

COLÉGIO DE S. JOSÉ
聖若瑟中學



博雅 雜承 九十載

聖中校友回憶錄

博雅傳承九十載
聖中校友回憶錄



書名：〈博雅傳承九十載 —— 聖中校友回憶錄〉

聖若瑟教區中學第一至六校校史編輯委員會

主席：李仁傑、黃建民、喬樹勇

副主席：麥菊娜、黃惠玲

總編輯：林鎮翔、李漢騏、歐陽效東

編輯委員：伍保紅、李智靈、羅淑瑩、黃嘉瑜、何美珊、黃佩容、戴淑貞、冼偉鈴、
呂小慧、林婉昕、呂樂蓓、黃雪萍、郭影婷、譚可滢、廖綺婷、陶瑞盈、
梁曉瑩、梁彩玉、馮慧芳、黃健威、黃麗娜、劉景俊、梁靄儀、李婉珊、
蘇嘉雯、顏巧鳳、魏俊華、郭華開、梁峻軒、張曉鍾、孫文偉、李偉權、
曾國瑩、梁詠琪、陳玉華、鄭秀嫻、馮麗馨、李小燕、王茵茵、林英傑、
范曉敏、李芷瑩、鍾巧琳

排版：施明珠

封面設計：容子健

版次：2021年3月第一版

規格：19cm x 26cm

聯合出版：聖若瑟教區中學第一至六校

澳門聖若瑟中學留港校友會

澳門聖若瑟中學校友會

澳門聖若瑟教區中學北京校友會

澳門聖若瑟教區中學廣州校友會

地址：天神巷 43 號

澳門台山中街 253 號

青洲河邊馬路 14-17 號

印刷：華輝印刷有限公司

印數：500 本

版權所有 請勿翻印

非賣品

目錄

序言一	李仁傑校長	6
序言二	黃建民校長	7
序言三	喬樹勇校長	8

勉詞

天主教澳門教區	李斌生主教	9
澳門大學	黃素君博士	10
陳既詒	校董	11

內容

1. 初中三載情，感恩老師們教導，驕傲能做聖中人——1955 忠社林慧儀校友自述	12
2. 滿載對師長的深刻回憶，盼誌不忘——1956 屆校友潘漢賢	13
3. 最深刻的一堂課——1957 鄧耀忠校友	16
4. 好設備，教學法的新穎，引起學生的學習興趣——1959 屆校友朱昌權	17
5. 母校：「百年樹人，專心教育」的學府——1960 屆校友孔憲詔	19
6. 中學的基礎，培養獨立及溝通的能力——1961 屆校友李文龍	22
7. 校風良好，師資優良，用心教學——1962 屆校友鄭國霖	24
8. 聖中兩年，認識不少的同學——1964 屆校友容釗平	25
9. 秉持愛己愛人、愛家愛國愛社會——1968 屆校友陳婉華	26
10. 老師說：教學相長——1972 屆校友高瑞華	28
11. 女中部中五文商組第一屆畢業及 73 屆特別師範第八屆畢業——1972 屆校友謝燕明 自述	30
12. 泌尿科權威醫師——1974 屆校友陳偉寶	36
13. 在美國研發治療青光眼藥專家，並獲專利權——1974 屆校友彭玉豪	38
14. 不親近老師，反而敬而遠之，如入寶山空手回——1975 屆校友蔡根祥	40
15. 做好自己，為夢想努力，幫助更多需要幫助的人——1975 屆校友劉錫麟	45
16. 作育英才，成百年老校——1976 屆校友 Soktim Ho	48
17. 做事一定要穩重勿急，做人一定要低調——1982 屆校友李小瑩	49
18. 昔日的老師就是有一股氣度——1983 屆校友湯漢樂	51
19. 雲龍舞蹈社代表聖若瑟中學的藝術團體——1984 屆校友 John Lou	56

20. 緬懷昔日校園往事，深感溫馨——1989 屆校友 Alice Chan	58
21. 春風化雨，潤物無聲，桃李滿門——1989 屆校友林錫銀	61
22. 昔日的老師，亦師亦友——1989 屆校友郭愛媚	64
23. 跳出自己的時代，宏觀看事物的思維能力，助益成長——1989 屆校友喬樹勇	67
24. 印象中，學校一直在搬校舍——1989 屆校友歐志華	70
25. 在中學生涯中，學會自我約束最重要——1990 屆校友 Christina Ho	72
26. 培養獨立分析的能力——1990 屆校友 Gregory Sun	75
27. 對於聖中，除了感恩之外，還是感恩——1991 屆校友李偉權	77
28. 不同國籍（經歷）的老師，開闊學生眼界——1991 屆校友徐婉瑩	83
29. 校園生活歷歷在目，珍惜青春年華——1994 屆校友林秀玲	85
30. 感恩相遇相識——1994 屆校友 IAO LENG	87
31. 專注學習，積累能力，才能達己成人——1995 屆校友黃惠婷	90
32. 我們最喜歡上體育堂，也是最開心的課堂——1995 屆校友談婉兒	94
33. 我是聖中人，我自豪——1995 屆校友劉麗妹	96
34. 做好自己，才能作身邊的人為榜樣——1996 屆校友曾偉邦	101
35. 昔日的同學，你們是我一輩子的知己好友——1996 屆校友羅崇威	103
36. 學會尊師重道，同學間友愛——1997 屆校友 Annie Fong	107
37. 盼望你們能與我一樣，以身為聖中人而感驕傲——1997 屆校友黃芷娟	109
38. 能入讀聖若瑟是我人生的重要轉捩點——1999 屆校友鍾子石	111
39. 水的清澈，非不含雜質，而是因為懂得沉澱——2000 屆校友葉子韶	113
40. 為澳門繼續傳承聖中的美德——2001 屆校友李偉成	115
41. 發揮潛能，認真學習，活學活用——2001 屆校友張天嘉	117
42. 尋求事物的真理，做好自身，幫助別人——2002 屆校友林鎮翔	119
43. 千萬不要一步登天——2002 屆校友郭婉筠	121
44. 校景使我回憶起昔日求學的點滴——2002 屆校友黃志華	123
45. 全心向著目標進發，世界都會有股力量協助你的——2005 屆校友古展文	124
46. 找尋自己的興趣，及早定立志向——2005 屆校友杜志豪	126
47. 老實做人，謙虛有禮——2005 屆校友施明珠	129
48. 從老師身上感受愛與鼓勵，生命影響生命——2005 屆校友 HOI PAK FAN	131
49. 不斷學習，提升各方面的能力——2005 屆校友劉嘉欣	133
50. 人都是公平的，擁有着相同的二十四小時——2005 屆校友黎永浩	134
51. 在課堂製作澳門文化遺產大型橫額有深刻的記憶——2007 屆校友關月兒	135
52. 每當遇到困難，想想校訓，或許會找到答案——2011 屆校友梁漢輝	137
53. 養成有效的學習方法及培養正確的人生觀——2012 屆校友蘇兆偉	139

54. 培養時事觸覺，應付萬變的社會——2012 屆校友潘智鵬	140
55. 知識重要，人際關係也不能忽略——2014 屆校友袁德豪	142
56. 好好珍惜眼前老師為你們付出的一切——2015 屆校友 Jason	143
57. 認真學習，打好基礎，培養動手能力——2015 屆校友梁冠笙	144
58. 培養人際溝通和獨立思考的能力——2015 屆校友陳珀欽	146
59. 機會永遠都是留給有準備的人——2016 屆校友王駿穎	148
60. 辛苦得來的，永遠是最珍貴——2016 屆校友周浩源	151
61. 回顧，學會成熟和堅強——2016 屆校友張宇	153
62. 高三應對未來早作規劃——2017 屆校友呂煜斌	155
63. 好好珍惜校園生活——2017 屆校友張舒雅	157
64. 發掘專長，為校爭光——2017 屆校友黃展騰	159
65. 做好立身處世的修養——2017 屆校友鍾嘉渝	160
66. 培養學生服務社會，造福人群的美德——2018 屆校友黃凱淇	161
67. 時刻記著校訓和天主經——2018 屆校友鄭炯文	163
68. 奮勇向前，方能行遠——2019 屆校友歐陽智弘	164
69. 中學生最重要是認真做好每一件事——2019 屆校友馬偉傑	166
70. 課程輕鬆，容易尋找自己的方向——2020 屆校友馬世泉	167
後記 編輯部	168

序言一

聖若瑟教區中學
李仁傑校長



時光荏苒，歲月悠悠，歷屆學校師生與澳門社會大眾一同奮鬥，開創未來，許多許多看似遙不可及，困難重重的，他們仍能一步一步的走過去。今天聖若瑟教區中學踏入第九十年頭，學校在澳門教區的領導下，秉承校訓「己立立人」的宗旨，繼續為澳門培育未來人才而努力。

序言二

聖若瑟教區中學第五校
黃建民校長



今年，適逢聖若瑟教區中學第一至六校的 90 週年校慶。各項慶祝的活動，特以「傳承」為主題，與師生、校友、家長和社區人士同賀聖中九十周年紀念。

十年樹木，百年樹人。九十年來，聖中孕育了不少社會棟樑。縱使經歷諸多的變遷，發展至今，聖中合共有 6 個校區，3 個行政團隊，約 400 名教師及 4000 名學生；但是，各人仍秉持著一種精神 - 以耶穌基督的養父大聖若瑟為典範，以實事求是的精神和作風去完善自己，以尊重和接受別人的行事去服務他人。

校友回憶錄的出版，集結了多位聖中人的回憶、經驗及智慧。學生透過站在學兄學姐的肩膀上看聖中，必能對學校優良的校風有更豐富及深入的瞭解；並把聖中的精神，繼續傳承下去。

期待聖中續創輝煌，航向百載，繼續培育更多的社會人才，桃李滿天下！

序言三



聖若瑟教區中學第六校
喬樹勇校長

聖若瑟教區中學 90 周年校慶項目當中，有幾個是出版項目，當中「博雅傳承—聖中校友回憶錄」是其中的一個出版物。從預備、策劃，到推廣、收集資料，到後期編輯和徵集同學們的讀後感，每一個環節都經過了各個校部的同事們的辛勤努力。雖然回憶錄的內容偏於文字，不像其它紀念冊等的特刊有多姿多彩的內容，圖文并茂，但是回憶錄的製作其實是相當不易的。

同事們精心編制了校友們可能有興趣回憶的議題，分成了幾個環節，讓各位校友隨意揀選，或自由發揮。而為了有更多層面的校友能夠普及，大家都利用了各自的渠道，去做推廣。由於歷屆校友的年齡層有很大的距離，學校也採用了各種收集的方式，方便校友們回覆。結果有校友們有的用 Google Form 作答，有的用電郵回覆，更有的用手寫方式寫好，然後用傳真機傳給學校。現在有傳真機的人已經不多了，幸好學校還有。

回憶錄裏較大的篇幅，都是讓校友們抒發對當年在學時期的一些記憶，一些人和事，一些地點，還有一些師生關係。雖然有些校友已經畢業幾十年，有些甚至是 50 多年前畢業的，可是他們對當年母校的記憶，卻是從他們的字裏行間裏，還是可以清晰看出，歷歷在目的。相信很多校友在回憶這些事情的時候，除了自己的記憶之外，還會翻出當年的一些學校刊物、同學錄、文集和特刊。而這次的 90 周年的慶祝項目，就是希望藉著校慶的機會，出版一些特刊，把學校的發展、狀況和歷史等做一個概述，讓師生和校友們瞭解更多學校的資訊。回憶錄就是其中一個對學校過去歷史見證的特別刊物。

一間學校走過 90 個年頭並不容易，當中會有高低起伏，跌蕩盛衰。聖中在這 90 年當中，有過艱難的發展過程，有些是由於時局的動蕩，有些是由於鄰近戰爭的環境，也有是建校和搬遷的不便。但是聖中都會在艱苦的歷程中翻越障礙，重新起步，迎來更好的高峰。而各位校友的回憶物事，正正是這個起伏過程的最好見證。在各個年代裏，都有當年的校友敘述著他們的點點滴滴，講著他們作記得的老師和同學，描述他們印象當中的課室和操場，和猶如昨天發生般的日常小事。而這些正是回憶錄見證往事的最佳效果。

作為聖中校友，我也為回憶錄寫了我自己的回憶點滴。希望可以為把一些自己的回憶和印象保留下來，為回憶錄增加一些內容。而在接下來的 95 周年，甚至是 100 周年，相信會有更多的校友，更多的老師，為聖中的歷史加入他們各自的往事歷程，各自的「想當年」。

聖若瑟教區中學慶祝創校九十周年 《博雅傳承·校友回憶錄》

博思廣憶齊歡慶

雅文同頌聖祖名

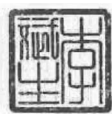
傳仁揚愛循理念

承先啟後邁前程



天主教澳門教區 李斌生主教

二零二一年三月



聖若瑟教區中學慶祝創校九十周年

《博雅傳承·校友回憶錄》

在彼此的生活中留下歷史印記

1984年，我以教師的身份走進了聖中的歷史，同樣地，聖中也走進了我的生活！此後，縱然生活中的物理距離偶有遠近，但是聖中已成為了我生命歷程中一個不可磨滅的印記。

近年，我基於前人對聖中校史的梳理和出版，而萌發出對聖中校史再挖掘的念頭。在過程中，我接觸到塵封的文件和檔案，讓我近距離地感受到歷史的脈動，有機會進一步了解聖中歷史與澳門社會發展的聯繫，更重要的是通過閱讀和感受歷史，讓我對當下的社會與教育有了更深入的思考和更厚重的沉澱。這份歷史情懷實在讓我獲益、讓我成長。今年適逢聖中創校九十周年，聖中大家庭以「博雅傳承—聖中校友回憶錄」，培養學生的歷史感和傳承意識，最特別之處是，通過校友自述對母校的記憶，同時讓在校學弟妹寫讀後感，進行一場跨世代的精神和情感交流，以博雅傳承聖若瑟的精神。

誰說歷史是過去式？！

歷史的記錄本身就是傳承！這本「博雅傳承—聖中校友回憶錄」讓跨世代的校友們再次走進聖中的歷史和當下，讓他們以超越時空的方式交流，也為彼此的生活留下獨特的情感印記。

讓這份聖中情，因著彼此傳承下去！



澳門大學 教育學院
黃素君博士
二零二一年三月

聖若瑟教區中學慶祝創校九十周年《博雅傳承·校友回憶錄》

懲前毖後

繼長增高



聖中校友會名譽會長

陳既詒 致意

二零二一年三月



初中三載情，感恩老師們教導，驕傲能做聖中人 ——1955 忠社林慧儀校友自述

2020 年 3 月 19 日是母校聖若瑟中學 90 週年校慶，應校方邀請，寫點感受。

多謝聖若瑟中學留港校友會，使“老”“中”校友多年來得以在香港連繫，互通消息和歡度每年聚餐，暢聚。

我是校友會“老”的一代，1952-1955 年在女校完成初中階段（當時聖若瑟中學分男、女校，而女校尚未設有高中）之後，便為了讀高中，祇好選擇轉校。

雖然在聖若瑟中學就讀短短三年，但這三年不獨被多位資深和有愛心的老師啟蒙兼增廣見識，還結識多位同學。到現在還陶醉於當年在學的歡樂時光中。

1952 年因中國大陸戰後而逃抵澳門的教授級老師為數甚多。中一教英語的有馮瑞宜老師，數學陳既平老師，國文羅家鳳老師。中二歐陽韶老師教國文，猶記他在講授「登北固樓」時一手把他穿着的「長衫」提起，一手直指上天念着「振衣直上最高樓」甚有英氣。從化學老師司徒聯處我學曉 H_2O 是水， $NaCl$ 是氯化鈉，即是鹽。何心源校長教我們唱歌學英文，何志仁神父教我們唸英文要發音正確。周復老師在國文課中唸「寂寞呀，寂寞呀，沙漠似的寂寞呀……」令我們覺得驟然寂寞起來。林林總總，全是美好的回憶。

轉眼三年初中過去了，距今 55 年，感恩老師們的悉心教導，驕傲能做聖中人。



滿載對師長的深刻回憶，盼誌不忘 ——1956 屆校友潘漢賢

問：學長畢業多年對聖若瑟學校有什麼記憶嗎？

潘學長：50 年代，聖若瑟中學只是一所在南灣街的三層樓洋房。一層是門房、大堂，兩旁是初中一教室。大堂正後方是大樓梯上二樓，到半樓梯分左右兩翼。其後是校務處、教職員宿舍、小賣部、職工宿舍、洗手間和後樓梯環繞天井。二樓是初中課室，三樓是高中課室。校長室佔用右前方一角及露台，分隔成辦公室、會客室、鋼琴練習室（供師範班女同學教學練習用）。

校內並無體育文娛設施。大堂兼用為勞作、壁報和方便時擺放一乒乓球桌而已。由校門越過馬路就是露天籃球場，一邊看是露台，另一邊有一小舞台，它是早會、體育課，以及一切活動的主要場地，當時也是澳門唯一稍有規模的籃球場吧，校際、埠際比賽也都在這裏舉行。旁邊是一個泥沙地的公眾型足球場，想當年聖中也用它踢足球、上體育課，而霍英東先生和香港的足球名將如姚卓然、黃志強等與這小球場也很有淵源。說到校園生活也不外乎打球，這也造成聖若瑟的學生從來沒有波牛、書呆子之分。多少學業成績名列前茅的也同時是乒乓球、籃足球的好手。

