

校長信箱(九十四)

《節制的人》

親愛的家長、同學：

感謝神！我們終於可以恢復全日制上課，又可以與跨境同學重聚，一起享受校園生活。希望大家都會珍惜一起學習、一起生活的時光，以積極的態度學習，把握每個學習機會；又以真誠的心待人，互助互愛。讓我們一同實踐《聖經》的教導，耶穌說：「你們要彼此相愛，像我愛你們一樣；這就是我的命令。」（約翰福音 15:12）

今學年，學校重點建立學生「溫柔、信實、節制」的品格，它們均具有聖靈果子的特質。大家要好好裝備自己，以迎接成長中所面對的不同挑戰。現今的世界充滿誘惑，我們需要養成節制的品格，才能選擇做正確的事情。節制就是自我控制、懂得約束、適可而止，並對自己的行為負責任。古今中外，有很多成功的人士都擁有節制的美德，不論處事或待人，都會以自律的素質應對，以達成目標。

在成長的過程中，有三方面的節制尤其重要，包括：作息、情緒及言語。每天的生活，不論工作、讀書、運動、玩耍、睡眠……我們都需要懂得分配時間，編定優先順序和緩急輕重。作息有節制，能提升自我效能，增強自信心。此外，每個人都有喜怒哀樂的情緒，要控制情緒得宜，避免負面情緒擴大，這樣會容易破壞與人的關係。當我們遇到困難或挫折的時候，感到氣憤，甚至向身邊人發脾氣，最終能解決問題嗎？人的內心所想會影響外在的行為和心理健康，所以我們要以冷靜平和的態度思考和接收訊息，保持穩定的情緒，能建立良好的人際關係，促進身心健康。最後，在言語方面，《聖經》的智慧書卷《箴言》指出：「一句話說得合宜，就如金蘋果在銀網子裡。」（箴言 25:11）言語必須要有節制，多說欣賞和感謝的說話，不要論斷別人或好說閒話，要善用合宜的說話，成為別人和自己的祝福。

活出節制的生活絕不容易，惟有我們恆切禱告，靠著聖靈在我們的生命中工作，並要訂立清晰的目標，以積極的態度，實踐節制的品格，流露聖靈果子的氣質。

金句分享：

「所以要約束你們的心，謹慎自守，專心盼望耶穌基督顯現的時候所帶來給你們的恩。」（彼得前書 1:13）



校長 薛詠詩 謹啟
薛詠詩 女士

二零二三年四月四日

美國總統亞當斯（John Adams）卸任以後，有一天清早在街上散步，遇到幾個鄰居。他們熱情問候亞當斯：「閣下！您生活過得好嗎？」亞當斯回答說：「我很好，只是我的房子很不像樣。我家的柱子搖晃，屋頂上的瓦片掉落，牆面也開始剝落。」

鄰居們聽後感到擔心，打算為亞當斯募款，把房子重新蓋好。亞當斯卻對他們說：「各位且慢。我家的兩根柱子搖晃，所指的就是我的兩腿抖震；屋頂上的瓦片掉落，所指的是我的頭頂上無毛；牆面剝落，你們看看我的身體，全身無肉，只剩下皮包骨。各位不妨說說看，你們要如何為我蓋房子呢？」鄰居們哄堂大笑，覺得亞當斯形容得相當貼切。

亞當斯繼續說：「人生在世只走一遭，死後就離開世界，即使擁有穩固的房子（健康的身體），仍然不能存到永遠。我以前也跟各位一樣，兩腿強健、頭髮濃密、身強體壯，但如今成了疲憊搖晃、不靠拐杖就不能好好走路的老頭子。雖然你們不能幫我重蓋房子，但是天父曾應許要為我們預備天上永恆的家鄉，那是穩固居所。」

人生真正的盼望是甚麼？聖經說：「我們得救是在乎盼望，只是所見的盼望不是盼望，誰還盼望他所見的呢？但我們若盼望那所不見的，就必忍耐等候。」（羅馬書 8:24-25）這句話道出人生兩個不同的觀點：

第一種是盼望所見的，這是一般人所追求的梦想，希望找到好的工作，擁有更多的財富，有個美滿幸福的家庭，可以好好的享受人生。然而人的一生不管能活多久，終歸會有兩目緊閉、手腳伸直、氣絕身亡、歸於黃土的一天。活在短暫有限的時空中，面對變幻無常的世事，人的心靈深處永遠得不到滿足。

第二種是盼望所不見的，這是基督徒最終極的願望，遠超過人世間所求所想的，那就是永恆的國度。基督徒明白自己在世上是寄居者，世界再好，都不是久留之地；他們嚮往的是天上更美的家鄉。主耶穌對門徒說：「在我父的家裏，有許多住處，若是沒有，我就早已告訴你們了，我去原是為了你們預備地方去。我若去為你們預備了地方，就必再來接你們到我那裏去，我在那裏，叫你們也在那裏。」（約翰福音 14:2-3）

人生真正的盼望不在於今生所追求的，因為今生所擁有的一切轉瞬即逝。高尚頂級的豪宅不能成為生命的保障，香甜多汁的果實不能紓解生命的乾渴，繽紛璀璨的生活不能填補生命的虛空，只有基督豐盛的恩典才能滿足生命的需求。有了神所賜的永恆生命，勝過擁有世上一切。

葛培理牧師說得好：「成為基督徒最大的利益是人生有了永恆的盼望，這盼望能越過墳墓，直到進入神的榮耀中。」

歷代的聖徒如此禱告和讚美：耶和華啊，求你叫我曉得我身之終，我的壽數幾何，叫我知道我的生命不長。你使我的年日，窄如手掌。我一生的年數，在你面前，如同無有。各人最穩妥的時候，真是全然虛幻。世人行動實係幻影。他們忙亂，真是枉然。積蓄財寶，不知將來有誰收取。主啊，如今我等甚麼呢？我的指望在乎你。（詩篇 39:4-7）

願頌讚歸與我們主耶穌基督的父神！祂曾照自己的大憐憫，藉耶穌基督從死裏復活重生了我們，叫我們有活潑的盼望，可以得着不能朽壞、不能玷污、不能衰殘，為你們存留在天上的基業。（彼得前書 1:3-4）

親愛的朋友，耶穌基督才是人生惟一的盼望！不要把人生的盼望錯擺方向，以致錯失良機。願你信靠永恆的救主耶穌基督，獲得祂所應許的寶貴福分。