

# 徐立之校長與學生對談

2013年12月11日，本校有幸邀請到香港大學校長、分子遺傳學家徐立之校長出席「香港大學校長與中學生對談 基因研究」講座，為演講嘉賓，希望藉此提升學生對科學的興趣。除了本校中四至中六的同學參與外，出席講座的學校還有聖公會主愛小學、聖公會仁立紀念小學、蕙景天主教中學、康寶珊紀念中學、天主教母佑會蕭明中學及獅子會中學。校長演說深入淺出，甚至自製道具邀請同學上台互動，嘗試配對血型，藉此解說基因研究的知識，講座中不少同學把握機會與校長對談。而講座後，徐校長更留校參觀本校歷年在科學、科技比賽的優勝作品，之後還與本校同學茶聚，分享學習心得，對我們有莫大的啟發。下文主要為茶聚時的對談內容。

## 不懂要問

講座中，徐校長問為何美國、日本和香港學生在課堂上面對老師的提問會有不同的反應？他開玩笑說這是因為基因的問題嗎？與同學茶聚的時候，徐校長說曾經被邀請去一間學校專門教一課關於遺傳基因的課，課上到一半，徐校長看見聽課的學生似乎沒有多大反應，還以為自己講得太深。後來一問才知道原來他們都聽不懂廣東話，但卻又沒人提出來。雖然徐校長的電腦簡報是用英文的，但同學這樣被動，有可能會損失了不少寶貴的學習機會。這些例子說明學生要主動一點，面對不知道的問題，就必須尋根究底，問個究竟。

## 學無止境

不少人認為考入香港的大學後便可以高枕無憂，不用再像之前努力；不能升讀大學則前途無望，大學就好像是學習的終點站。徐校長認為學習並不是這樣的，大學其實只是給學生更多的學習機會，社會需要不同的人，將來的世界會不斷的改變，只有能適應這個環境的人才能成功。因此無論同學是否進入大學，大家都必須不停的學習下去，將來才有競爭力，一味的放棄，最後只會失敗告終。

## 治學嚴謹

學習態度嚴謹十分重要，徐校長於1989年領導的研究小組發現人體第七條染色體內的囊狀纖維症基因缺陷，但成功並不是在於他們首先發現，因為當年已有科學家早於他們發表報告。他指出報告發表後，不少人認為研究已完成，甚至有研究小組解散，實驗室關閉，很多人轉向其他研究。可是他細讀報告後，發現仍有不少疑點，所以他的研究小組繼續鑽而不捨，深入探究，最後奠定了他在世界遺傳學界的權威地位。他表示這就好像大家本來在賽道競跑，一下子有人以為到了終點停步，有人退出，最後只有他們在跑。由此可見，治學嚴謹是成功的要素。

## 團隊合作

徐校長認為很多事情都要靠團隊合作，不可能只靠一個人就能完成。那怕是書法，好像是很個人的事情，他舉出學者饒宗頤寫大字，也需要一位好助手拉紙配合。徐校長說爸爸寫書法的時候，他也是負責拉紙的工作，所以十分了解作為助手的角色。就像徐教授發現囊狀纖維症基因缺陷的實驗室團隊，沒有他們，徐校長的研究也不會成功。他說當年團隊的成員現在不少已成為獨當一面的科學家。

## 遇見機會

學習要了解自己的能力。徐校長說雖然他們對囊狀纖維症有重大研究成就，但卻不代表可以即時解決問題，製造出可治這病的藥。做人也一樣，不能過於勉強自己，應該向自己力所能及的方面進發，勿浪費自己的天分。正如徐校長說「有些事我們可以繼續做，有些事則應該讓別人做」。有人說機不可失，是機會就必須抓住，徐校長則認為不是每一個機會都適合自己，有些機會你抓住了卻不能帶給你好處，因此應該看自己的能力。正如在中三選科一樣，選擇放在你面前，你應該選擇最適合你能力的去發展。他提到小兒子在大學選科也是依據自己的興趣，徐校長從不干涉。