值得一記的二三事

每年一次會有男女生、師範生的聯合文娛晚會。記得某年男校學生演何心源校長編的諧劇，另一次由賴少麟音樂老師炮製“哈利路亞男女大合奏”。平日男女高低音各自在校舍的音樂課上分別練習，其中沒有預演，晚會就此登場，也中規中矩的演出成功。

問：學長談談中學學生時代的校園生活，或畢業後的工作，或近況等。

潘學長：聖若瑟中學（男校），升學經港澳僑生聯合考試，在校成績優異可以保送到台灣各大學，一般考取/保送都不困難，若考試成績未合格可入先修班一年再甄別入學。

1956 年聖中畢業後入讀台灣大學土木工程學系；

1960 年畢業；

1960-1967 在香港建築工程界服務作結構設計工程師；

1967-1970 移居加拿大安大略省溫莎市（Windsor）從事輸電、橋樑設計，夜間越國境到美國密支根州底特律市（Detroit）修讀工程碩士；

1970-1990 回港從事建築師，結構工程顧問事務至退休，主要工程包括香港會議展覽中心及地鐵沿線若干商住綜合發展。

在香港、美加居住期間和昔日校友都保持聯絡，更得留香港校友會聯繫通消息，1950 年代至 1970 年代的校友都如一家人，可惜 70 年代後由澳門到香港工作的校友銳減，更後輩的校友在香港不易聯絡上，也不多。

我們 1956 年畢業的紳社同學在港仍常聚，海外同學也書信聯絡，這是澳門聖中的親和力吧！

澳門聖中留港校友會成立於 1986 年，至今與母校師長來往不絕。

問：學長畢業多年對母校師長有什麼回憶嗎？

潘學長：對師長的回憶——何校長—何心源神父：

50-60年代，校長正藉英年，面容精神飽滿、身穿貼身神父袍，意態飄逸而腳不怒自威，常處於三樓校長室，不常露面。到高中時期才能多接觸，他教英語，課在下午飯後第一課，校長喝點紅酒，氣態更輕鬆，教學中常記些中英笑話，教我們活學活用，最得益至今銘記的是“語言是人的思想，不同的語言，顯示不同人種的思維方式不一樣，故此多學一種語言，就如多活一種生活……”可惜到高中二才聞此話，留在澳門居住了七八年也沒想過學葡文。不過在澳門居住多少吸收了一些拉丁生活態度，到了香港生活才發現出來。

高三，要畢業了，校長為方便我們升學台灣，特意找來一位北京老人在課餘教我們“京片子”，可惜到台灣所聽到的都是五湖四海的“國語”！

陳家五傑：

訓導長陳道根：黑框眼鏡，長衫學士鞋的謙謙儒者。

教務長陳立本：金絲眼鏡，整套西裝履革的嚴肅學者。

兩昆仲一主內政，一理他律，後者每早佇立校門檢查校服、校章，一絲不苟。

道根先生：兩子一女，陳既霽先生——數學奇才，課外為我們補習以應大學課程。

陳既詒主任——一年前才慶祝從事教育七十週年，至今仍在校服務，不必介紹了。

陳既平女士——任教小學女校，我較少接觸，但至今與舍妹仍有往來，可見為人敬重於一斑。

麥格斯老師：體胖，大近視，亦御整套西裝上課，主攻文哲。上課時執卷端坐，顧笑自如，在欣賞解讀課文，旁若無人。某日教正氣歌，搖頭擺腦間突提問“某君，正氣歌主旨為何？”某君午睡未醒，被叫醒時，貿貿然笑“浩然之氣。”老師大悅激讚，哄堂大笑大樂。

易麟閣老師：書畫、中英、鋼琴無所不能，身材修長，大熱天時，西裝履革，手執公事包，在街上規行矩步回校，不避大汗淋漓，女同學大多婉羨歎息，據說，易夫人早逝云云。易老師任教高三英文，我們男生也都畢業前才敢央得他在校長室為我們彈奏一曲，平常只在教授師範女生時才聽到琴音自校長室傳出。

黃就順老師：地理黃，早已聞名全國，50年代教材缺乏，可教的是人文地理，多於自然地理，曾叫我們到航空公司取航線圖作授課用，也叫我們以六寶紙混米漿似等高線製中國地圖及著色，與日後的成就不可同日而語了。

較年輕的老師們：如薛萬雄，薛萬龍教體育，常與學生打成一片，聖若瑟校隊也曾代表澳門遠赴台灣參加介壽杯籃球賽，萬龍早逝，萬雄老師至今常與我等當年學生聚會。

黃澤霖、陳漢明、賴少麟：幾位與 50 年代的中學生年齡接近，也在年代末各奔前程到香港，下來各有所成，黃陳兩位老師一直參加留港校友會聚餐，直至老成凋謝，離我們而去。

陳老師來港考取會計師牌執照，退而不休，每年聚餐仍親攜獎品赴會。

薛、黃、陳各老師到聚餐會，堅持不到嘉賓席而與老同學共聚話舊。

歐陽昭老師：身材健碩，長年長衫學士鞋的老派文人，教中文科，上課不時吟詠古詩及他的作品，同學得益不少。

50 年代，二戰過後，新中國成立，南來教育界中人不少滙集港澳，聖中兼收並蓄，計有民初戰前遺風的老師宿儒，全盤西化的知識份子，與及初入社會的有為青年，至 60-70 年代，師長輩或老成凋謝，或另奔前程，只成追憶了。

問：學長今年母校 90 周年，你有什麼說話要送給母校嗎？

潘學長：母校 90 週年紀念，我已達耄耋之年，留港校友會亦三十幾週年了，也只有澳門聖若瑟的師生友誼能維持如此。話多了，只因陳年舊事，一個甲子以外了，所以不作多寫，盼誌不忘。

問：學長昔日就讀於那一個校部？有親人也是讀聖若瑟學校嗎？為什麼會入讀聖若瑟學校？

潘學長：我在校四年半，初中二下學期插班到高三畢業；聖若瑟中學就是一幢三層洋房，地方不大，也因此全校師生都熟絡；家裏的兄弟姐妹都分別入聖中各校就學；母校校風淳樸，師生融洽。

問：學長知道校訓的內容嗎？你對校訓有什麼理解？

潘學長：“己立立人”是很好的做人宗旨，把自己處理好，繼而和別人協同，由小我而成大我。

問：學長認為讀中學時最重要的是什麼？

潘學長：讀中學主要是發展身心，發掘潛能，學懂面對挑戰的心態，以應付人生要應付的未來、未知。

問：學長有什麼寄語母校、同學及學弟妹？

潘學長：現代世界面對很大的變數：第四次工業革命、人工智能、生態環境等等。教育必須為下一代培養出面對變化的能力、勇氣。要對年輕學子說的話，無寧是要對學校、老師說。老師們不能以他們十年廿年前學得的知識教導學生，讓他們去對應十年、二十年後的世界，要教的是培養學子的想像力、勇氣去創新及面對創新、變化，“己立立人”是管用的，但不單止要腳踏實地，而且要天馬行空。



最深刻的一堂課 ——1957 鄧耀忠校友

我是 1957 年明社的畢業生鄧耀忠，讀高中三的時候，易麟閣老師是班主任兼教授英文課。他是一位博學多才的好老師，受過他教誨的學生都是尊敬她的，有一次，她在課堂上講過下面的說話，我現在還記得很清楚。

「自從哥倫布橫渡大西洋發現美洲新大陸後，歐洲掀起向外航行的熱潮。15 世紀初葉，葡萄牙航海家繞過非洲南部好望角，來到東方的澳門，打開東方的航海要道，以後西班牙人前往南美洲探索。17 世紀英國發生工業革命，為了尋求原料和開拓市場銷售產品，於是着力發展航運和兵艦等海軍力量。結果從 18 世紀進入 19 世紀，演變成英旗無日落的殖民帝國。自從一次歐洲大戰後，英國法國等國力實力日漸衰落，此時美國盛世崛起，跨越了半個世紀。沿着西方強國發展歷史的軌跡，我預測中國將是 21 世紀崛起。」這一前瞻性的言論，給我留下深刻的印象。假如易老師現在仍然活着，我相信他一定會說，十年之後中國將迎頭趕上，並且把美國甩在後面，成為世界的一等強國！

鄧耀忠
2020-10-01



好設備，教學法的新穎，引起學生的學習興趣 ——1959 屆校友朱昌權

問：請學長談談的中學學生時代，或畢業後的工作，或近況。

朱學長：我是在高中一年級入讀聖若瑟，家兄則早兩年加入，昔日家父有鑒於聖中的優良學風，所以放心把我們送進聖若瑟學校就讀，在中學時校內的學習氣氛很濃厚，師長和藹可親，亦師亦友的態度，使學生不只在課堂上學習到知識，亦可在課餘學習到做人的道理。

在聖若瑟中學部畢業後，往台灣升讀大學，當年是何心源校長保送所以入學比較輕鬆。我入讀國立台灣大學，畢業後到香港工作，後又移民到加拿大，年前已退休了。當年的澳門不如今天富裕，只希望能繼續進修，能入讀台灣大學之門，已屬幸運，及後除努力工作外，並沒有太多條件作人生規劃。
本人出生於澳門並長大於澳門，工作在香港，教育第二代於加拿大，現在在上海退休。

問：學長有與昔日的同學有班聚會嗎？

朱學長：和昔日同學經常聚會，亦有偶爾探望多年的老師，可惜能見面的人數日漸減少，聚舊的機會，亦今不如昔日了。

問：學長母校的教育給你什麼感受？

朱學長：聖若瑟就讀共三年，師長循循善誘，同學互相合作，營造良好的學習環境。學校給我教育，給我與人相處，和衷共濟，教導為人要誠實正直。

問：學長畢業已經超六十年，對母校有什深刻的印象？

朱學長：舊校舍外觀嚴肅，內裏學習環境適宜，六十年代之新校舍設備完善，尤其附設於籃球場，更是同學課餘活動最佳的場所。

問：對母校昔日的硬體設備給學長什麼印象？

朱學長：體育設施能激發學生對運動的愛好，地理室的設備，教學法的新穎，引起學生的學習興趣。

問：學長對那些課程有深刻的記憶？

朱學長：聖若瑟學校的老師給我的印象是學識淵博，教學態度友善，教導方法新穎，對各位師長的學識和負責任的態度都有深刻的印象。

其中，國文科麥格斯老師、地理科黃就順老師、數學科陳既詒老師、美術科黃澤霖老師、體育科薛萬雄老師，對他們昔日的教導留有深刻的印象。

問：學長在聖若瑟就讀時有什麼比賽項目？這些比賽給你留下什麼回憶？你曾獲得什麼獎項嗎？

朱學長：班際籃球比賽、美術郊外寫生、有數學和理化科個人比賽分高中和初中兩組，亦有班際籃球比賽，本人曾獲數學和理科獎項；籃球也是當時聖中強項，聞名港澳台，學校的聲譽亦增強不少。

問：學長對母校昔日的硬體設備 / 校舍建築給你什麼印象？

朱學長：體育設施能激發學生對運動的愛好，地理室的設立，教學方法新穎，引起學生興趣。

問：學長是怎樣去升大學的？為什麼會選讀這些學系？母校對升讀大學有什麼安排？有什麼指導？

朱學長：有學校保送，土木學系是當時最熱門學系之一，回港找工作容易，母校對升學有輔導，可能因條件關係，稍嫌不足。

問：母校的校訓對學長有什麼影響 / 啟發？

朱學長：校訓己立立人，當時對校訓未有特別的強調，可能已將意思輸入日常生活教導當中。

問：學長認為讀中學時最重要的是什麼？

朱學長：努力學習，培養高尚品格。

問：學長有說話寄語母校或同學嗎？

朱學長：世界急速發展課程配合以培養相應的人才，與昔日同學的分享：緊密聯繫享受美好的夕陽時光。

問：學長給學弟妹們一些好的忠告和勉勵。

朱學長：與人相處以誠，處事認真辦理，放開懷抱，接受新事物，接納新朋友。按自己的興趣選擇，按自己的選擇努力不懈。



母校：「百年樹人，專心教育」的學府 ——1960 屆校友孔憲詔

問：學長對在聖若瑟的學習生活有甚麼印象？

孔學長：我在聖若瑟讀了 5 年半。自陶英小學畢業後先入讀某校讀初一上學期，然後初一下學期由長輩介紹就讀聖中母校。聖若瑟給我的印象是一間「百年樹人，專心教育」的學府。當時母校位於南灣的校舍，予人印象古典端莊，環境幽靜，之後搬到新校舍（八角亭對面），那裏設備新穎，設施較齊全，新校舍令人深刻印象的是全新木板室內籃球場，在當時澳門是首屈一指的。那時新校舍已有圖書館，藏書不多。那時還未有班社聯會。

問：學長在中學讀書時期，對人生有什麼規劃？聖若瑟對您有甚麼影響？

孔學長：我在中學讀書時期，聖中給我的影響是：努力上進，自強不息。我對人生規劃是增加知識、培養品德、結交好同學、追求好前途。

問：學長在聖若瑟的學習生活有什麼描述？讓學弟妹可以了解昔日的校園生活。

孔學長：

校內：A. 努力讀書

B. 成為班上籃球隊員

C. 成為班上乒乓球隊員

校外：A. 參加會詩班

B. 參加中國學生周報活動

問：學長昔日母校有哪些課外活動？那些課程令您留下深刻的印象？

孔學長：

班際籃球賽：我們班在高中一時，擊敗高二，三的學長。在與別的學校同年級的比賽中，我們總是取得勝利，尤其在畢業前，與實力相當的粵華中學比較，在他們的球場，他們擁有眾多的啦啦隊，聲嘶力竭的叫喊下，我們仍然將地頭蛇壓下，勝利的果實真是甜美。
上社乒乓球隊：在與別的學校同年級的比賽中，在天王巨星黃維勇同學的領軍下，我們總是所向無敵。

畢業前三個月，上社獨自舉辦畢業晚會（全班僅有三十七人），由於我是班長，代表去見何心源校長，去請示請求批准，這是過去校史上從未有的。

問：學長對母校的哪些課堂令您印象至深？

孔學長：初中三時，第一堂音樂課，李冠章神父進入課室後，他形似瘦削，一語不發，手拿音叉，在桌上一敲之後，放在耳孔外，聽了後，隨即高歌一曲，高亢的音聲，震耳欲聾，要是當時有一杯盛滿的水，很可能會溢出校外，實不輸給義大利高音歌王－馬利奧蘭沙，即時令課堂肅然無聲，同學們都瞠目以對，好一個下馬威！有一首歌【鐵鋸大合唱】同學們學了後，合唱起來，非常興奮，一次不夠，再唱又再唱，令人心弦，振奮不已，其後李神父再挑選幾首義大利，英國等世界名曲，都是經典歌曲，至今偶然再唱，真是終生難忘。

問：學長有哪些老師最令您印象深刻？請描述一下，他們在什麼方面給您留下深刻的印象？

孔學長：在師長中，令我留下深刻印象有：

- A. 何心源校長：每天早上上課前，手拿聖經，站在大門內，遲到的同學，被何校長威嚴的眼光掃到，諒他下次也不敢再遲到了。
- B. 易麟閣老師：學問淵博，謙謙君子，一流學者也。
- C. 陳既詒老師：教學嚴謹，準備充足，講解清楚。在高中一時，有一次，同學在課堂內高聲談話，吵吵鬧鬧，陳既詒老師入課室時，看到這情況，嚴厲教訓我們：你們的班名叫上社，你們要力爭上流，不要下流。使我們當場愧然，黯然無聲。
- D. 楊良鑾老師：對同學如慈父，如長兄，每講解一道較深的物理題目後，總是喜歡把剩餘的粉筆，扔在地上，聰明調皮的符均同學，被老師叫上黑板，正確解題後，總是喜歡仿效楊老師，將剩下的粉筆扔到地上，兩手一搓，面部作個鬼馬狀，總是弄得哄堂大笑，真是學習美好的時光。
- E. 易麟閣老師：畢業前，為我們挑選的課外選讀：【離騷】。

問：學長是怎樣去升大學的？為什麼會選讀這些學系？母校對升讀大學有什麼安排？有什麼指導？

孔學長：我是由母校保送去台灣大學的，選讀的是醫學，醫學是新科學，可以助己助人，也受國父人格的感召，那時母校與台灣可能有些聯繫。

問：學長有與昔日的同學有班聚會嗎？你有探訪您們昔日的老師嗎？如果有，可以分享一些點滴嗎？彼此之間有什麼分享，或對母校有什麼回憶嗎？

孔學長：我居住在洛杉磯的六位上社同學，每年都有數次茶聚，畢業 20 多年後上社 20 多位同學，從香港、加拿大各地與我們畢業班導師楊良鑾老師相聚於洛杉磯，包了架大巴士，做了洛杉磯 / 拉斯維加斯來回五日遊。各同學攜眷與楊老師、師母盡訴畢業 20 多年後的精彩故事，也重溫中學時的點點滴滴，在巴士上合唱、獨唱的嘹亮歌聲，至今仍回味無窮。南加州四位同學與家人也曾駕車 6-7 小時與居住在舊金山的四位同學相聚，且一同拜訪黃國雄化學老師，離別時黃老師還送給每位同學一袋他自製的黃氏鹹蛋。3 年前楊老師逝世，他家人帶來骨灰安葬在洛杉磯。

