



《結出美好的果子》

9月1日，超強颱風蘇拉來襲，全港學校的開學日都因此而延遲了，但這無損「光輝人」的熱情與投入，在9月5日早上，不少父母也陪伴子女一起開學，大家見面時都表現得非常興奮雀躍，並一起在校門外的拍照區拍照留念！

9月6日，我在早會中與同學們分享正向教育的六大美德之一「節制」。我以一个「雲吞麵心理測驗」作為開場白，知道有些同學吃雲吞麵時會先吃麵，然後再吃雲吞；但有些同學會先吃雲吞，最後才吃麵；也有同學會一邊吃麵，一邊吃雲吞。從各人吃雲吞麵的習慣看來，大致可以把大家的處事態度分為三類：有人選擇先苦後甜，有人選擇先甜後苦，也有人選擇苦中有甜，甜中有苦。無論那種選擇，只要懂得「節制」，不逃避問題，能夠適當地延遲滿足感，相信大家都能夠把事情做好的！

「節制」包含的意思很豐富，最基本的解釋，可理解為自我控制與自我規範的能力，是一種「從裏面而來的能力」，亦即是說是一種可以透過學習及操練而得來的能力，有了這種能力，讓我們在學習上，情緒管理上，待人接物上都能夠小心、謹慎，而不會做出一些將來令自己後悔的事，或說出一些傷害別人的話！

新學年伊始，我勉勵所有「光輝人」定立新目標，學習做個自律守規的好孩子，勇於接受挑戰，處事靈活有創意，懂得感恩與寬恕，對別人有愛，結出美好的果子！

二零二三年九月
 校長 鄧瑞瑩博士