## 苦練英文

如何學好英文一直是學生關心的問題，徐校長認為學英文的要訣還是多聽、多講。要學好英文，不只是學好書裡的英文，還要從生活中的學習，多與人交流溝通，要主動一點，這樣才有進步。當年徐校長就是通過看美式足球，之後和朋友同事討論交流。他說我們必須在生活中多講英文，講得不好更要多講，千萬別怕別人笑，這樣才能學好英文。



「撞筷子」也是遺傳？同學上台示範

與本校同學茶聚交流

小學生被邀上台做配對血型實驗



聖公會李炳中學  
2013-2014校報編輯名單

- 總編輯 吳映賢 潘美儀  
編輯 陳庭昌 劉漢賢  
李楠 王志民  
陳超勝 陳頌強  
林嘉俊 李俊偉  
陳錦祥



同學正為徐校長講解其得獎的科學研究



中一步操訓練，學生精神抖擻



中五級同學到已有百年歷史的聖馬利亞堂考察參觀



初中同學到開平碉樓進行為期三天的考察活動



李楚興同學於10月4日家長晚會中表演魔術，深受家長歡迎。



組合TBM於福音周佈道會與同學分享音樂及信仰

# 校園花絮



圖書館助理團隊訓練



本校閱讀大使



中一級步操及紀律訓練課程畢業禮



香港大學校長徐立之於聯校科展參觀本校攤位「金蟬脫殼」

## 比賽獎項

比賽名稱 主辦機構	獎項	學生姓名
幸福要多走一步：社會專題研究暨師徒計劃2013 (茶葉青優秀學生會主辦)	冠軍	3A 潘伊君、3A 張瑛珊、3A 張廉恩 3A 朱文金
茶葉青優秀學生選舉2013	優勝者	5A 俞雨晴
第二屆中國國際學生信息科技創意大賽	一等獎 (作品：火訊追擊)	6A 郭明俊
第28屆全國青少年科技創新大賽	二等獎 (作品：火訊追擊)	6A 吳樹榮
第46屆聯校科學展覽	全場總冠軍 (作品：金蟬脫殼)	6A 譚樂兒 5A 陳龍鳳 5A 莊玉蘭 5A 黃國華
澳門國際創新發明展2013 澳洲化學測試 (澳洲皇家化學學院主辦)	銀獎 (作品：納米銀陶瓷) 特別優異 (High Distinction) 優異 (Distinction) 良好 (Credit)	6A 馮秋儀、6A 黃劍輝 5A 鄭健俊 5A 黃國華 6A 高穎豪 6A 吳樹榮 5A 周錦文 6A 朱美迪 6A 黃劍輝 5A 鄭健俊 5A 李丹霞 5A 黃錦英
高校科學營2013—優秀高中生獎勵計劃 (中國科學技術協會 國家教育部主辦)	優秀學生領袖	5A 黃錦英
第41屆亞洲中學生足球(U18)錦標賽 香港學界體育聯合會精英賽 埠制賽及海外比賽主辦)	2013年泰國清萊第41屆亞洲中學生足球(U18)錦標賽香港代表隊成員 2013-2014年度港 粵 澳 閩學界埠際足球比賽香港代表隊成員	6B 趙少維
屈臣氏集團香港學生運動員獎2013-2014年 (屈臣氏集團主辦)	學生運動員獎	6B 趙少維