問：學長能否講述一下現在工作的近況，以供學弟妹有奮鬥的參考？

孔學長：中畢業後，我選讀台灣大學醫學院，畢業後去美國，取得俄亥俄州病理學博士，在醫院工作兩年，取得美國聯邦醫生執照及加州醫生執照後，在洛杉磯開業，是協和醫院和仁愛醫院的主治醫師。

2005—2018 洛杉磯協和醫院非營利基金會醫學季刊【健而康】總編輯。

2009—至今 美國孔孟學會主席及孔孟學會基金會主席。

2009—至今 為召集人成立南加州祭祀孔子委員會，由南加州七大社團成立之主席團，包括美國孔孟學會，中華會館，台灣同鄉聯誼會，韓華聯誼會，齊魯會館，中文學校聯合會，美國越棉華人團體。

2019—至今 美國澳門總商會董事、文化教育委員會主席、總高會季刊主編。

2019—美國澳門總商會基金會董事。

問：學長知道校訓的內容嗎？您對校訓有什麼理解？

孔學長：校訓的內容：「己立立人，實事求是」

我在 2019 年在美國南加州祭祀孔子時寫下的一篇文章，是與「己立立人」有關的。

自從 30 歲後，我以此作為人生的追求目標。己立立人、實事求是、互助互愛，自立立人，人的存在才有意義。

問：您認為讀中學時最重要的是什麼？

孔學長：最重要的是：

A. 努力讀書，努力開展德智體群美的追求。

B. 尊師重道。

C. 愛護民族，愛護國家，愛護中華文化。

問：學長母校 90 周年您有什麼說話要送給母校嗎？

孔學長：寄語母校：月新又新，自強不息。30 年內聖若瑟中學成為世界最尖頂的，前 20% 中學。



中學的基礎，培養獨立及溝通的能力 ——1961 屆校友李文龍 Man Lung Li

問：學長談談學生時代、畢業後的工作及近況。

I aimed to be a useful citizen of the society. When I recalled the lives in St Joseph, I thought I was quite happy and had many dedicated teachers. Everyone respected teachers and showed good school spirit which made me feel proud. I visited St Joseph school around year 2000 and met Mr. Kei I Chan who was my Mathematics teacher whom I indebted forever. I believe Mr. Chan didn't major in Math at college but he taught himself. His teaching was very clear and concise which built a good foundation for my engineering and science education. That's why he is always my favourite teacher.

After graduation, I started working in Hong Kong for three years before studying in Hong Kong Baptist College and later studying in the US. It was not too difficult to get admitted to Hong Kong Baptist College at that time. It was during the building boom in Hong Kong and I got into a building construction company by referral of relative. After that I went to the US and got a Master degree in Civil Engineering. Working for many years in this field, I got another Master in Computer Science and Ph.D. in Computer Science. Eventually I was hired by Microsoft as software engineer and worked 20 years before retirement.

問：學長談談對母校印象。

I started studying in St. Joseph at grade 2. My elder brother and two younger sisters all went to St. Joseph but only my brother and I graduated there. I studied there totally 11 years. My biggest impression of our school is we are open and down to earth. The best education I received is not just knowledge and also our responsibility to society. I feel blessed to have the opportunity to study in St. Joseph getting decent education without a lot of pressure. We kept our innocence and got a lot of happy memory. I had been in three school campuses with the last one at 50 Av. Nam Van. All the classrooms in those locations were adequate without air conditioner with two students sitting side-by-side. Then, we moved to the new campus at 50 Av. Nam Van when we were in high school. It has the first indoor gymnasium in Macau at that time with two story classroom building adjacent. All classrooms and other rooms were on the perimeter of the building. Most our teachers are quite dedicated especially our Chinese, English, math, geography, arts and music teachers. Of course there were teachers just getting by. Particularly, I have good memory on our principal Rev. Sum-Yuen Ho who was quite liberal and cared for students. He was my bible teacher for one year and never tried to indoctrinate us instead he allowed us to argue religion with him that earned our respect. Our school was famous for the geography course taught by Mr. Jiu Shun Huang. Mr. Huang was well known in Macau for his contribution to the teaching of geography with his passion and dedication. Besides studying in the classrooms, we had an indoor basketball court, ping pong tables and gym room. Normally the teacher just let us select our sport to exercise during class. There were interschool sports day as well. The school held outing every year and movie nights in school. We also had joint choir with other schools on special occasions. Music class was quite enjoyable. It was mainly learning to sing different songs in acapella. We didn't learn music theory or sight reading. Nobody could afford musical instruments at that time including our school. Our school held Open Day exhibition for our academic and artistic achievements once awhile. Besides, there were all kinds of competition on Sports Day once a year for individual as well as per class. There were also competitions for essay, painting, as well as class posting board. I was awarded prize in charcoal painting during high school. For school service, we had student council and the officers who were elected every year. The council actually didn't do much other than helping teachers and purchasing sports equipment for the class.

問：學長認為中學時最重要的是什麼？

I didn't have a study plan when I was student. For me, we need to honor our parents at home and make us useful for the society. I would think the main goal in school should be building a good foundation for further study, learning how to work independently, and learning how to communicate.

問：學長有什麼可以寄語母校、同學及學弟妹？

Since I worked in the computer field, I would advise our school to make every student computer literate. This is the basic survival skill for the coming years.

Here, I would show a big thank you for giving me a good education and a happy memory to our school. I wish our school will continue through the next 90 years. To my school mates, I thank for your friendship through the years and I am glad that we still remember where we came from. Lastly, I advise the current students to cultivate the best communication skills and independent thinking. Then let your goal high and follow your passion. Don't limit yourself on learning from the books and follow your conscience instead of following the crowd.

Mr. Man Lung Li shared his happy memory about his study in CDSJ. He said that he built a good foundation in CDSJ and the good foundation helped him a lot for his study in university and work. His teachers in CDSJ were liberal, dedicated and cared for students. His messages to us is to learn how to work independently, how to communicate with others as well as the way mastering computer skills.

I share the similar feelings with Mr. Li. It is because my experience in CDSJ is very similar to Mr. Li. I've started studying in CDSJ since Primary 2 and I have studied in three school campuses of CDSJ. I enjoy very much studying in this school and I don't have too much pressure in my study.

What I learn from Mr. Li is that good foundation is important for us in university study and working. In CDSJ, we have good and experienced teachers who teach us knowledge and help us to develop other skills. All these help us to build good foundation in our secondary school study. Mr. Li's favorite teacher is a Math teacher. Similarly, my favorite teacher is Ms. Chu who is my Math teacher when I was in in Form 2 and 3. I did not like Mathematics lesson when I was in Primary school. However, when I was in Form 2, Ms. Chu taught us Mathematics and I did not think Mathematics is boring anymore. Ms. Chu taught us very patiently and explained step by step to help us understand the way to solve the math problems. Therefore, a good teacher is important for students.

Mr. Li is successful, he shares his valuable experience when working in the society. Mr. Li's message to us is that we should work independently and learn valuable social skill so as to make useful connections with others. In school, we have been assigned to do lots of group projects and through these opportunities, we're able to learn how to work independently and communicate with our classmates and friends. These are the useful experience when we work in future.

讀後感：F3A Sofia Lam 林永欣



校風良好，師資優良，用心教學
——1962 屆校友鄭國霖

問：學長曾讀過那一個校部？那時的校舍位置在哪裏？為什麼會入讀聖若瑟學校？

鄭學長：當時是讀聖若瑟學校，校舍位於南灣街，校舍宏偉設備齊全。1960 校風良好，師資優良，用心教學。學習生活是很開心快樂的。

問：學長在學校的師長中，給你留下最深刻印象的老師嗎？

鄭學長：何心源校長。

問：學長你在高中時最深刻印象有那幾位老師？

鄭學長：好多。

問：學長對那一課堂有深刻的記憶？

鄭學長：體育。

問：學長對母校的音樂課你有什麼感受？

鄭學長：很好。

問：學長在中學讀書時期，對人生有什麼規劃？中學畢業後，是就業還是升學嗎？

鄭學長：只求學識，中學畢業後就期望繼續升學。

問：學長有與昔日的同學有班聚會嗎？

鄭學長：常聚。



聖中兩年，認識不少的同學 ——1964 屆校友容釗平

問：學長對在聖若瑟的學習生活有什麼印象？

容學長：我於 1959 年與弟弟一起轉入聖若瑟南灣校部就讀，妹妹稍後入女中部就讀；初中畢業後轉到德仁英文書院就讀，弟妹一直到高中畢業。雖然在聖中就讀短短兩年間，卻認識了不少的同學；有幸入讀南灣新校舍，班房光線充足，而且是當年全澳唯一擁有室內體育館的校舍。真是羨煞旁人啊！

問：學長有哪些老師最令您印象深刻？請描述一下，他們在什麼方面給您留下深刻的印象？

容學長：最令我印象深刻的是何心源校長。他管理學校的方式十分嚴謹，對老師的教學工作要求也頗高。給我印象最深刻的是地理科黃就順老師，短短兩年間所學的知識感受最深。

問：學長能否講述一下現在工作的近況，以供學弟妹有奮鬥的參考？

學長：我由於家族經營疋頭行業，畢業後投身於綢緞公司。不斷努力耕耘，跟隨綢緞行業前輩學習，亦趁機進修簿記，自學櫥窗設計、行業上廣告策劃等等，經過多年奮鬥，1974 年起負責整間公司營運二十載，直至業主收舖，行業亦日漸式微。後來學習使用電腦，進入製衣行業重新開展職業生涯；數年後進入華輝印刷有限公司任職營業部，期間不停進修，學習新行業所需技能，工作至 2017 年退休，整個人生職業生涯完成任務了！



秉持愛己愛人、愛家愛國愛社會 ——1968 屆校友陳婉華

問：學長對在聖若瑟的學習生活有什麼印象？

陳學長：我當年就讀於南灣女子部，最喜歡在昔日龍嵩街校部的學習生活。師生關係融洽，同學亦十分親切，十分單純。課室不大，但玩耍空間卻很寬廣；鳥語花香，樹木參天，整天嘻嘻哈哈地過活。

問：學長有哪些老師最令您印象深刻？請描述一下，他們在什麼方面給您留下深刻的印象？

陳學長：就讀九年期間，最令我印象深刻的有何心源校長、謝華才主任、林秀明老師、陳一荷老師、李啟蓮修女及鄭修女等。他們對學生的關懷、協助和鼓勵，對我的人生有很大影響。當年，何心源神父任校長時，聖若瑟是一間較著名的學校，知識與品行同時都注重。當時校風純樸，除了學習知識，亦有學習做人道理；還教導我們公民教育：如禮貌、仁義道德、守時，尊師重道、孝順父母、敬老扶幼及敬業樂業等等；亦以天主教義理指引著我，天主教道理深入我心，並作為我日後人生的明燈，作為指引我的道路，無論我在順境或逆境都能使我有力量和信心，去面對和解決所面對的困難。大部分老師都盡心教學，最令我難忘的老師是三年級班主任林秀明老師，她喜歡常常拿著一條籐條來恫嚇我們，但實際上是不會打我們的，而是嚇嚇那些頑皮的男生；當我們功課有連續十次滿分時，她會自資購買一些小禮物給我們鼓勵，她是一位很難得的老師。

問：學長對哪一課堂有深刻的記憶？

陳學長：趙其樂老師任教的地理課，他用普通話說廣東話的口音，十分有趣，他的教學方式採開放的態度，不會用高壓式的教學模式，比較容易跟學生溝通。

問：學長在聖若瑟就讀時曾參加過什麼比賽項目？這些比賽給你留下什麼回憶？

陳學長：我曾參加聖經個人比賽初中組冠軍、校際歌唱團體季軍，都是一些令人十分難忘的經歷。

問：學長能否講述一下現在工作的近況，以供學弟妹有奮鬥的參考？

陳學長：我在聖中畢業後，報讀了護士學校。因為當時護理人員在鄰近地區都十分缺乏，畢業後可以較容易找工，而且工作穩定，一方面可以幫助自己，另一方面可以惠及他人。在職期間才再修讀 **businesses management** 的大學課程和 **Master** 等課程，增加自我增值能力。經過工作幾十年，現已退休，因有退休薪俸，故生活環境尚可以。

問：學長知道校訓的內容嗎？你對校訓有什麼理解？

陳學長：己立立人、實事求是、互助互愛。簡單來說是教一個人要忠誠孝愛、尊師重道、愛人如己，將校訓融入生活，對我的人生有著極大的意義。

問：學長認為讀中學時最重要的是什麼？

陳學長：我認為讀中學時應該是勤奮學習，盡量做到愛人如己，期望將來做一個能對自己和家人負責，及對社會做個有貢獻的人。

問：請學長給學弟妹們一些好的忠告和勉勵。

陳學長：希望學母校能秉持愛己愛人、愛家愛國愛社會，不能盡向私利出發，繼續培育對社會有利、對人有益的人才，除了知識的培育，更應培養人的德行，尤其是愛人之心。希望各學弟妹們努力學習，讓自己從學校學到基本學識和做人道理，使自己將來在家庭及社會上能易於行事；並加強科技及品德的培養。

夫仁者，己欲立而立人，己欲達而達人。學校以這個理念一直培育我們。作為一所有九十年歷史的學校，除了有多年的教學積累，但不會因此而故步自封，學校的老師們與時並進的教學方式，以及學校提供的多類型課餘活動，不但從品德知識方面培育學生，更鼓勵學生找到自己的長處，並將長處發揮出來，作為高三學生，在參加學校的課餘活動中也幫助了我找到未來的目標。

除了學校的軟實力，學校也一直為我們提供優良的學習環境，不僅僅是現時的青洲新校舍，在陳婉華校友的回憶中，昔日龍嵩街校舍鳥語花香樹木參天，讓她們可以暫時逃離喧鬧的城市，與同窗契友渡過美好的中學生涯。

讀後感：高三文甲 何泳詩



老師說：教學相長 ——1972 屆校友高瑞華

問：學長對在聖若瑟的學習生活有什麼印象？

高學長：我就讀於母校中華廣場原址，於 1964 年入學，曾就讀八年。我認為學校外形如火車頭，外形宏偉，而課室設計也很好，有實驗室、體育館、禮堂，總而言之宏校宇，育群英。至於同學間感情非常好，自五年級起至現在每次在外國回來都會進行聚會。

問：學長有哪些老師最令您印象深刻？

高學長：初中的阮其滔老師，高中的陳既詒老師、馬仕深老師、趙惠文老師都十分盡責；何心源老師、何英傑老師、薛萬龍老師、黃濤老師。馬仕琛老師剛正不苛；趙惠文老師學識淵博；音樂課的時乃道老師當時在音樂領域是一流的老師，以上老師均令我印象深刻。另外，即使離校多年後，曾因事在澳門多留一天，便到青洲新校舍走走，數學啟蒙老師阮其滔以及陳既詒老師立刻能叫出我名字，被老師認出時的心情，讓我至今仍難以形容！

問：學長對哪一課堂有深刻的記憶？

高學長：數學課。因為澳門當年沒有系統的教學，各校擁有自己的課程規劃，所以學生學習程度上很參差，到大學便立見高下。入大學後雖就讀商科，但數學仍是重要的一門課。大一微積分的課，全班共三分之二人不合格，其中一半人需要重修，而我是不用加分而合格的學生，因此我認為母校給予我很好的基礎教育。在台灣讀書時因數學底子可以，大二的統計、大三的管理數學、Operations Research 都能輕鬆地考過。另外母校當時的數學課，幾何、代數、三角、立幾、解幾、邏輯與集合、微積分等只有最後兩本書是中文版，其他都是英文版，數學課的門檻十分高，我班很多優秀同學因而止步。

問：學長在聖若瑟就讀時曾參加過什麼比賽項目？這些比賽給你留下什麼回憶？

高學長：曾參加無線校際常識問答比賽。比賽時常提到十進位的多少是六進位還是八進位的問題，當時同學們對這個問題感到迷惘，因而前往向老師提問，老師提議嘗試從平方、立方等方面思考。我思索整晚，當我想通後，興奮得整晚都睡不着，第二天立即告訴老師我的想法，使老師也想通了，上課前給我一句教學相長。另外曾參加過四人足球比賽，我喜歡當時體育課能按自己喜愛的項目去發展，沒有限制。

問：學長知道校訓的內容嗎？你對校訓有什麼理解？

高學長：校訓「己立立人、實事求是、互助互愛、禮義廉恥、誠樸精勤」讓我於待人處事上有很大的得着。

問：學長認為讀中學時最重要的是什麼？

高學長：因為中學時經歷「一二三事件」，得知升學不易，因此我認為中學必須充實自己，爭取入讀大學，甚至有機會的話應該要出國留學。學好英文和數學是目前的趨勢，因此必須重視，同時中文是我們的母語，這三門學科必須學好。

