （一）王博 中國儒學史·先秦卷 北京大學出版社2011年6月 北京
- （二）黃漢立 易經講堂〔二〕、〔四〕 三聯書店 2010年1月、2012年4月 香港





「智」

的意義有多個層次。因為「知」是「智」的古字，兩字的字義原本是相通的，所以知最基本的意義就是知識。其次是指知識的運用，如果主要應用在人生處世方面，便稱之為「智」。例如：「子曰：『知者不惑』」（《論語·子罕》）。若要了解事物的真相，不被外表的假像所迷惑，怎可以沒有知識為基礎呢？所以《中庸》引述孔子的說話「好學近乎知」，說明需要通過努力學習，累積知識才可以獲得「智」。而儒家認為學習的最終目的，是藉著得到的知識，指導如何實踐「仁」德（註一）。

孟子說：「是非之心，智也」（《告子上》）。要能夠明辨是非，除了需要具備知識之外，更加重要的，就是必須要有良心，才可作出正確的判斷。因為水能載舟，亦能覆舟，如果沒有良心的話，很容易會偏離正道。若把知識用在不正當的地方，很易會鑄成錯誤，後悔莫及。因此必須有良心，需要在自己的心性上用功，才能使「智」用在正途上，才能提升「智」到一個更高的層次去。

《中庸》發展孔子的仁，知、勇為君子之道（孔子之說，見《論語》裡的《憲問》、《子罕》兩篇），以知、仁、勇三者，為天下之達德。說明「智」已經超越了知識的層次，到達了修德的層面。修德已經從向外的知識探求，變成自己內心的修持。由此而獲得的智慧，才能夠使我們參究聖人先哲教導我們的道理，才能讓我們領悟宇宙人生的真諦。因此用心體證的領悟才是最高層次的智慧，才是儒家所推崇的智慧。

主要參考書：

- （一）朱熹 四書章句集注 中華書局2012年5月 北京
- （二）楊伯 論語譯注 中華書局2012年8月 香港

註釋：

- 註一：依據《中庸》，「仁者，人也」。聖人立教以人為本，孔門教人學為人，即是學為「仁」，學實踐仁德。



*以上參考資料由慧民發展有限公司提供。



排名不分先後



計劃贊助

社會福利署 攜手扶弱基金
民慧發展有限公司

嘉許禮 - 主禮嘉賓

前教育署署長 余黎青萍女士
社會福利署助理署長<青年及感化服務> 吳家謙先生
香港循道衛理聯合教會社會服務部部長 林崇智牧師
民慧發展有限公司創辦人 余國民先生

特別嘉賓

達芙妮國際控股有限公司首席運營官 胡煥新先生

評判

【初選】

民慧發展有限公司創辦人 余國民先生
民慧發展有限公司董事 馮謝倩薇女士
本機構青少年服務部(外展服務)部門主管 何建欣女士

【總選】

前教育署署長 余黎青萍女士
資深教育家 黃漢立老師
信報助理總編輯 梁享南先生
社會福利署攜手扶弱基金代表 潘婉儀女士
總幹事 陳藜生先生

協作學校

迦密中學
循道中學
聖羅撒書院
沙田培英中學
余振強紀念中學
沙田循道衛理中學
聖公會聖三一堂中學
中華基督教會蒙民偉書院
港九潮州公會馬松深中學
順德聯誼總會胡兆熾中學
香港中文大學校友會聯會陳震夏中學

合作機構/單位

樂餉社
香港晨曦會
曙光兄球隊
北河燒臘飯店
百順護老中心
陳國添區議員
國際十字路會
努力試訓練中心
深水埗仁愛之家
康樂園護老中心
明愛九龍社區中心
保護遺棄動物協會
香港社區組織協會
香港盲人體育總會
保良局耆樂居護老院
基督教關懷無家者協會
救世軍露宿者綜合服務
鄰舍輔導會茶果嶺中心
華豐（葵涌分院）護老中心
香港聖公會麥理浩夫人中心
旺角街坊會陳慶社會服務中心
晉色園主辦可健耆英地區中心
救世軍深水埗家庭支援網絡隊
耆康會王華湘紀念長者鄰舍中心
瑞安護老中心（沙田）有限公司
香港學生輔助會欣明/欣禮兒童之家
浸信會愛羣社會服務處「開飯」服務
基督教懷智服務處美田綜合復康服務中心
循道衛理觀塘社會服務處基層家庭服務支援站
循道衛理楊震社會服務處旺角綜合家庭服務中心
香港基督教服務處「融匯一少數族裔人士支援服務中心」
循道衛理觀塘社會服務處神愛關懷中心「拾落穗者」社區食物銀行



我

撐



好

人

好

事

our GOOD memories

出版日期：2014年11月