## 香港學界體育聯合會荃灣及離島區中學分會2013-14年

獎項	學生姓名	各項達標證書
手球冠軍 (女甲)	6D 林巧婷 6D 吳美裕 6D 王嘉敏 6A 吳珍妮 6D 葉妹欣 6D 黃穎森	比賽 學生姓名 100M (男甲) 6E 邱俊榮 200M (男甲) 6E 鄧進恒 (男乙) 2D 廖杰勝 400M (男甲) 6E 鄧進恒 (男乙) 2A 秦明亮 (女甲) 5C 周嘉麗、4B 許君琳 (女乙) 3A 吳美可 800M (女乙) 3A 吳美可 3000M (男乙) 3B QASSAD ALI KHAN KEVIN 5000M (男甲) 5E 陳俊杰 跳高 (男丙) 1B 張禮駿 (女丙) 1B 蕭惠方 跳遠 (男甲) 6B 王柱安 (男乙) 2E 石澤義 2B 曾子豪 鉛球 (男甲) 5C 梁志昇 (男乙) 4D 林振福 (男丙) 2A 李梓豪 (女甲) 5D 梁家慧 鐵餅 (女甲) 6D 林巧婷 (男乙) 4D 林振福 標槍 (女甲) 6A 吳珍妮 (女乙) 4B 劉詩雅 4X100M接力 (男甲) 6E 邱俊榮 3A 馮錦明 6E 鄧進恒 6A 黃劍輝 6B 趙少維 (男乙) 2E 石澤義 1C 林海洋 2D 廖杰勝 2A 秦明亮 (男丙) 2D 周洲東 1D 周家俊 1B 張禮駿 2C 關雲標 (女丙) 1C 董慧詩 1D 梁文欣 1B 蕭惠方 2A 謝楊雅
乒乓球冠軍 (男甲)	5C 周潤鴻 5C 鄧卓森 4D 陳錦泉	4X400M接力 (女甲) 4B 許君琳 6D 黃嘉敏 6D 吳美裕 5C 周嘉麗 (女乙) 3A 吳美可、2E 林咏詩 3B 周慶茹 3A 陳美賢
鉛球冠軍 (男甲)	4C 黃詩康	
鐵餅冠軍 (男甲)		
鉛球季軍 (男乙)	3C 吳德文	
100M冠軍 200M季軍 (男丙)	2D 周洲東	
鉛球季軍 (女丙)	1C 余嘉儀	

# 信仰分享園地

## 久旱逢甘露 黃健新牧師

「一日之計在於晨」這句格言對於今日大部份的人來說，明知是好的卻是未能實行的道理。當小學仍是半日制的時候，大多數家長都想子女讀上午班，認為早上學習會較易入腦，而且放學後仍有大半天，時間好使好用。隨著升上中學，青少年越加晚睡，晨早起來只剩下無穀，精神仍未恢復。

許多宗教和古人的教訓，都十分強調每天一早可以先安靜下來，思考一下，好好準備，才開始每一天的工作和學習。基督教亦有十分悠久的清晨靈修傳統，故此教會舉辦的學校都會舉行早會。透過唱詩歌、聆聽聖經（即創造天地的那位上帝的話），加上簡短講道和祈禱，培養大家對生命應有的態度和方向。

事實上就以筆者在聖公會中小學就讀的經驗，那時每日都有早會，很多聖詩及聖經直到今天也記得。現時學校因各樣的原因，只能夠每月安排一次早禱，對心靈的培養可說聊勝於無。以下雨作比喻，雨水不會天天降下，只偶而下一陣雨。就讓我們像一棵久旱的樹一樣，當雨水沛降的時候，好好細味和吸收那甘甜的水滴吧。

## 原來阿sir真係阿sir

今年我們來了一位紀律導師，他就是謝志強老師。任職導師前，謝sir一直在警界服務，他在18歲就開始加入警隊，12年前由前線轉任警民關係組出任學校聯絡主任。退休後，他便加入李炳的大家庭。

謝sir認為無論是擔當警察還是導師的職務都非常有意義，做警察是為了除暴安良，維持社會安定，做導師則可為培育社會未來的棟樑出一分力。謝sir指出現時正規的警察其實只有約三萬名，警民比例之高可算是世界第一，以三萬多名警察維持七百多萬人居住的香港繁榮安定，須要多麼大的努力，所以謝sir以能成為警隊的一員感到無任光榮。謝sir十二年前之所以由前線警務人員轉職警民關係組學校聯絡主任，以至現在擔任的紀律導師都是希望藉此多接觸青少年，了解他們的心態，並希望能幫助有需要的青少年重回正軌。