問：請學長給學弟妹們一些好的忠告和勉勵。

高學長：母校教會我「誠樸精勤，敏事慎言」，這對於我在工作上的幫助很大，同時我亦相信只要有心，天下無難事；學習無止境，能進步一點也是一種成就，因此要努力學習，潔身自愛，立己立人！

問：學長母校有什麼寄語？

高學長：我希望學校能繼續於德智體群美領域繼續發揮學生所長，讓更多學弟學妹能入名人榜，令母校的名聲更響亮、口碑更好，而同學們之間也能多保重，離校後也能保持聚會，聚首一堂。

在閱讀這次採訪的過程中，高瑞華校友回顧自己以前的學生時代，當中提及到多年離校後被老師們認出的喜悅的心情，我深切地感受到高瑞華校友與老師和同學之間真摯的情感，以及對母校的懷戀。同時，高瑞華校友得到母校的悉心教導，加上自身的努力，很不容易才考上大學，反觀了現時的社會已與昔日不同，學習環境與生活水平不斷提高，而學習態度沒有上升，反而下降，這種情況下社會是不會進步的，我們應該學習高瑞華校友這種努力不懈的精神，珍惜眼前所擁有的每一個學習機會，多了解各方面的知識豐富自己，以邁向人生的每一步，為自己創造更美好的將來。通過採訪高瑞華校友，我明白到努力學習的重要性，也期待自己在往後的一年能考上一所好的大學。

讀後感：高二理甲 謝凱怡



女中部中五文商組第一屆畢業及 73 屆特別師範第八屆畢業； 1972 屆校友謝燕明 自述

前言：

1958 年入學，入讀時候學校名：澳門天主教私立聖若瑟中學

就讀各年級的學校如下：

幼稚園至小一：第三校（龍嵩街 77-79 號）

小二：第四校（南灣街 27 號）

小三至小六：第二校（南灣街 101 至 103 號）

初中、高中、師範：女中部（大堂街 19 號）

幼稚園 1960 年及小學畢業禮 1966 年：第一校（南灣街 50 號，即現今的中華廣場）

〈博雅傳承——聖中學校回憶錄〉

謝燕明

我 1958 年入讀聖若瑟中學附屬小學暨幼稚園，除其中三年全家移民外地以外，從幼稚園、小學、中學到師範學校，在聖若瑟中學求學凡 12 年。家中五兄弟姊妹以及先父，均為聖若瑟中學校友。先父為聖若瑟書院（聖若瑟中學的前身）畢業生，一九三五年夏畢業後投身母校執教，服務學校凡 32 載，至 1967 年離職。所以，一家與聖若瑟中學有着千絲萬縷的濃情和深深的連繫！

在聖中 10 多年的成長日子，固然有許多難以忘懷的記憶，每個階段都遇到許多對自己愛護有加的師長和同學。當中詳情和感受，不擬在此扒贅述——相信在聖中大家庭不同年期成長的聖中人，心中一定有共鳴，因為那是我們充滿被愛的集體回憶！也因為聖若瑟中學就是一個愛的大家庭，在不同歲月，都散發着愛的芬芳！

執筆至此，心中不期然升起三段刻骨銘心的經歷，很想在母校建校 90 周年的光景，記錄下來，與眾聖中人和學弟妹分享。

（一）支離破碎的中學生涯

我中學階段的求學歷程，十分崎嶇，整個歷程才五年，卻分了六個階段才完成！

第一階段：

1966 年，我循序升上聖若瑟中學初中一年級。同年 12 月，澳門發生「一二·三事件」，社會動盪，經濟急劇下滑……聖若瑟中學也受到衝擊，校長及部份老師被貼大字報；校長連夜避走香港，期末考試前亦因暴動影響停了十天課。我作為一個剛升上中學的初一學生，深感憂慮與害怕。半年間，不少民眾遷離澳門，我家也於 1967 年 12 月移居台灣。

第二階段：

本來是年夏天已打算移民，所以暑假過後沒有入學。但因遲遲未收到入台證，先父怕我們耽擱學業，於是 10 月還是重新入學，就讀初二年級。這段日子很短，只有不到十週，因為我家 12 月初便離開了澳門——這是我中學第二階段的求學日子。

第三階段：

赴台之後，因為學年已開始很久了，教育部遂安排我與我姊下學期（翌年二月）插班初一下學期學習。因課程安排，聖若瑟中學初二才有代數、幾何、物理、化學等學科；但台灣初一便已開始這些科目的學習。所以雖說是重讀初一，我還是要吃力地追趕落後半年的多科學習。這階段是我中學生涯中，最充實、愉快，也是最長的學習日子。兩年半後，我順利初中畢業。

第四階段：

1970 年夏天，我考上台北市一所私立天主教中學，卻因為澳門證件的問題，才就學兩個多月，至 11 月中便舉家回澳。如此，便結束我中學生涯的第四階段。

第五階段：

回到澳門後，我插班回聖若瑟中學就讀高中一年級，同樣也受到學科不銜接的影響——台灣高二才學的三角，當年的聖若瑟中學初三下學期便開始學習。加上 11 月中已經是上學期過了一半的時間，可以想像我是如何下苦功，才勉強完成高二的學習，終於能升上高二。

第六階段：

升上高二，心想可安定下來了吧？可惜惡夢才剛開始。

那年 11 月了，學校遲遲都未舉行考試，我們許多同學都心急了，因為那幾年並沒有什麼多元評核的。不考試，以什麼準則評定我們升留班呢？後來多方追問老師後，才得知教務主任 X 修女擬在學年中，將中學改成五年制。因為不少老師反對，雙方爭持不下，很多校務都停頓下來了。那幾年聖中校長是主教兼任，他因病重回了葡國，所以教務主任職權很大，儼如一校之長。最終主任執意改制，是年下學期女中部的高二便改制為中五文商組，高一改制成中四文商組。

那些年政府沒有監管學校的完善機制；也沒有投訴和協調的部門，我們一群青年學生便在百般無奈與無助下，接受了現實，默默地完成了「中五」下學期的學習，被迫提早完成了中學生涯。

我之所以那樣詳細敘述我的求學經歷，是因為我想以後此經歷勉勵學弟妹，遇挫折要奮力克服。

我在聖中執教 23 年的日子，不少次以此經歷與想放棄學業的學生分享說：「你們誰有像我崎嶇的學習歷程（五年中學分六個階段，還有無數的辛酸和掙扎，才能完成學業），你們才跟我談放棄吧！」不少學生聽我分享後，大都重拾鬥志，勇敢迎受挫折和考驗！

（二）求學不是求分數

1970年，當我回到聖若瑟中學入讀高中一年級，遇到許多學習上的困難。幸好有一位特別愛護學生的老師給予鼓勵和教導，他就是教我們英文的Miss Jenny。我因為在台灣就學三年，而當地是初一才開始學英文，所以我的英文程度在三年間並沒有多大進展；要銜接澳門高一年級的英文學習，自是十分艱辛。記得回澳門後第一次英文考試，我只考得26分！於是我每天放學留校自修，遇到不懂的便向老師求教；而Miss Jenny也不嫌棄我程度低，反而每一次都不厭其詳地指導我，直至我完全掌握當天學習，她才繼續自己的工作。所以那時她常是老師中最晚離校的一位。

到期終考試，老師發卷下來給我們做檢討，我得分是76分。比起第一段考試，足足進步了50分——這50分代表着，我的知識比上一段是倍數的增長！因此我感到十分高興和雀躍，很感激這位關心每一位學生的好老師。

接下來不久，派成績表了，我看到英文科考試分那一欄，記錄的是66分！起初我有點不高興，想向教務處查詢；但回心一想：這可能是教務員手筆之誤（以前的成績表是手寫的），但也有可能是老師一時疏忽所致……最後，我決定不提出查詢了——我當時的用心是保護老師，不想校方知道她（可能）工作上出錯。

我這決定，以今日青年人的目光，可能認為我十分不智。但我抉擇後，心中十分平靜，沒有忿忿不平「自己受損」。當然，更重要的是，我對老師長期的支持與教導非常感恩；同時在學習上已建立了無比的信心——那就是我那學年學習生活的得着，所以我已不需須計較其他了！

（三）不合理改制腰斬求學路

誠如上文所說，我高二的時候學校將下學期改成「中五文商組」。我之所以稱它「不合理改制」，主要原因如下：

（1）我們學習是要以一年為單位的，註冊的是六年制的中學課程，卻在學年中突然變更！

（2）在學年中途突然改制，學生除轉校外，別無他選！（而實際成功轉校的只有一人，其他多人經濟問題所限，只能留校被迫轉讀中五下學期！）

（3）學校名義上聲稱改制是為了讓學生早一年投身社會。但是實質的課程設置，根本沒有足夠的培訓讓學生就業（或選擇升學）。舉例如下：

- 1）中五的課程，史地科只設其中一科，但當年文組升大考試科目中，除了考中英數外，還需考史地科（人文地理）；理化科亦只是設立其中一科，但理組的升大考試要考中英數及物理、化學。而我們的中五課程「不文不理」，想升中六，再考大學根本不可能。而且當年各間學校的高中三，是不收插班生的！

- 2) 商科學習設英文商業書信、英文打字及中文簿記。其中書信只學了皮毛，老師要求硬背範文（信），但超出所背範文所涉及的業務，我們根本不懂應付工作上的需要！另一方面，學習中文簿記，如在銀行、洋行等機構工作便學無所用，因為那些機構用的是英文會計。在中式機構就業，又不懂珠算和應用文（70年代珠算的應用仍十分普遍）。半年下來，只有英文的打字掌握了基礎技能。至於其他術科，如裁剪科，就因學習時數少，對就業亦毫無幫助！

簡單來說，這樣的改制根本是缺乏周詳的準備和策劃，師資上也只是就當時校內教師所掌握的知識和技能去教導；而不是按學生需要、以生為本去進行改制，嚴格來說是倉猝而不負責任的！

（四）寧人負我，毋我負人

忍痛拒絕「外援」，堅持愛校初心：

話說當時學期中擬改制的消息一出，便鬧得沸沸騰騰，社會上也有些知情（部份內情）的人士，不時在報章上討論。70年代初傳媒並不發達，消息通傳仍主力靠報章。當時就曾經有記者致電到我家來找我，聲稱只要我提供事件經過詳情，便會透過報章「替我們學生取回公道」..... 雖然我當時年少，但仍見到自從「一二三」事件後，社會上某方人士對母校和教會，仍是虎視眈眈..... 於是，為了避免學校和教會再受衝擊的可能，我拒絕了記者的慫恿，沒有提供消息讓他們「有所發揮」。

其實，我相信記者之所以找我探消息，可能因為我曾經作學生代表的傳譯，與當時主任修女的上級（他們修會的省長）談判——因為當時不少老師都表態不贊成中途改制，而我們下一屆亦有相當多同學不贊同此事，於是曾聚集商討對策。最後決定由一位修女（與主任同一修會，但不贊同學年中途改制）引領我們見他們的省長，表達大家對改制事件的意見和心中期望。而我是當年唯一懂得講國語的學生，可與他們省長（懂得國語的外籍修女）溝通。——無奈年少的我們，在那事件上實屬「弱勢」的一群，談判不得要領；學生的掙扎也告一段落！

最遺憾的是，事件中有八位老師被校方在學期中辭退了，以致聖誕假期後，部份科目沒有老師上課。由此看來，改制幾乎只是當時那主任一人獨斷的抉擇；處理問題也是「去除異己」、對人不對事的做法。我們青年學生對事情的發展深感無奈與無助，但愛校之心仍非常濃烈！

記得有一次我班在教室等待老師，但遲遲未有老師到課室上課。班長到教務處了解，說是沒有老師擔課。聽後有一些同學便鼓噪起來，甚至「拉隊」準備到街上抗議（那幾年社會風氣抗議、遊行、示威的活動很盛）。絕大部份同學已經離座，甚至走到梯間要離校，只剩我一人仍坐座位上，我對同學說：

「我們是學生，家長送我們來學校學習；我們未得家長同意，擅自離校，是不對的。而且.....」同學中很多人認同我的說法，情緒平靜下來，最後一個一個步回教室。之後，我們要求主任到來，並提出恢復正常授課等要求，最後主任答應了我們的要求——終於平息了一場「對立的行動」！

這事件於今時今日的社會氛圍來看，可能又被評為一次愚蠢的抉擇。但「愛校」仍是我們的初心，我們不想學校再經歷三年前的衝擊，寧願選擇溫和且合法的途徑去面對挫折。今日看來可能是「愚忠愚孝」，但我卻認為「值得」。雖然全班人的前途（生命歷史）被改寫了，但亦無悔。我深信「前景不只是目前；我們生命還有許多可能！」眼前的損失和失落，不算得什麼。

題外補記

我並不執意要升大學，但聖若瑟中學畢業後 18 年，一次偶然的機會，我卻以優異入學試成績獲澳門大學教育學院錄取，入讀「學校教育」學士學位課程。課程由教青局全數資助，以栽培在職教師提升學歷的。四年間不只有優秀的老師教導我們，而且還不用繳付一毫錢學費，實在感恩！失去升大的機會時，我還未懂得「天主自會照顧」那句聖經金句；但 18 年後，我卻真真實實體驗天主眷顧了我！

另一方面，我以畢業 18 年之後，還能在升大入學試中，取得優異成績，我相信是因為我喜歡閱讀、愛進修的關係。畢業 18 年間，我修讀了多年函授課程（那時仍然未有網上課程），還有無間斷地研讀大量教育、社會、心理、輔導和宗教等與教學有關範疇的書籍，也參加過無數大大小小的工作坊，所以緊貼時代發展中教育、心理等方面的研究成果，並用於教學生活中。最後在入學試中以教學經驗來答覆卷中所問，得到令人滿意的成果！

走筆至此，回顧暫告一段落，該是談談寄語母校和學弟妹的時刻：

（一）寄語學弟學妹

- 1) 中學時期是人生急速成長的階段，所以我認為強健體魄是首要關注的。
- 2) 建立正確的價值觀：無論關於生命、家庭、兩性、世界、倫理、金錢……等問題均需認真探討和建立正確的觀念。
- 3) 培養自我培育、終身學習的精神和實踐：切勿因求升職而進修；反而為增長知識和變化氣質而充實自己。
- 4) 注意身心靈的均衡發展和持續發展：身體健康是人一切學習和工作的基礎條件，失去健康便失去一切機會。

在人格、心理方面：需學習深入認識自我、接納自我、發展自我和完善自我，不斷更新、成長……

人際關係方面：重視人與人之間的尊重、信任、互愛、互恕……的建立；

靈性方面：積極尋找創造和掌管宇宙生命的源頭。認識自己與造物主之關係，探知作為人的使命和尊貴……

(二) 寄語母校：

1) 以「福傳」為聖中的首要存在意義：透過與學生、家長、教職員工等的接觸，傳達天父對人類的愛和忠信，引領人藉着基督，歸向天父。

2) 以學生為本制定學校一切政策和發展方向：以專業的認知和策略引領每一位學生開創其獨特的人生。

3) 視教職員工為同行者，以尊重和信任和諧共處（不要對立），給予仁愛、平等、公義的對待。

略舉一例：對於教職員工的退休（或離職）安排，須講求合情、合理、合法。最好由校方主管級人員面見將退休的員工，告知離職的決定，而不是一只「大信封」無預警地派送將退休員工手中——此舉看似苛求和繁瑣，但其實是代表着校方（社會）對長期服務本校（社會）者的一份認同和肯定，是充滿愛與尊重的舉措，符合教會以愛為基，以人為本的精神。

結語：光陰如白駒過隙，90載世事變幻歷萬千……期間也許人會犯錯，機構也會一時偏離公義。但人只要自強不息，本着愛和寬恕迎戰困境；挫折之後，又見希望和新生。正如雨後彩虹，永遠在宇宙中訴說上主的慈愛和許諾：「我同你們天天在一起，直到今世的終結。」

最後，祝願大家同心頌揚上主，

從日出至日落，

自黑夜到黎明

亞孟。

聖中女中部中午文商組第一屆；

特師第八屆；

校友謝燕明謹書

2020/10 於澳門



泌尿科權威醫師 ——1974 屆校友陳偉寶

問：學長對在聖若瑟的學習生活有甚麼印象？

陳學長：70 年代澳門社會資源貧乏，學習的生活大概都是上課、讀書、考試，放寒暑假，一天一天的過去，不像現代環境多元化資源豐富。當時學校的校舍，在澳門可算是十分雄偉，坐落在八角亭正對面（就是現在的中華廣場，辦身份證的那棟），有一個體育館，班級上課的教室，外側臨路，隨時有人窗外走過，還好當年人車比較少，對上課的影響並不大。中學時期，很多人對人生沒什麼特別規劃，大概都是同儕之間互相影響，剛好我們班上升學風氣頗重，所以三分之一的人先後走上升學的道路。

問：學長能否講述一下現在工作的近況，以供學弟妹有奮鬥的參考？

陳學長：台大醫學系畢業後，我留在台大醫院工作受訓，當了 4 年的泌尿科醫師，之後到台南奇美醫學中心，擔任泌尿科主任 11 年，離職自立門戶，在台南開業，待了十年，再把診所搬回來台北，目前仍繼續基層醫療服務中。

問：學長有哪些老師最令你印象深刻？請描述一下，他們什麼方面給您留下深刻印象？

陳學長：我在校印象最深刻的老師有兩位，第一個是陳既詒老師，他是教務主任，又總包了高中部所有數學課程，從代數、幾何、解釋幾何、三角函數、微積分，另外又包括物理科，偶爾還會用全英文授課。我是畢業後很多年，才知道陳主任以前大學時期是研究中國文字學的，讓我佩服的五體投地。第二個深刻影響的老師是李崇汾老師，他總是有很多的學問，上課滔滔不絕，絕無冷場，他是教生物學，還帶給我們真正動手的實驗，還記得我們同學都在抓青蛙，學解剖，在 1970 年代，這是非常難得的。

問：學長母校的宗教課給你什麼印象？

陳學長：母校的宗教課程是高中一年級的要理課，是神父教授的，一個禮拜一堂課，開始沒什麼感覺，但逐漸它令我思考“我從哪裡來？”、“生來使命是什麼？”、“死後到哪裡去？”的宗教本質。離開學校以後 40 年來，我還是探索這個“何去？何從”的議題。

問：學長認為讀中學時最重要的是什麼？

陳學長：我認為小學加上中學是人生最重要的階段，是塑造文化認同、建構人生價值觀、民族認同的時期，以及朋友同儕的小社會結構的建立。人生最長久的朋誼，就是在小學中學所產生的，生命中最好的朋友，大概也是小學中學的朋友。大學只是知識的堆疊，那是以後求生存賺錢的方向而已，所以中學是人生最重要的階段，必須好好把握。

問：學長給學弟妹們一些好的忠告和勉勵。

陳學長：人的生、老、病、死，天主教的教義裡面的七件聖事，都是人生命的軌跡，宇宙間最寶貴的是時間，時間不能重來，人生的美好在中學階段，有如朝陽初昇，好好努力，把握這長短恰好的歲月，扮演好一個學生的角色。

讀了陳偉寶校友的校園回憶後，我頗有感慨，原來早在七十年代的校園的環境、同學之間的相處、以及課程也有別樣的樂趣。第一個令我印象深刻的，是我們都知道以前社會的人們能夠讀書的機會少之又少，但我們學校自久遠以來就雄偉的屹立在澳門的土地上，給眾多人們提供寶貴的教學資源，這令我覺得聖若瑟學校對澳門教育的貢獻是深刻且長遠的。此外，陳偉寶校友也提出從學校宗教科所探討的關於生命的議題，我認為學校的宗教課在學生品德方面是功不可沒的角色，而我們的學校也一直保持良好的學習風氣，並且學生們也秉承著良好的美德。

讀後感：FORM6A 李嘉琪

看完陳偉寶校友對聖若瑟的校園生活回憶後，我才得知原來以前的聖若瑟校舍是在中華廣場，而且在70年代，那個大部分的人在中學畢業後就投身社會的時代，居然有多達三分之一的我校畢業生都選擇升學。由此可見，以前的聖若瑟也擁有良好的讀書風氣，培養出了很多優秀的人才。此外，陳偉寶校也提及到，他認為小學和中學是人生最重要的階段，我也十分認同。因為學習階段是一個讓學生真正懂得處理人際關係和規劃將來夢想的時期，而且人的價值觀基本在這時期就會定型。所以我認為應該要好好在這時期教導學生，將正確的價值觀灌輸給他們，才能使學生形成良好的生活態度，畢生受用。

讀後感：FORM6B 蔡雪敏



在美國研發治療青光眼藥專家，並獲專利權 ——1974 屆校友彭玉豪

問：學長描述一下中學時的校園生活。

彭學長：70、80 年代聖若瑟學校男中部的校舍是現在的中華廣場所在地，地是三角形的，教室在外圍靠路邊，圍出中間一片三角形的天井。天井頗大，我們小息或下課後喜歡在那裡打球。可是教室向着天井的窗戶全是玻璃的，往往抵擋不住不小心飛來的籃球或足球，玻璃清脆的破裂聲有時還會引起幸災樂禍的歡呼和鼓掌。然後副校長林文瑞神父（我們尊稱他為「林教頭」）便會拿出他的小本子，微笑着記下「犯規球員」的名字。球員可以一次賠償，也可以免首期免息分期付款。我也曾因此而少吃了幾頓早餐。我們當時男女分校，但合起來組成班會。辦了些郊遊、燒烤、餐聚、新年團拜等活動。活動的許多詳細情形已經記不清了，只記得班會中促成了三對佳偶，我也不甘後人，娶了女校班長當太太。

問：學長畢業後的發展可以分享一下及生活近況。

彭學長：中學畢業後，我由學校保送到台北國防醫學院藥學系繼續升學。雖然當時資訊不太發達，幸好得到學校提供的資料，陳既詒老師的悉心指引，還有黃濤老師在暑假中義務為我們幾位同學操練國語，升學過程算是非常順利。大學畢業後，我去了美國德州大學西南醫學院念藥理學博士，畢業後留校當博士後研究員。之後，應聘到愛爾康（Alcon）藥廠工作，當年該藥廠是全球最大的眼藥廠，也是全球最大的眼科研究機構。我用分子藥理學的方法研發治療青光眼的新藥，很幸運能夠參與並幫忙推出蘇為坦®（蘇為坦®；曲伏前列素）眼藥。此藥是目前治療青光眼最有效的一線藥物之一。於是輾轉在 2008 年被公司任命為青光眼研究部的總監。2012 年準備退休時，受好友邀請，協助籌建一所新的藥學院，盛情難卻之下成了北德州大學基礎藥學系的創系系主任、教授、和博士生導師。此外，我還受聘為復旦大學和上海交通大學的客座教授。也曾任四川大學、暨南大學、和國防醫學院的客座教授。現在再次準備真正的退休。在過去多年的科研生涯中獲得了 20 項發明專利，發表了約 120 篇科研論文，編了一本眼科研究專業用書。

現在，我和太太居住在美國，疫情之前每年都會回澳門一、兩次，通常會和同學們見面。也會看望陳既詒老師，一年前還回學校參觀、拜會校長。學校和老師們給了我們許多美好的回憶，但最重要的是他們是塑造我們人格、眼光、和知識的主要動力。我們班中有不少傑出的社會菁英：無論在慈善、工商、教育、醫學、傳媒、學術界等，都有重要的貢獻，這肯定是學校和老師潛移默化的成效。

問：學長請說說母校的老師給您的印象。

彭學長：陳既詒老師是我的恩師。陳老師是我認識的所有老師中最敬業樂業、最盡心盡力的一位。他教我們高中數學和物理。數理並非他修讀的本科，但他自己在百忙中苦心鑽研，然後為我們清晰地解釋了那些艱深的概念。高三時還在早上七時無怨無悔地加一節物理課，好讓我們多些時間學習。我在大學時，有一次用他教我的概念和物理教授辯論，結果當然是陳老師的門生—「我」獲勝了。他敬業樂業、盡心盡力的精神是我一生行事的榜樣。

李崇汾老師：上李老師的生物課是極大的享受。他上課時不用課本也不需講義，一進課堂，便全無廢話、滔滔不絕的講述應該講的內容。

問：請學長給學弟妹們一些忠告和勉勵。

彭學長：我和太太堅信的幾句話，和大家共勉：

對過去的一切，要衷心感激。

對未來的一切，要誠心企望。

對現在的一切，要盡心努力。

對天下的一切，要關心奉獻。

大家好，我是高二文乙吳子亨。看過這篇彭玉豪校友的採訪後，從校友的回應得知，校園生活對於校友來說是美好並且難忘的。即使畢業了四十多年，但對當年的事情還歷歷在目，就好像昨天才發生的事般。相信當中還有許多點點滴滴，這一切都是彭玉豪校友取得成功的橋樑。

我認為自己跟彭校友也有一些相近的地方，就是對於自己的人生規劃沒有很在意，但會盡力完成自己目前的責任——努力讀書，好讓能在機會再臨時有足的能力把握好。

我對採訪中最深刻的莫過於是彭校友告訴我但要對過去的一切衷心感激。回想起自己常常因為過去的遺憾而感到傷心，但彭校友的話令我明白到，即使過去發生了很多不愉快或遺憾的事，但這一切都能作為自己日後成長的經驗，因此一定要感激過去啊！

讀後感：高二文乙 吳子亨



不親近老師，反而敬而遠之，如入寶山空手回 ——1975 屆校友蔡根祥

問：學長曾讀過那一個校部？

蔡學長：聖若瑟學校

問：學長在中學讀書時期，對人生有什麼規劃？

蔡學長：雖然生活困難，經濟拮据，然而我總認為每多讀一年書，會提升人對一生的思維與價值判斷。所以，雖然曾經因為沒錢繳交學費而輟學，也很感謝同學們湊款支援我重返校園。一直奮發，自己打工賺錢交學費，也努力拼名列前茅，以求減免學費。讀到當時澳門最高學歷——高中畢業。就因為到高中畢業，才能體會獨上高樓，望斷天涯路的視野，才知道登東山而小魯的雄心。才有後來留學臺灣，成為大學教授，研究所所長的成果。

問：學長在聖若瑟的學習生活有什麼描述？讓學弟妹可以了解昔日的學長 / 學姐的校園生活。

蔡學長：我讀聖若瑟時，校門是大紅油漆寫著鬥爭標語的時代，不過，校園內，老師的諄諄教誨，校長的捍衛學生，讓我們都平安正常學習所有該認識的。雖然，老師平常只是教學訓導我們，其實，他們都深藏不露，各有絕活。如果你不親近老師，反而敬而遠之，那麼就是如入寶山空手回。
我因為親近羅啟瑞神父，體會到歷史與文化的重要性。
我因尊敬姚觀老師，得識書法之美。
我因請教陳既詒老師，知道人文與科學有互動的可能。
我厚顏請求黃蘊玉老師，獲得畢業禮物海鷹名畫一幅。
看起來，博習親師，好處多多。

問：學長在那一個校部畢業？中學畢業後繼續升學嗎？升學的途徑困難嗎？

蔡學長：我在南灣聖若瑟中學畢業。畢業後，因學業成績優良，獲保送臺灣留學。因為受羅啟瑞神父啟發，願以中華文化傳承自任，也因經濟條件關係，以臺灣師範大學國文系為第一志願，還得到老師輔助，賺取機票順利赴臺就讀。當時師範大學是公費，生活壓力歸零，盡情而快樂讀書，學習各種興趣、技能。真的是一輩子中最幸福快樂的日子。

問：學長介紹一下自己，同時描述您的近況或工作成就。以供學弟妹有奮鬥的參考。

蔡學長：我生長在一個經濟拮据的家庭，本來小學畢業就應該輟學打工，幫補家用。可幸一來有貴人相助，二來自己也沒有放棄，終於能夠繼續深造，學士、碩士、博士都完成學業，從講師、副教授、正教授也達成了。現在，我擔任高雄師範大學經學研究所教授兼所長，而且是第四任了。不過，年齡也將屆齡退休，如果可以，會任教到 70 歲。

其實，研究人文文化，我現在才是思維歷練經驗最成熟的階段，也可以擺脫一切，發揮所長。張載說：為天地立心，為生民立命，為往聖繼絕學，為萬世開太平。傳承往聖絕學，我所願也，奮力以赴，死而後已。

問：學長有與昔日的同學有班聚會嗎？你有探訪您們昔日的老師嗎？如果有，可以分享一些點滴嗎？彼此之間有什麼分享，或對母校有什麼回憶嗎？

蔡學長：因為人在臺灣，不能經常與同學聚會，也無法探望老師。有回澳門，有機會還是會聯絡的。

我讀書的南灣校部，早就拆除遷移了，但當年讀書的點滴，都記錄著我自己的成長歷程，永遠都會在我心中縈繞、矗立。絕非海市蜃樓，而是億載金城。

問：學長是什麼時候入讀聖若瑟學校？有親人也是讀聖若瑟學校嗎？為什麼會入讀聖若瑟學校？

蔡學長：我 1969 年入讀初中一。哥哥曾經就讀，後來轉到粵華，是因為社會情況影響。我跟聖德蘭小學同學幾位相約一起報考聖中，也都考取。入讀聖若瑟學校的原因是當時聖中印象是比較平易近人。

問：學長在聖若瑟讀了多少年？聖若瑟學校給你最深刻的印象是什麼？

蔡學長：中學六年都在聖若瑟完成。如今想來，學校有賦予學生一定自由發揮的空間，並非填鴨式教育，很重要。印象中，老師們都很有性格，也各有長才，值得學習。

問：學長母校的教育給你什麼意義？聖中給你什麼影響 / 感受？

蔡學長：學校就是塑造學習環境，給予基本學習方向。同時每一位老師都是一種學習的實際典範，提供學生自由參考。當然，學生自己也要有開竅的時候。我自問就是從每位老師身上，都發覺可以學習之處，才會形成今天的我。

問：學長那時的校舍是怎樣的，位置在哪裏？可以描述一下當時的校舍嗎？校舍什麼地方給您留下深刻的印象？

蔡學長：我讀書時，校舍就是今天的中華廣場，八角亭對面。印象深刻的是大紅漆的鬥爭標語。而一入校門，迎面是一口井，井之頭頂有聖若瑟手抱耶穌像。當時也是唯一有室內體育館的學校。

問：請學長描述您在學生時代，老師給您的難忘的教誨嗎？

蔡學長：羅啟瑞神父曾經說：文化的傳承是很重要的，澳門正缺乏真正受正規師範教育的國文老師。於是，我就以國文為第一志願。

問：學長在學校的師長中，他們有什麼方面給你留下深刻的印象？

蔡學長：羅啟瑞神父以神職而關心歷史文化。
陳既詒老師中文系畢業，居然可以用英文本教高等物理。
姚觀老師上課吟唱詩歌，讓人嚮往神遊。
盛光運老師平常溫柔敦厚，而為事堅毅。
胡國燦老師意氣風發，有橫槊賦詩之慨。

問：學長對那一課堂有深刻的記憶 / 或那些課程有深刻的記憶？

蔡學長：阮其滔老師教幾何，建立邏輯性思維。

問：學長在聖若瑟就讀時有什麼比賽項目？是班際賽？個人 / 小組賽？這些比賽給你留下什麼回憶？你曾獲得什麼獎項嗎？

蔡學長：曾參加班際個人演講比賽，練膽。

問：學長母校的體育課給你什麼印象？你對學校的體育活動 / 學界體育活動有什麼感受？

蔡學長：我的籃球動作，就是在體育課薛萬龍老師上課教會的。

問：學長昔日母校有圖書館嗎？你對圖書館有什麼印象？

蔡學長：有，但很雜亂，學生很少去看書。

問：學長知道校訓的內容嗎？

蔡學長：己立立人、實事求是、互助互愛、禮義廉恥。

問：學長母校的校訓對學長什麼啟發？

蔡學長：出自經典，也是我中華傳統文化。

問：學長在讀中學時對學習有什麼規劃？對家庭及社會期望？您認為讀中學時最重要的是什麼？

蔡學長：堅持學習，人一能之己百之，人十能之己千之。果能如此，雖愚必智，雖柔必強。

問：學長，從您現時的職業角度，談你對母校有什麼建議或者寄語？

蔡學長：十年樹木，百年樹人。不計得失，秉持本心。

問：學長母校 90 周年你有什麼說話要送給母校嗎？對母校有什麼寄語？

蔡學長：校歌歌詞說得好：都哉聖若瑟，大教益昌明。志以廣，德惟馨。強體魄，作干城。國土愈安寧。

問：學長有什麼話，想與昔日的同學說的嗎？

蔡學長：大家好好養生，傳承時代精神。

問：請學長給學弟妹們一些好的忠告和勉勵。

蔡學長：盡其在我。捨我其誰。

問：學長，您認為在校的學弟好應注意那些能力的培養？

蔡學長：認清自己，培養興趣，忠恕為本，無忝所生。

隨著社會發展，澳門現今和舊時的生活環境顯然不可同日而語。我們這代學生何其幸運。生於無戰火少天災的澳門，幼小中的學費由政府資助，我們擁有安穩學習知識的機會。

在蔡根祥學長的分享中，我尤其喜愛當中提及的一段話，“堅持學習，人一能之己百之，人十能之己千之。”

比起被評價為有天賦的人，我更樂於被評為有毅力的人。沒有天賦又如何，只要我願意練習一千次一萬次，只要我還沒有放棄，就還有成功的機會。失敗的確是件很痛苦的事，不甘，無力，甚至會讓你產生自我厭惡感，但我相信人就是從挫折中仍堅持選擇掙扎才能急速轉變的。

從分享中了解到過去的學習環境以及學長的想法。在獲益良多的同時也感謝學長對學弟妹們的忠告和勉勵，我們會盡其在我，努力成為更好的自己。

讀後感：高三文乙 方乙峰



做好自己，為夢想努力，幫助更多需要幫助的人 ——1975 屆校友劉錫麟

昔日的學生，升讀高中，非人人都有機會

問：學長在中學讀書時期，對人生有什麼規劃？

劉學長：我在聖若瑟學習只有三年，完成初中畢業。在讀書時，只希望能夠有好成績，可以完成大學，之後才到社會工作，但事與願違，卻遇上父親生意及健康原因，家中經濟未能負擔我升學，於是在 1975 年初中三畢業後，我便要走進社會工作。