謝sir很高興加入本校的訓導團隊和一班殫精竭慮的老師一起工作。謝sir在校擔當的角色是紀律導師，無須授課教學，他主要的工作是協助訓導老師執行校內紀律，以減輕老師的工作。

謝sir認為能在退休後為教育界出一份力，感到十分的榮幸，也非常享受現在的每一天，享受見證青少年由壞變好、知錯能改的經過。謝sir對現在的青少年仍然懷有熱切期望，並鼓勵大家「不要看低自己，要建立自信，定下人生目標，向着標杆直跑。」希望學校及學生的水準不斷提高，更期待將來每一個穿著李炳中學校服的學生，不論在校內及校外都會受到別人的稱讚

## Watoto兒童合唱團音樂會

團契同學於2013年10月13日出席了非洲烏干達Watoto兒童合唱團的音樂會。這些兒童都是因國家戰亂或疾病等原因而失去家人的孤兒，但他們因著耶穌的愛及福音事工Watoto，生命得以改變。這次亞洲巡迴音樂會以「美麗的非州 茁壯新一代」為主題，藉此跟世界各地的觀眾分享非洲的美麗和耶穌改變生命的大能，讓人認識神對非洲的心意。以下是部份參加同學的分享

### 6D 陳妙如

經過宗教老師的極力推介，我和一班團契同學參加了Watoto的音樂會。雖然那裡很冷，可是大家都被Watoto的舞蹈和歌聲吸引過來，都忘記了身體的寒冷，跟隨著音樂的節奏跳動著，因為我們都被他們熱情的氣氛感染了。然而，在他們的微笑中，其實隱藏著一些苦痛的過去。有些孩子還沒懂，士兵強逼殺害自己的雙親，亦有些孩子被抓去做苦力等等。至今為止，他們能離開那些惡夢。最後，希望有

會再次欣賞Watoto的演出！

### 5E 梁苡恩

Watoto音樂會讓我看到更多非洲兒童的需要，從他們的分享，我明白到他們失去家園的難過，而他們一直都沒有感受過家庭的溫暖，不過他們在神的帶領下加入Watoto這個大家庭，生活得以改變，重新讓他們感到家庭的溫暖，我也會珍惜現在跟家人相處的時間。

### 5E 翁君如

當我我看完非洲兒童的音樂會後，覺得非洲的兒童好可憐，希望他們有更多的人可以幫助他們，使他們更快樂，不要在一個有戰爭的環境下成長。另外，他們的歌聲很動聽，令我很喜歡，希望他們也能夠一直的唱下去，傳送這愛的消息，使更多人可以認識Watoto這團隊。

# 愛的真諦

人人都想被愛，也想去愛人，但人是感情脆弱的動物，而愛的關係又那麼微妙，我們應如何去面對？中四級通識科教過愛情三角論，發展心理學權威Sternberg就人類的感情類型，提出情、慾、知三個層面，並認為愛情可包含三種成分

- (一) 親密 (intimacy) 以關懷、瞭解為內涵的親密感；
- (二) 熱情 (passion) 情慾或激情；
- (三) 承諾 (commitment) 決定與對方維持穩定關係的承諾。