問：學長在聖若瑟的學習生活有什麼描述？

劉學長：讀書時，同學和老師都知道我性格較靜，記得初中三那年，學校改為男女同校，這是當時我們男生的突破，記得班主任突然說，要選班中的正副主席，男同學竟然選了一個性格最文靜的我，並且成為班中副主席，今天回想，也許這個原因，讓我學會一些溝通和與人合作的機會，當年我並不知道是我在聖若瑟最後一年，我期待可以直升高中，繼續升大學。

問：學長在那一個校部畢業？中學畢業後繼續升學嗎？升學的途徑困難嗎？

劉學長：我初中畢業在南灣的聖若瑟，今天的中華廣場，因為家境經濟能力，未可繼續升高中，最後選擇做印刷學徒，晚上就返夜校，在取潔夜商科學院。這個選擇，內心很不開心，因為不能和同學一起升學，當時更感孤單和自卑。

母校的老師博學多才，關心學生

問：學長在初中時，印象最深刻有那幾位老師？

劉學長：初中是我在學校學習最後回憶，很多老師對我而言特別有印象，而有幾位老師更有很深的感受……

陳偉正老師他給我印象多才多藝，能文能武，記得一年他給我操行是乙，附註：內容大概是，過份的靜並非是好，要能動能靜，證明他對學生性格成長都很重視。

陳悅來老師是我初三班主任，他給我印象是很用心的老師，對我們像弟妹，希望我們能好好學習。

許禮結老師更加是體貼和關心我們，經常鼓勵我們，未曾「鬧過」同學，給我印象是親切的笑容，記得我和妹妹都要停學，許老師也特別來家訪，希望我和妹妹都可以繼續學業。

周美燕老師在離校後仍可見的老師，我在晚間，修讀她教的英語課程，她知道我們都是要比別人早到社會的學生，在上課時，經常鼓勵我們不要自卑，雖然在學習英語，但常教導我們人生哲理，例如：「No pain no gain; Rome is not built in a day……」

這刻，想藉此機會向各位老師問好，老師：「謝謝當年您們的教導。」

「凡事都有可能，一日可以千里」

問：學長當年中學畢業後是就業嗎？當時選擇方向是取決什麼？

劉學長：剛初中畢業，我選擇做印刷學徒，是希望將來可開一間印刷廠，其中原因是小時候，聽說我爺爺的印刷廠，在打仗前在澳門是很大的，另外原因，是父親的影響下，也相信工字不出頭，所以希望日後要有自己的生意。三年之後自己經營紙品加工工場，卻因一個工傷事故，我治療了兩年多，這期間我對未來前路更是憂慮和迷惘。

1984年我重新檢視自己的問題，也重新檢視未來的事業方向，最後我決定選擇一個完全我不勝任的行業，人壽保險推銷員，也想告訴大家我的座右銘：「凡事都有可能，一日可以千里」。因為想像不到，一個當年不合條件的我，今日可以成為一個百人團隊的總監。

1985年我加入保險業，保險不單成為我今天的事業，更重要是他改變了我被動及內向性格，加強了我對人生價值觀和夢想意義的追求，加入保險業讓我人生精彩。我現在是澳門宏利保險的區域總監，團隊有五百位伙伴，大多都是年輕人，也有很多是聖若瑟的學弟，保險業已經由過去保險推銷年代，到今天已經是專業理財策劃師的年代，保險業也成為國家及社會很重要的金融支柱，我推薦大家多了解人壽保險的專業與發展，我也歡迎和大家分享我對事途的看法，大家可以聯絡我。

40 多年的中學同學常聚會，為這份友誼而驕傲

問：學長有與昔日的同學有班聚會嗎？你有探訪昔日的老師嗎？

劉學長：這是我們班建立了一個聯絡群組，這是我們這班同學的驕傲，40多年我們都有保持聚會，現在每一天同學都會在群組裏發訊息及問候。每年我們都有多次聚會，有時相約於澳門，有時相約於香港，例如在節日，新年我們都有聚會活動、

有的晚飯聚餐，有的相約一起行山、有卡啦 ok、大食會、生日會、有時還會相約海外旅遊等。

很多同學的聚會活動，我們都邀請當年的老師出席，曾有出席的陳既詒主任，周美燕老師，許禮結老師，陳偉正老師，黃香琴老師等。在過去我們也曾相約探訪母校活動，母校就是栽培我成長的地方，不會忘記。

做好自己，為夢想努力，幫助更多需要幫助的人

問：校訓對學長有什麼啟發？

劉學長：母校的校訓：「己立立人」對我在社會成長很有幫助，尤其保險業，要發展團隊，我相信要同事成長，若其身不正，何以立人？所以我也經常要求我團隊經理，必須以身作則，用心觀察，實事求是！

問：學長可以給學弟妹們一些勉勵嗎？

劉學長：學校給我們是知識，知道和識別的能力，讓我們在社會中，經歷和成長。每個人都應該有自己人生夢想，我希望各位學弟妹，不斷做好自己，更要為自己的夢想努力，並且可以「己立立人」，幫助更多需要幫助的人士，加油！

讀過校友劉先生的採訪，我更加確信「努力可以改變一切」這個觀點。從「選主席」一事我就開始想，說不定當選的原因是因為他勤奮努力以及平易近人的性格。性格文靜這一點我個人認為是指平常寡言少語，而這類型的劉先生能得到同學的愛戴，想必平時就是個溫文爾雅的人。然後再憑藉自身努力不懈的特點，加強與同學之間的交流，改變自身文靜的個性，讓人生向前邁出一大步。想必劉先生也沒想到，其實他從學生時代已經成功改變了自己內向的性格吧？不過也可能是因為他是個謙謙君子，所以才沒有認為自己在學生時代已經不再內向。最後，感謝劉先生願意分享自身的經歷以及教誨，讓我們更能鼓起勇氣面對自己的弱點和困難，時刻活出自己的風格。

讀後感：高二理甲 蔡心瑜



作育英才，成百年老校 ——1976 屆校友 Soktim Ho

問：請學長談談的中學學生時代生活，或畢業後的工作，或近況等。

何學長：我當時的讀過校部名聖若瑟學校，讀了兩年，有男女校之分，因以前讀女校，讀男女校對社交較好些，在校期間同學都很融合，記得校舍在市中心，沒有很大的校園可以玩，但有個大室內運動場。

在中學讀書時期，對人生沒有什麼規劃的，中學畢業後升學，升學途徑有困難的。聖中畢業後，不久去了檀香山讀書，當年英文不是很好，所以早年較吃苦。大學畢業後去了三藩市，很短時間做過電視台，後來考入了政府工作至前年退休，在政府部門做工可以不用捱到 67 歲才能拿退休金。現在是還算不老可以到處旅遊見識。

問：學長，昔日的師長中，給你留下最深刻印象師長嗎？對那一課堂有深刻的記憶？

何學長：羅玉成校長給我最深刻印象，還有薛老師、體育科的女老師，他們都很親切。最深刻印象的一課堂，要算羅啟瑞神父，神父風趣地教歐洲歷史，對我以後讀大學的歐洲美術有所啟發。

問：學長認為讀中學時最重要的是什麼？

何學長：中學是對人格形成很重要。

問：學長現時的職業角度，談你對母校有什麼建議或者寄語？

何學長：努力學習，對以後升學才有利。

問：學長母校 90 周年你有什麼說話要送給母校嗎？

何學長：作育英才，成百年老校。

問：學長有什麼話，想與昔日的同學說的嗎？

何學長：等你們都退休，有機會一起去旅遊。



做事一定要穩重勿急，做人一定要低調 ——1982 屆校友李小瑩

問：學長介紹一下在中學時期的生活以及人生規劃，也說說近況。

李學長：我曾就讀於聖若瑟第六校。以下語句概括了我中學時期的生活、人生規劃以及對母校的感情。

師生親如手與足！攜手邁向九十年！
教學相長聖中心！終身學習師生情！
前途錦繡齊並進！風雨同舟永向前！
立志為善成人師！達己達人盡本份！
苦讀寒窗數十載！披星戴月趕科場！
校慶同歡友情永在！探望師長恩情長存！

問：學長淺談你對母校的印象。

李學長：就校舍言，鋼琴室、電腦室、綜合活動室的設備完善，圖書館藏書豐富。以下語句概括了我對母校各方面的印象。

春風化雨數載恩！音樂舞蹈樂團圓！
歌唱比賽成指揮！永感師恩數十年！
己立立人！己達達人！實事求是！有教無類！
六校新成迎新年，光輝歲月青春見！
南灣湖邊日出好！西灣風景夕陽紅！
恩深義重人永在，細雨春風盡是情！

問：學長介紹一下讓你印象深刻的師長和課堂。

李學長：羅校長德高仁愛，才高八斗，學富五車！外國教師真聰敏，採用英文教葡文！一箭雙鵰！毛老師的音樂課、黃老師的書法課讓我印象深刻。雲龍舞蹈團是讓我最深刻的課外活動。

在聖若瑟就讀時，我曾參加義工活動，獲第一屆全澳學生歌唱比賽的優異獎。感謝音樂科毛老師，讓我可以一考就通過五級鋼琴試。至於體育，薛老師的功夫操和鏢槍校制比賽令我印象很深。羅玉成校長發人深省的至理名言：「做事一定要穩重勿急！做人一定要低調！」

問：學長介紹一下個人的升學狀況。說說身為聖中人應具有什麼特質。

李學長：中學畢業後，我取得教育學士學位及教育發展心理學碩士學位。我認為身為聖中人應愛校愛澳愛國，愛人如己，教學育人，服務社會，為人為己，為人師表，樂善好施！

問：學長說說對校訓有何啟發。

李學長：己立立人，實事求是。此校訓確立了為人處世的宗旨。

問：學長認為讀中學時最重要的是什麼？

李學長：尊敬師長，友愛同學，共同努力，為理想奮鬥，為夢想努力，奔向未來！

問：學長對母校有何寄語？對學弟妹有何忠告和勉勵？

李學長：「聖中教育九十載，桃李滿門是英才！」希望母校校務蒸蒸日上，培育更多教育人才，為澳門教育作一分努力！

「攜手創造新澳門，聖中精英永向前！」德才兼備、學高為師、德高為範，希望莘莘學子努力讀書，一山還有一山高，學無止境，切記！望日後有能者為建設更好的澳門盡心盡力！

大家好，我是高二文商乙的談曉筠。

讀了這篇採訪後，得悉李小瑩校友畢業數十載仍心繫母校，那份對母校感恩和熱愛在幾十句話語中淋漓盡致地展現了出來，字裡行間滿溢的熱情深深地感染了我！

校友寫下的羅玉城校長發人深省的至理名言也成為了我的座右銘：「做事一定要穩重勿急！做人一定要低調！」我們應牢記在心！

李小瑩校友在中學畢業後取得了教育學士學位和教育發展心理學碩士學位，看到這，我感到無比欽佩，趙翼的《論詩五首·其二》中「江山代有人才出，各領風騷數百年。」優秀的校友不正正是這句話的典範嗎？更如採訪中李小瑩校友所說：「聖中教育九十載，桃李滿園是英才！」

李小瑩校友在最後勉勵道：「努力讀書，一山更有一山高，學無止境。」考試將至，這句話警醒了我們不要驕傲，保持學習的勁頭。這讓我的心裡有了一個方向，不再為即將到來的考試擔憂緊張，只管努力！

一代又一代的聖中人，不變傳承著聖中精神，我們己立立人，我們實事求是，我們都在為夢想努力，奔向未來。

讀後感：高二文乙 談曉筠



昔日的老師就是有一股氣度 ——1983 屆校友湯漢樂

問：學長曾讀過那一個校部？

湯學長：我曾讀過一校，二校，三校，四校，六校。

問：學長在中學讀書時期，對人生有什麼規劃？

湯學長：應該是向升學方向吧。

問：學長在聖若瑟的學習生活有什麼描述？

湯學長：平靜，循序漸進。

問：學長在那一個校部畢業？中學畢業後繼續升學嗎？升學的途徑困難嗎？

湯學長：校本部畢業。赴台升學，有不順利，不算困難。

問：學長當年中學畢後是就業嗎？當時選擇方向是取決什麼？

湯學長：沒有就業，升學取向。方向取決與自己和家人的期望吧。

問：學長介紹一下自己，同時描述您的近況或工作成就。以供學弟妹有奮鬥的參考。

湯學長：我在大學學習科學研究方面的知識，主要是滿足了個人在學問追求上的期望。而在大學後期，慎重考慮將來職業走向時，抉選了以中學教學為職志，後來也一步一步實踐了自己的志願。目前在學校前線工作，雖然是教師，同時也是從學生身上學習「如何學習得更好」的學習者，繼續努力中，期望自己和更多前線同工，成為更專業的教師。

問：學長有與昔日的同學有班聚會嗎？你有探訪您們昔日的老師嗎？

湯學長：有和中小學同學聚會，但沒有主動探訪昔時的老師們。部分保持聯絡。同窗們對母校的觀念似乎都是過去式，很多印象鮮明，記得歡樂的多。

問：學長是什麼時候入讀聖若瑟學校？

湯學長：幼稚園開始，父母安排入學。

問：學長在聖若瑟讀了多少年？聖若瑟學校給你最深刻的印象是什麼？

湯學長：由幼高班直至高中畢業，十三年。在學時，時間好像流逝得很慢。

問：學長母校的教育給你什麼意義？聖中給你什麼影響 / 感受？

湯學長：現在回想，原來聖中最可貴的，是有自由的空氣讓同學成長和探索。己立立人的校訓，亦是自己為人處事的一大指引。

問：學長對所讀母校的校舍 / 學校（校部）有什麼印象嗎？例如上學 / 上課的情況。

湯學長：都印象深刻。四十多人一班，有序地上課聽書。

問：學長那時的校舍是怎樣的，位置在哪裏？可以描述一下當時的校舍嗎？校舍什麼地方給您留下深刻的印象？

湯學長：主教府（已停用），小同學在大堂側的花圃園中等家長接放學。大堂街（四校）。已成歷史的體育館和歷史中的二校（今中華廣場）。尚在的望德校部（一校）。已拆卸的陳瑞祺大樓（青洲校本部）。

問：請學長描述您在學生時代，老師給您那些難忘的印象？

湯學長：記得盛光運老師介紹：「為天地立心，為生民立命，為往聖繼絕學，為萬世開太平。」昔日的老師就是有一股氣度。

問：學長在學校的師長中，給你留下最深刻印象的校長的事？

湯學長：羅玉成神父，行走的教育書。

問：學長在初中時，最深刻印象有那幾位老師？你在高中時最深刻印象有那幾位老師？請描述一下那些老師。

湯學長：高手很多，只提一位——陳伯輝老師，上過他的課就知道甚麼是中文。

問：學長對那一課堂有深刻的記憶 / 或那些課程有深刻的記憶？

湯學長：實驗課，老師氣定神閒地演示危險化學品的製法。

問：學長昔日母校有哪些課外活動？那些課程令您留下深刻的印象？

湯學長：初一曾經於週六上午有興趣班課，很「活動」。我是參加木工的。

問：學長在聖若瑟就讀時有什麼比賽項目？

湯學長：林林種種，族繁不及備載。

問：學長母校的體育課給你什麼印象？

湯學長：不同種類，各就其所好。

問：學長母校的宗教課給你什麼印象？

湯學長：小六時郭少貞老師的要理課，以主題形式呈現，給人耳目一新的體驗。

問：學長對母校的音樂課你有什麼感受？

湯學長：只提個別，原來音樂老師是懂化學的。

問：學長對母校昔日的硬體設備 / 校舍建築給你什麼印象？

湯學長：電腦室，語言室，當年很前衛。

問：學長對學校的舞蹈教育有什麼記憶？

湯學長：雲龍，不用介紹。

問：學長你們是怎樣去升大學的？

湯學長：感謝學校師長的協助與指導，都不是制度式的，反而珍貴。讓我能按自己的興趣志願升學。

問：學長知道學校有班社聯會嗎？你有參加嗎？有什麼活動？

湯學長：每一班都是自治的班社，每位學生都是班社的當然成員。班社聯會聯合各班社，今日回想，是令人讚嘆的設計。

問：學長知道校訓的內容嗎？你對校訓有什麼理解？

湯學長：由自己開始做好，一條成己成人的進路。

問：學長認為以下校訓可者正確。

湯學長：己立立人、實事求是。

問：學長母校的校訓影響或啟發？

湯學長：立身處世。

問：學長母校的校訓有什麼樣的意義，對學長的人生有什麼價值？

湯學長：今天，我會把校訓精解為「立己」，做好自己，已包含立人，他人與自己是連結關係。

問：您認為讀中學時最重要的是什麼？

湯學長：多接觸課外知識，開拓經驗很重要。外界有誘惑，人可能墮落。跟隨動物本性，還是努力實踐，成為更好的人，就是自己的選擇。

問：學長現時的職業角度，談你對母校有什麼建議或者寄語？

湯學長：教育是信任，不是控制。

問：學長母校 90 周年你有什麼說話要送給母校嗎？

湯學長：不忘初心，永葆長青。

問：學長您有什麼話，想與昔日的同學說的嗎？

湯學長：祝各位的人生幸福，完整！

問：學長給學弟妹們一些好的忠告和勉勵。

湯學長：認識自己。

問：學長認為在校的學弟好應注意那些能力的培養？

湯學長：每個人都是獨一無二的。你想自己成為怎樣的人？



雲龍舞蹈社代表聖若瑟中學的藝術團體 ——1984 屆校友 John Lou

問：學長對在聖若瑟的學習生活有甚麼印象？

盧學長：我在一校就讀了六年，從初一入讀，直至高三畢業。青洲校本部校舍環境優美，設備完善，有視聽室、電腦室等。而最有趣的是校門右邊的綠化區，裏面飼養了一些兔子和烏龜等可愛小動物，吸引了不少學生觀看。而我校的雲龍舞蹈社更是名噪一時，很能代表聖若瑟中學的藝術團體。

問：學長在哪一個校部畢業？升學的途徑困難嗎？

盧學長：我於青洲校本部畢業。在 80 年代升學並不難，有志升學的同學都會提前約一年時間準備升大入學試。若在校成績名列前茅，還可保送入學，當時在台灣讀大學是有保送名額的，入學試都可免去。

問：學長能否講述一下現在工作的近況，以供學弟妹有奮鬥的參考？

盧學長：我現時的工作是給自動化機械寫軟件，把機構工程師組合起來的機械結構，依照我們規劃設計程式並下載其中，機器就能依照旨意運動起來，這是一份很有趣的工作。我希望學弟妹能在中學時期好好學習，打好基礎，將來可選擇喜歡的大學科系，做自己喜歡的工作，有快樂的人生。

問：學長有與昔日的同學有班聚會嗎？你有探訪您們昔日的老師嗎？如果有，可以分享一些點滴嗎？

盧學長：本班同學情誼深厚，老志鈞老師是大家敬重的導師。我們常常有聚會，尤其是在農曆新年，我們會到老師府上拜年，數十年的感情，亦師亦友，就如美酒般越陳越香。

問：學長知道校訓的內容嗎？你對校訓有甚麼理解？

盧學長：我校校訓是實事求是，己立立人。我理解為要腳踏實地把事情做好，以身作則樹立榜樣。

問：學長認為讀中學時最重要的是甚麼？

盧學長：我認為讀中學時要好好學習，天天向上。

問：學長母校 90 周年您有甚麼說話要送給母校？

盧學長：我祝願母校能迎接下一個 90 年。

問：學長對於現在的聖若瑟學生有甚麼建議？

盧學長：我希望他們能因應自己的能力，慎選升學地區。



緬懷惜日校園往事，深感溫馨 ——1989 屆校友 Alice Chan

問：學長聖若瑟的校園生活給你留下甚麼印象？

陳學長：小學校舍是一幢簡樸高雅的樓房，兩層高，淡黃色的外牆，深綠色的百葉窗，深綠色的門，很高樓底的禮堂，寬廣的操場，還有用石頭砌成的聖母岩。中學的校舍是新建的校本部，有各種先進的設備，井然有序，還有花園裏的猴子和兔子。很喜歡校本部綠色的黑板和書枱。夏天同學們爭著坐風扇下的位置。還有早上繁忙的情況，大家忙著在班長收家課前趕快抄好自己不曉得的數學和物理功課。

有些同學跟老師做運動時，我卻和幾位女生在樹蔭下談政治、哲學、宗教、人際關係，總括就是偷懶去聊「八卦事」。有時和同學們閒聊這些軼事，深感溫馨。上學的每一天都是開心的，老師不但傳授學術知識，也關心同學的生活。同學除了一起上堂，也是玩伴和好朋友。當時考試的壓力不大，大家一起參加活動，一起玩，所以當時很喜歡上學。

中學的老師亦師亦友，同學是 *life long friends*。我們經常也在社交群組聊天，也不時聚會，有時談及中學時的趣事，大家都覺得非常可愛和溫馨；同時也很欣賞各位老師用心的教導和對學生的愛，以及同學與同學之間的那份真摯的感情。可惜的是校本部已被拆除，不能回到大家一起同窗六年的地方緬懷惜日的往事，這有點可惜。

問：學長有沒有一些經歷和奮鬥的事蹟可供學弟妹參考？

陳學長：在中學時，並沒有什麼規劃，只是用心地努力讀書，照顧弟妹，不讓爸媽擔心。我想，這就是做好自己當時的本份吧。

我畢業於校本部，中學畢業後跟家人移居香港，之後工作了幾年後，再升讀大學。中學畢業後，因為家裏要供樓，在港投身工作。況且當時的香港，只有兩間大學，即使在港畢業的學生，也不容易晉身成為大學生，更何況我不是在港讀中學。投身工作幾年後，便覺得有需要進修，才能在工作取得進步，於是進了一所美國大學，取得學位。

我現時居港，在金融界工作。我也沒有什麼奮鬥的事蹟可供參考，只是幸運地投身金融行業，這行業的從業員很多是社會的精英，做事勤奮，腦筋靈活，我每天都跟他們學習，把學到的知識實踐於工作和生活上，也把自己的知識與別人分享，相互得益。

問：學長在學校的師長中，哪一位給你留下深刻的印象？

陳學長：何副校長，他也是五校的校長，他能修理電視，修理書桌，也能幫窮困學生交學費，幫成績欠佳的學生找補習老師，他的頭髮梳理得很整齊，他腰間有很多鎖匙，行路時叮叮噹噹地響，臂彎裏還夾著幾本書，想念他……

問：學長中學生活所學到的對日後有沒有幫助？對課程的安排有沒有建議可供參考？

陳學長：Form 5 時，我們加了 **Economics** 科，有些同學（包括我）以為經濟科是教炒股票的，但堂上教的只是一些基本理論，先生花了頗多時間講 **demand and supply**。我感到很悶，不感興趣。前陣子，人民幣貶值，當貨幣貶值時，借此貨幣所付的利息理論上會比其升值時低，但我看見人民幣對美元的息差竟然大幅抽升，於是跑去跟基金經理核對是否數據出了錯，他說沒錯，人民幣的息口大幅抽升是因為人民幣貶值幅率大，無人想抓人民幣，即市場的人民幣 **supply** 少，而且最近有較多人要在市場借人民幣對沖美元，**demand** 多，所借人民幣須要付較高的利息，引致人民幣對美元的息口抽高。我想起了 **Economics** 堂上的 **demand and supply** 的理論，原來它不但可以用來炒股票，炒外匯也行！故此，我們不要看輕讀書時的基本知識，它們是 **transferable**，是打遍天下的好工具。

我是工作了幾年才入讀大學的，中學時所學的知識對大學課程很有幫助，尤其是英文。中學課程的整體安排跟大學（特別是美式）有很大分別。中學六年的路是學校安排好，而大學四年的路是學生靠自己行出來的，當中涉及學生的目標設定及變更的能力，組織能力，解決問題的能力，運用各項資源的能力，人際關係技巧等等。如可以在高中時加入相關課程或活動，讓中學生早點認識這些層面，對他們大學以及未來日子有正面的幫助。

建議母校提供學生以下的培育：1) 道德的培育：透過宗教課程或對社會事件的討論，教育學生一般的道德標準，關顧身邊的人。2) 做事的知識和技能：與別人合作，分析，閱讀理解，在雜亂無章的資料中找出有用的資料。可透過課堂，小組討論，**group project**，由淺入深去學習。

希望母校的管理人員在做任何決定時，全情為學校和學生設想。教育工作者為年青人作好的 **role model**，並盡心教育學生正確的道理，幫助他們將來行事不偏離正道。

問：學長對學校的音樂課有甚麼感受？

陳學長：記不起學唱了什麼歌，只記得以下事件：有位同學笑其他同學唱歌，**Ms Mo** 說：“**R, if you laugh again, I'll fail you.**” 輪到我唱，**R** 笑我。**Ms Mo** 說：“**R, you're failed.**” 十幾年後，呢位同學 **email** 我，問我知否當年他為何笑我唱歌，他說這是因為我連 **prelude** 都唱錯。**Fail in** 數學或物理就情有可原，**fail in music**，太難看了，沒臉回家拜祖先。**R, I am sorry.** 連累你 **fail in music**。我們將來要一起在臺上合唱一曲。音樂堂是學習聲樂的好機會，但可惜我錯過了。

Alice 校友一開始便用了很大一段篇幅來描寫老校區的環境，甚至連門窗的顏色、花園裏的各種動物、同學們相處的點點滴滴……都描述得十分細緻 Alice 校友用一種親切樸素、毫無雕琢的語言將這樣一副朝氣蓬勃的校園生活描寫得繪聲繪色：早上全班忙碌著抄功課、體育課時站在樹蔭下歇涼閒聊八卦……這一件件平凡而美好的事情，都組成了許多人心中無可替代的學生時代。

我現在正值高二，畢業近在眼前，一想到不久後同學們就要各奔東西，我的心中便有萬分惆悵。之前覺得畢業就代表著人生進入另一個階段，一切都是嶄新的、陌生的，讓人難免有些手足無措。但在看完這篇採訪後，又覺得同學們即使離開了學校，也會保持著聯繫，偶爾也會聚一聚聊聊學生時期的趣事，想想也十分美好。

俗話說得好「天下沒有不散的筵席」，即使面臨著分別，我們也應該坦然面對，就如同 Alice 校友一樣，畢業後獨自遠赴香港讀書，即使壓力大負擔重也仍舊不忘初心地奮鬥著，這麼多年後，依然將學生時期的美好回憶記得無比清晰。

Alice 校友描述的一件件事情，彷彿就是我學生時代的縮影。無論過了多久，校園裏那些美好的回憶都會保留在記憶的最深處，無比的清晰卻又彌足珍貴。

讀後感：高二文甲 劉之璐



春風化雨，潤物無聲，桃李滿門 ——1989 屆校友林錫銀

問：學長對聖中的學習生涯有甚麼印象與回憶？

林學長：1984 年入讀聖中，就讀過二校和六校，因為當時聖中已聘請很多外籍老師教英文，而我最喜歡的科目是英文，所以我選擇了聖若瑟教區中學。聖中的校園生活非常愉快，同學在學業上充斥著良性競爭，而且競爭激烈，因為當時我們的學費極貴，幾乎貴冠全澳，所以同學非常認真讀書，不想留班。印象最深刻的是每年的校運會，因為當年在運動場上的運動健將成為今日各政府部門的高官賢達，社會名人！

問：學長聖若瑟學校的老師給您最深刻的印象是什麼？

林學長：在聖中讀了五年書，初中時印象最深刻是班主任李妙容老師，初中一，初二都是同一個班主任－她是世界上最好的班主任，視學生如自己子女，甚至自己掏錢幫班上在經濟上有困難的學生交學費，她無私奉獻，所以我班同學視李老師如我們的再生父母，她的確是世界上最偉大的老師！高中時印象最深刻的是教數學的周老師——花名是 L 零，他對學生的忍耐能力極強，他很有耐性很有耐心教我們計數，他對學生很好！體育科黃香琴老師也是一個很好很有愛心的好老師，很受學生愛戴！盛主任在上宗教課時還教我們英文諺語，超強！老師的愛使我們感受到校園充滿著人情味，人間有愛，聖中不但傳給我知識，更深深教育我，引領我怎樣做個有貢獻的好人，感染我如何愛人如己！

問：學長在中學讀書時期直至畢業，您對人生有什麼規劃？

林學長：充滿希望，校本部畢業後工作了一年後再繼續升大，當時都要經過考試才可入大學，但入大門檻並不算十分高。當時並不沒有升大或就業輔導，當年各間學校各自為政，政府教育部門跟本沒有怎樣介入學校的事務，全澳的教育界就如一盤散沙，好聽的是百花齊放，當時並不太多同學選擇升大，因為大學學費都很貴，所以先選擇就業，想着賺一年錢然後繼續升大。

問：學長有與昔日的同學有班聚會嗎？你有探訪您們昔日的老師嗎？可以分享一些點滴嗎？

林學長：我仍然與初中時代的同學及班主任保持密切聯繫，在 6 年前曾舉辦了一次「初一丁班和班主任李妙容老師在台灣有個約會大旅行」其實李老師已移居美國三十多年，在 2014 年，那次能和李老師及當時初一丁班的同學仔一齊去旅行，實在是千載難逢，我們全班老同學非常珍惜該次的旅行聚會，更難得的是李老師專程由美國飛回澳和我們聚會然後一起飛往台灣旅行，機會實在是難能可貴！

問：學長可以分享一下近況或工作成就嗎？並給母校及學弟妹一些建議或寄語。

林學長：我現在從事教育工作，希望學弟妹們能傳承發揚本校校訓：己立立人，實事求事，能學習成功的學長們一般學習孜孜不倦，奮發向上，造福社會！繼續努力！好好裝備自己，做有用的人！懂得關心別人，懂得愛人及自愛，懂得尊重他人！祝願同學們身體健康！生活愉快！家庭幸福美滿！最後，寄語母校春風化雨，潤物無聲，桃李滿門，培養更多精英人才，造福社會！

看完林錫銀校友的訪談後，其實自己的體會與感覺也大致相同。我隨著家人在六年前移居澳門，也是首選了聖若瑟教區中學。因為在澳門各界人士，社會名人都有聖中人的蹤影。林校友提及到他當時的老師視學生為自己的子女，我非常贊同。幾十年過去了，聖中的老師還是那麼好，富人情味。

從採訪文中得悉林校友現在從事教育的工作，我想可能是因為聖中充滿人情味，愛的教育影響了林校友。我在聖中讀書的七年裏，也萌生了以後從事教育行業的念頭，就像林校友所說的：聖中不但傳給我們知識，更深深教育我們，引領著我們怎樣做一個有貢獻的好人。

我今年高二了，準備邁進大學生活，現在非常珍惜在聖中的每一天，我想誰都會懷念在聖中讀書的日子。記住了林校友的寄語，學習成功的學長們般：孜孜不倦，奮發向上。讓聖中桃李滿門，因為「聖中出品，必屬佳品！」

讀後感：高二文甲 呂梓峰

這篇述說了林錫銀學姐以往有趣的校園生活以及在聖中中學時代的難忘回憶。在她的學生時代中，最難忘的就是師生情誼，與老師們在一起的那段時光。在她那些年的時候，有些學生的家庭並不是很富裕，李老師就會掏錢幫班上經濟困難的學生交學費，無私奉獻給學生們，視學生如自己的兒女一般。學生們也十分感恩李老師對他們歷年來的資助，供他們能繼續上學。或許就是這樣的行為，讓他們知道怎樣去做個有貢獻的好人，感染學生們如何愛人如己吧！文章中在 2014 年，他們與已經移居到美國的李老師一起去臺灣旅行，畢竟過了二十五年，大家還能歡聚一堂，機會也是難能可貴，況且李老師還專門從美國飛回澳門跟同學們一起去臺灣的，所以全班同學也十分的珍惜這一次的臺灣之旅。

有一種感情最動人，那就是師生情。我很感恩我選擇來到聖中，來到這個溫暖的大家庭。老師就像永不停息的波濤，推動著我們前進，又像太陽一般散發出熠熠光芒溫暖著同學們的心。

讀後感：初二甲 汪玥

讀完這篇文章，我真切地感受到了聖五美好的師生友誼和學習氛圍。正如學姐在聖五就讀時一般，我在高中三年間也認識了許許多多十分有人情味的老師，我們之間會保持著一種微妙的關係，他們不僅會授予我們知識，更是會教導我們如何做人，使我們能夠成為一個更完善的人，所以我十分感恩自己能夠在三年前選擇於聖五就讀，並認識到一群可愛的老師們。

讀後感：高三乙 崔穎茵



昔日的老師，亦師亦友 ——1989 屆校友郭愛媚

問：學長對在聖若瑟的學習生活有甚麼印象？

郭學長：我對青洲校本部印象最深，因為在那裏一共讀了六年，亦是我人生最重要的部份。青洲校本部很大很美，可惜已拆了！我當年上學青州大馬路時常掘路，每逢下雨回學校之後要清潔雙鞋；二校也很美。那時，校本部在青洲，即現在的六校；二校在南灣。兩者相比，當時的青洲校本部比較新而二校就比較舊，但二校也有它的特色。青洲的校本部印象深刻是當時的走廊，落堂時同學都喜歡在走廊的長凳上坐着閒聊；大球場那邊印象也深刻因為我們在那邊打 **baseball**，秋天每日清潔姨姨在那邊掃樹葉的情景仍歷歷在目；小花園的猴子很頑皮而狗也很凶。雖然家中有很多煩惱，但學校生活是很開心的，我認識了一班陪我成長而到現在都是很好朋友的同學。除了學習之外學校也有很多課外活動，如音樂比賽、壁報比賽及運動會等。學校不只是讀書，着重學生多方面的發展，可以訓練學生多方面的才能建立自信心。人生不只讀書，其他方面也很重要。給學生多元化的嘗試。但如果可以加上一些理論上的知識就更加好，會令學生更了解運動的好處及重要性。