而在這三個成分下，又可重組成七種兩性關係的類型，即喜歡、慾戀、虛愛、浪漫之愛、友伴之愛、熱愛、圓熟之愛等七種。

- 1 喜歡 手足般的異性友情，彼此瞭解，可以傾訴，但沒有性吸引力，更沒有建立長期共居的念頭。
- 2 慾戀 只有強烈性的慾望而少了親密感與承諾的成分，日常生活中的性騷擾，便屬於此類。
- 3 虛愛 有長期的承諾，沒有親密的感覺，結婚多年的夫妻可能進入這種情況。
- 4 浪漫之愛 彼此相知相惜，亦有相互吸引力，卻不能有婚約的承諾，所謂發乎情，止乎禮的情形。例如「不在乎天長地久，只在乎曾經擁有」。
- 5 友伴之愛 年紀已大的夫妻不失為良性的兩性關係，雖然性吸引力已不如交往與結婚初期那麼強烈，但仍彼此相知，相互關懷，視白頭偕老為最後的結果。
- 6 熱愛 由於突出的外在吸引力引發一見鍾情，誤把高漲的情慾視為愛的極致，昧於相知不多的事實，而急於做永結關係的承諾，是屬於激情與承諾所組成的愛。
- 7 圓熟之愛 接近完美的兩性結合，但欲維繫這種愛卻相當困難。兩性經由戀愛交往而結合，在蜜月階段大抵可達情、知、慾的完滿圓熟境地。但隨著時間與人事問題的改變，情慾與親近可能產生質變與量變。要維持圓熟的兩性關係，最重要是長期的付出，培育互相溝通的能力與話題。

感情型態	親近感	情慾	承諾
喜歡	高	低	低
慾戀	低	高	低
虛愛	低	低	高
浪漫之愛	高	高	低
友伴之愛	高	低	高
熱愛	低	高	高
圓熟之愛	高	高	高

### 洪興禮老師

相信每個人師也一樣。老師他會以行動來表達進行洗禮的儀式她喜歡的毛巾，洪老師認為亦可藉此從信仰與喜歡的人一起，所以老師喜歡女孩穩、愉快的關係下去。

### 顏昭洋老師

當年求學期間談戀愛，顏老師的父母是知道的，而且沒有反對，他說他當成績優異，而且拍拖亦沒有影響他的成績。老師說他不浪漫的人，故此也沒有甚麼特別浪漫的行為，縱然有，也只是買一些禮物偷放在她家中讓她驚喜。已結婚的顏老師從戀愛中學懂了與人相處之道，以前的他一個不顧他人感受的人，有話直說，不會轉彎抹角。縱使女友生他的氣，他也不理會他，說「如果是中學時期，我會直接分手，一來不值得我繼續留戀；二來，我不喜歡哄人的感覺。而且我不清楚她為甚麼生氣。」現在他不會像以前那麼固執，了解對方的需要，說話也顧著她的感受。太太生氣了，他也溝通，最後也會道歉。可見愛情確能改變一個人。

### 曾艷藝老師

曾艷藝老師於2012年結婚，一年後，夫婦將要出世。談到初戀，曾老師說那時候是懵懵懂懂的，覺得談戀愛只要兩個人相處過不開心就可以。都說初戀最難忘，曾艷藝老師也不例外，當她覺得這份愛毫無問題的時候，突然慘遭分手。這次無疾而終的戀愛，使老師用心，而且將一切受過傷害，老師面對愛情十分謹慎，選擇對象也很嚴格，而且始終和男性朋友保持一定的距離。對於Sternberg的理論，她說特別為看重「情」和「知」兩方面，對於所謂像浪漫之愛就看得比較輕，不少男性朋友都被她拒之於外，直至遇到他，現在那伴侶，建立起「圓熟之愛」的兩性關係，組成了一個完美的家庭。愛情不只是一個人的事，雙方都需要付出、還要互相信任，平等相處，那才算是完美的愛情。



## 呂秉權先生談國情

2013年國慶前一天，呂秉權先生蒞臨本校發表演講，大談中國國情。他曾是香港無線電視和有線電視新聞部的中國組助理採訪主任以及首席記者。呂先生在講座中強調三個重要訊息：現時國家的情況，愛共產黨是否等同於愛中國和我們應該怎樣愛國。

過往，他經常在內地採訪，故非常熟悉中國國情。其中採訪汶川地震讓他有深刻的體驗。他說「在汶川地震中的樓房迅速倒塌是因為居民所住的樓房沒有鋼筋，只有水泥作建築材料，一點也不符合建築規格。」傷亡的背後其實就是赤裸裸的官商勾結，商人為了賺取更多的金錢，與政府同流合污，因而得到了偷工減料的許可。由此可見，中國貪污問題十分嚴重，要全面打擊並非易事。此外，他又談及中國的食品安全和環境污染等社會問題，均令人憂心。

之後呂秉權先生向台下同學提問：「愛國是否等於愛黨？」他說明愛國的內涵要比愛黨豐富得多。他指中國的共產黨並不是共產黨的中國，難道愛國也要愛那些使中國落後的黨嗎？

最後，呂秉權先生為我們闡釋他的愛國理念，他指出愛國是無條件的，因為我們都流著中國人的血，我們的根在中國。那就好像教導孩子一樣，孩子犯錯我們不會離棄他，而是去糾正他的錯誤。愛國也是一樣，我們不會因為國家不完美就放棄它，憎恨它。最後他更提醒我們「你們也是知識分子，公民責任並不只是投票那麼簡單。」對於國家未來的發展，我們也要出一分力。也許未來我們對中國的影響是微不足道，但重要的是我們對中國的態度。

## 溫習技巧分享上篇

相信溫習是各位同學感到苦惱的事，怎樣溫習才有成效？才有進境？我們分別訪問了兩位剛畢業的師兄，今期先介紹梁傑杰同學，以了解他的溫習技巧。梁傑杰 現正就讀樹仁大學英文系，高中修讀生物和經濟。

### 溫習的法門

問到師兄每天花費多少時間溫習？原來他每天放學都在設計與科技室溫習至5時30分，有時因為課程較難，甚至留至6時至6時30分，回到家後，他還會抽1小時溫習。此外師兄還會做時間表，每一天只溫一科。至於明天有測驗還會按照時間表溫習嗎？當然不會，他會靈活調動把明天測驗的科目放在今天的時間。同學常說學那麼多東西，我怎記得住？究竟師兄有何要訣？原來師兄會用不同顏色的螢光筆，根據顏色的深淺程度決定學習內容的重要性。至於面對難題，他會直接問老師，而且還要多加努力，不斷反覆練習，才會有進步。

### 英文的提升

相信學習英文一定令大家很苦惱吧，那就先說說英文吧！他建議大家可以去圖書館借閱神奇樹屋系列的英文小說（不是賣廣告）或其他簡單英文小說，先要增加大家對英文短句、片語和生字的認識。除了看英文小說外，還可以到YOUTUBE聽英文歌曲和看自己偶像的英文訪問片段，當然他也建議同學看外國BBC電台的訪問。師兄每星期也會作一篇英文作文（題目不限），有時他每寫一句，便檢查文法有沒有錯誤，然後再作第二句，文章完成後，他會交給老師批改，以作改善。

### DSE考試要訣

面對高中考試，師兄有自己的一套溫習方法，當時他學習英文，便一心以打倒英文老師的心態去學，何謂打倒呢？就是問一些很難的問題，如GRAMMER，令老師不能立刻回答，這就有目標讓他不斷鑽研。之後他就一直研究GRAMMER的問題，哪裡不夠難度，就這樣加深自己對GRAMMER的認識。另外，他建議同學要找一個伴一起溫習，當然要水平相若，這樣一來互相幫助，另一方面那位朋友在旁形成一種無形壓力，使自己更積極學習。說到何時開始準備，原來師兄在中四暑假已經做好計劃，編訂學習時間表(如上所述)，開始記熟筆記，一來他不想開學就被老師問到「口啞啞」，二來中五課程可能用到。

### 面對壓力

師兄和大家一樣也會玩電腦遊戲，但要適可而止。他曾經試過為玩電腦遊戲，一心追求開關的樂趣，就這樣當天的溫習就耽誤了，但最後出於自己的責任心，他決定在凌晨開始，直至完成溫習。玩電腦遊戲外，聽歌確是減壓的好方法，不過師兄的選擇多是比較溫和的音樂，如古典音樂、背景音樂等等。



梁傑杰