問：學長為何會入讀聖若瑟？

郭學長：我於 1981 年入讀五校，當時是和妹妹一起轉學的。當時由於要搬屋，所以在新屋附近找學校，由於姐姐有朋友在五校教書，所以就入讀了。

問：學長有哪些同學和老師最令您印象深刻？請描述一下，他們在什麼方面給您留下深刻的印象？

郭學長：我與昔日的同班同學一路都有聯絡，也有探訪昔日的老師。中文部的老師比較嚴肅，英文部的老師就亦師亦友，陪我們一起成長。我對羅玉成校長印象最深，他很有前瞻性。對 **Mr. And Mrs. Reavis, Mr. Byrne, Mable Leong**，黃馥紅老師及老志鈞老師也很有印象，他們除了書本上的知識，也會跟我們講很多關於做人的道理。

問：學長能否講述一下現在工作的近況，以及在中學時期的人生規劃？

郭學長：在中學時期，我沒有什麼具體規劃，只想中學畢業後入大學，但也不知道喜歡讀什麼。所以對於我來說升學不太困難，困難在不知道自己喜歡什麼，不知怎樣選擇。當時只想升大，因為感覺大學畢業是在社會工作的基本條件。我現在在澳門某一所大學教書。我由細到大都沒有特別目標，相信這個是令學姐在人生及事業上沒有什麼成就的原因；寄語學弟學妹們作多方面的嘗試，找尋自己喜歡的東西，為自己未來定立了一些目標；那就可以投放自己更多資源及時間邁向這個目標。但長大了覺得規劃是很重要的，中學時最重要是學會基本的知識如語言、數理化等方面的知識，以及有多一些 *exposure* 令學生敢於嘗試及了解自己喜歡的是什麼。那對幫助他們日後定立個人的人生目標很有幫助。

問：學長知道校訓的內容嗎？您對校訓有什麼理解？

郭學長：己立立人，從自身開始建立正確的價值觀及道德觀，再推己及人。

問：學長在校期間學校如何幫助您升學？

郭學長：我是跟着其他同學去考公開試的，可能由於我們是英文班的第一班，學校都沒有為我們在這方面作打算或介紹。

問：請學長給學弟妹們一些好的忠告和勉勵。

郭學長：要加強知識水平同時亦保持多參與各項活動，從活動學習中課外知識及成長。學好基本知識並作多方面嘗試找出自己喜歡的東西，例如學科、興趣、職業等，為自己定立個人及人生目標。學習是主動的不是被動的；要有進步是要堅持的。更要培養語言、理解、表達能力。

問：學長有聽過榮譽聖中人嗎？你認為怎樣才是榮譽聖中人？榮譽聖中人對於聖中有什麼使命嗎？您認為聖中人應具備什麼特質？

郭學長：我沒有聽過，我認為聖中畢業生能夠在社會裏有貢獻，能代表聖中在社會推動社會的發展，價值觀清晰，有使命感及責任感。

郭愛媚學姐講述了許多以往的校舍環境以及學校的多元化活動。她說以前的校舍十分美麗，下課後同學們都會在走廊玩耍、閒聊。還在秋天的時候，清潔阿姨們在大球場上掃走樹葉的情景歷歷在目。學姐雖然在家裡有許多的煩惱，但回到學校就像是煙消雲散一樣。

她在文中強調了：“人生不只讀書，其他方面也很重要。”希望學弟學妹們可以多加嘗試發展課外活動的潛能，令他們瞭解運動的好處及重要性。也提及在中學時代最重要的是學會基本的知識，多一些接觸令學生敢於嘗試，讓他們瞭解自己喜歡什麼，也能幫助自己定立人生目標。學姐用她的經歷來告訴我們，如何少走彎路，帶給我們正確的人生價值。

讀後感：初二甲 汪玥

讀完這篇文章，我竟然會有點兒想感受一下當年聖五的風景。也如學姐一樣，在中學時期，我同樣沒有什麼具體規劃，但是回想起來，才發現聖五在不知不覺間竟已灌輸了我們許多必要的基礎知識和做人的道理。關於“實事求是、己立立人”的校訓，以及永不缺席的月訓……正因為學校對這些思想的積極推行，我們身心才能得以健康的成長，我永遠會以自己是聖五人而感到驕傲！

讀後感：高三乙 崔穎茵



跳出自己的時代，宏觀看事物的思維能力，助益成長 ——1989 屆校友喬樹勇

問：學長對母校有什麼印象？

喬學長：母校是一所很獨特的學校。地處當年比較偏僻的青洲，但是面積大，不像一般的於樓群中間的學校。所以記得當年學校有很多的場地，尤其是能夠讓我們打壘球，在當時，甚至是現在，也沒有其它學校可以做到的。

聖中我所在的英文部，也是當時比較突出的一個學部。學校聘請了許多英、美的老師來任教，給予我們一個浸入式的英語教學環境，大大提升了我們的英語能力。不過僅僅有外國老師還是不夠的，我們還是要自己主動地去找老師交談，去找老師活動，要有互動，才能真正使自己的英文進步。要自己去尋求，才能夠真正得到，光靠別人灌給你是不可行的。

在眾多的老師當中，印象最深的是 **Mr. Philip Reavis**。他和他的太太是最早來到聖中的外國老師。他曾經是奧運冠軍，第幾年不記得了，是跳遠的冠軍，所以老師的身體相當好，今年八十多歲的他，還在吹爵士樂表演。老師的教學理念也對我影響深遠，他教的是歷史，他的教學往往以討論為主，於書本上的論述再加一層見解。中學生學歷史，通常不會太懂得帝王將相、政府機構、人民百姓的互相之間的因果關係，因為學生沒有體會，沒有經歷，不會明白大人為什麼這麼做。**Mr. Reavis** 通常會引導同學跳出自己孩童的思維，從宏觀上看東西，跳出自己的時代，從歷史上看事件。這種技能，對我們日後的成長，是有很大的幫助的。

問：學長，請談談您在中學學生時代，或畢業後的工作，或近況等，供在校學弟妹有奮發上進的參考。

喬學長：在中學年代，學習生活是愉快的。學校沒有太多的功課，學習壓力也不算大。不過最記得的是返學路上泥濘處處，長時間的修路工程，令返學的路很不好走。當年青洲還很落後，一路走來都是木屋，我們通常走小路，都是窄窄的，只容一兩個人通過的那種。但現在想找一處當年的一磚一瓦，已經完全找不到了。

由於是讀英文部，所以當年一早已經定下目標，是想出國升學的。在 Form 3 的時候（當年只有 form 5），已經開始為升學做準備。由於當年有很多外國老師，所以，對出國升學的瞭解，是很充足的。很快就考了 TOEFL 和 SAT，然後父母周圍借錢，但不是為了升學的費用，而是作為簽證時的經濟審查。最後選擇了到美國留學。在留學的期間，充分體會到了中學英語打好基礎的重要性，當年在眾多留學生中，我的英語溝通能力算是很強的，也由此得到了很多在校工作的機會，進而碩士可以進入傳統名校。

在回流歸澳之後，一直從事教育工作，和昔日的中學同學也保持聯絡。當年英文部的同學大概每年都會聚集幾次，多數是吃飯，有時也會一起運動，一起回母校看看。同學們都已經是在社會上各有成就，回看當年各自走來的路，都各有曲折，但是母校為我們打下了堅實的基礎，憑著各自的能力和努力，大家都能够在自己的領域，闖出一片天地。

問：學長，母校的校訓對您有什麼影響 / 啟發？

喬學長：母校的校訓是‘己立立人’。每一間學校都有自己的校訓，多數都是格物、明德之類的。而母校的校訓比較特別，並沒有跟隨古籍言詞，而是簡單，但又涵蓋深意的詞語。當然，一個校訓和真正學校的實際教學未必可以一直相應。所以校訓除了可以作為學校教學的目標，也應該是同學們往後做人處世的規範，母校‘己立立人’的校訓是可以終身受用的。從做好自己的‘己立’，到服務他人的‘立人’，都是可以作為每一個聖中的人生方向的。

問：學長認為讀中學時最重要的是什麼？

喬學長：當年讀書的時候，雖然是經常出外玩耍，但是腦子裏還是經常告訴自己，中學生讀書要努力，要學好書本上的知識，要舉一反三，要掌握好語言、數理化、歷史地理等等。這是一個中學生的想法，是 80 年代的中學生的想法。當年社會沒有現在的富裕，父母供我們讀書不易。我們奮鬥的目標，是不要辜負上一輩對自己的辛勤養育之恩，憑自己的努力，念好書，考上好的大學，將來出人頭地，報答父母。我們很幸運，澳門這幾十年經濟飛快發展，我們這一代人學有所用，都達到了當年的目標。

在現今時代，社會結構已經不同了。市民多數上了小康，家庭負擔並不是一個中學生需要太擔心的事情。但是中學生涯還是每個人的人生起步重要階段，除了書本知識，中學生最重要的是要養成好的習慣。要有好的生活習慣，起居、衛生、守時等等，將來和室友、伴侶、子女相處的時候，這些都會影響到他們。要有好的興趣習慣，遊戲、運動、收集，甚至享樂、購物等，將來除了工作，興趣將會增加個人的生活質素。要有好的理財習慣，節儉是重要，但是往往會影響將來的投資太保守，所以要學會消費，應該用錢的地方還是要用。還有良好的溝通習慣、合作習慣、飲食習慣等等，這些都是可以從中學時期就要養成的。

問：學長有什麼寄語母校、同學及學弟妹嗎？

喬學長：作為三十多年前的畢業生，到了我們這個年紀，對人生已經開始有很深的體會了。已經走過了成長期，奮鬥期，事業期，家庭期，收成期，在每個時期裏，都知道哪些地方有不足，哪些地方有游刃，感慨當初，慶幸現在。母校為我在人生中打下了堅實的基礎，這個是很感恩的。在母校的生活，學習等的片段還時時回想，每次看到當年的照片，都有一絲溫暖。我希望當年的同學，各自都有好的生活，好的家庭。雖然大家都有不同的工作，但是在接下來的日子，時間將會是我們要最珍惜的，要製造多一點相聚的機會。少年時是互相玩耍，老年時還是可以互相扶持的。

學弟學妹在這個年齡是不會明白到我們現在的體會的。他們天真爛漫，充滿活力。當然，他們也會有自己的焦慮和自己的憂愁。但是希望學弟妹們學會從跌倒后爬起來，從失敗中成長起來。一生當中會有無數的高低起伏，也會有無數的挑戰機遇。任何的低谷都會隨時間而過去，任何的成就也會隨時間而淡化。要學會瞭解自己，要學會訂立實際目標，自己做得來的事情才去做，自己能力範圍以外的不要強求。不一定每個人都能考上名校，不一定每個人都可以生意興隆。要在可控的範圍內做好自己，這樣才能夠持續向前。

母校已經踏入了第 90 周年。在澳門眾多的學校裏，母校的歷史應該是最長的數間學校之一。90 年來為澳門培養了無數的精英和棟樑，為澳門的發展，做好了見證。祝願母校繼往開來，為莘莘學子提供愉快的學習，快樂的成長。博雅傳承，己立立人。



印象中，學校一直在搬校舍 ——1989 屆校友歐志華

問：請學長談談學生時代，或畢業後的工作，或近況等？

歐學長：校部不知道怎麼分了，我讀過一校、聖若瑟學校，但我是在青洲那一個校部畢業的。中學讀書時期對人生有什麼規劃就是畢業後要繼續升學。高中畢業後到台灣念醫學系，現在仍在醫院工作。

問：學長有與昔日的同學有班聚會嗎？你有探訪您們昔日的老師嗎？

歐學長：有與昔日的同學有班聚會，還有高中班主任周美燕老師。

問：學長是什麼時候入讀聖若瑟學校？聖若瑟學校給你最深刻的印象是什麼？

歐學長：我是從幼稚園讀到高中畢業。印象中，學校一直在搬校舍。從大堂，搬到南灣，再搬到望德，又搬到青洲。

問：學長母校的教育給你什麼意義？聖中給你什麼影響 / 感受？

歐學長：學會己立立人。

問：學長在學校的師長中，給你留下最深刻印象的老師嗎？

歐學長：羅玉成校長，陳既詒主任。

問：學長在高中時最深刻印象有那幾位老師？請描述一下那些老師。

歐學長：陳偉正老師，李妙容老師。

問：學長，昔日母校有哪些課外活動？那些課程令您留下深刻的印象？

歐學長：雲龍舞蹈社。

問：學長知道校訓的內容嗎？

歐學長：己立立人，實事求是。



在中學生涯中，學會自我約束最重要 ——1990 屆校友 Christina Ho

問：學長對在聖若瑟的學習生活是怎樣的？畢業後的升學及工作又如何？

I grew up in a family of four. My parents were high-school teachers. In fact, my dad taught at CDSJ. My brother attended and graduated from CDSJ (Chinese) as well. I was studying in English Section. I liked reading romantic and detective novels, so I had a strong sense of conviction for justice as well as the fantasy of falling in love. Obviously, it was not realistic but developmentally normal. Also, I wanted to go for my college study in the US because I really admired the teachers at my school. Many of them were from the US.

In CDSJ 5, I was studying in a class with 14 classmates only. We therefore got to know each other very well. Many of us had lunch together every day. I still remember some of the places near my mother school. I also liked playing Chinese chess, so I played it after lunch sometimes. For some reasons, the participants were only boys and I was the only girl who were interested in chess.

After my graduation from senior high school in 1990, I headed to the US for college after summer holiday. When I applied for the university, things went well and I didn't have many obstacles to get into my ideal college. It just took me some free time to take TOFEL and SAT courses and exams. In my opinion, my mother school prepared me well for my oversea college study. Compared to some of my classmates from Mainland China, I felt more relaxed with the English courses more than they did.

Having left my mother school for so long, I'm still chatting with my former teachers and classmates very often on WeChat. Every time I came back to Macau for a visit, we would meet for dim-sum gathering. Now, I also keep in touch with some of my American classmates.

問：學長對母校的印象如何？

I started my elementary education at CDSJ 5 while my brother also studied in CDSJ 5 from his secondary education. My dad taught in CDSJ 5, so I studied there for free. I had been studying here for 10 years before I graduated from high school. I had got so much valuable memory in those years. The teachers were great and I can still keep in touch with them now.

I love this school and the education I received here (English Section) was superior. I was prepared very well for my college in USA. I did not have much language barrier at all since all courses (except Chinese) offered in my high school were taught in English by native speakers. In addition, the workload was given and received appropriately. I did not have too much homework so that I could enjoy other activities. That was very important for a kid's mental development.

I still remembered my first year in CDSJ5, when I was studying in Tsing Chau Campus. The road was dirty and badly constructed. However, the current campus looks so beautiful from the pictures. Besides campus, I also liked all my teachers, who were appropriately strict. I was interested in studying just because of them. I felt like being encouraged, not being forced, to learn. We were like friends.

In my school life, I was deeply impressed my Father Law, Mr. Chen. He was really nice. Mr. & Mrs. Reavis, Ms. Zinner, Ms. Schiele, Mr. & Ms. Brand, Ms. Wong were the most impressive teachers to me in my high school. I loved their lessons so much, so Mathematics and History and Chemistry were my most favourite subjects. Besides formal curriculum, I also enjoyed so much in extra-curricular activity organized by CDSJ5. I remember getting lost during hiking in Hac Sa beach. That was really a memorable experience of mine.

I am a students who was always in pursuit of challenges. I ever participated in piano contests. One year, I played the piano while my brother played the violin. We worked together and won a prize. I ever got a prize in writing competition as well. I was deeply impressed with some of the subjects that I had in secondary school. In religious lessons, I learned that religious belief was important to one's growth. Therefore, I earned my personal religious belief in high school.

My impression for P.E. lessons in CDSJ 5

I was a very sedentary person and a bit of a nerd, so I really did not participate much in any sport activities. The only activity I ever joined was ping pong.

My impression for R.E. lessons in CDSJ 5

I learned Catholic religion in CDSJ 5, but I became a christian (protestant) later in high school.

My impression for Music lessons in CDSJ 5

I wasn't too excited about the music class. However, I enjoyed the private piano lessons given by one of the teachers there.

My impression for the hardware equipment/campus construction in CDSJ 5

I remembered the building and the stairs where we had our P.E. lessons. I also remembered that we had astronomy equipment set up by my dad.

My path/preparation to college life

I wanted to study in the US because my teachers were from there. My foreign teachers gave me some useful advice, and I did all the preparation work mostly myself.

問：學長知道校訓的內容嗎？您對校訓有什麼理解？

Regarding to our school motto, I remembered it but I didn't really take it to heart at that time. However, I understand the value it gives to us now.

問：學長認為讀中學時最重要的是什麼？

I was a relatively obedient student in school. In my opinion, self-discipline is crucial to learning in high school. However, it was also important to play and enjoy extracurricular activities, which could help develop a student's emotional intelligence. I wish I had been more engaged in every opportunity when I could have fun with my classmates in school. Anyhow, it was part of golden memories to a teenager.

問：學長有什麼話寄語母校、同學及學弟妹。

I have some words for my mother school and junior schoolmates. For the former, I suggest that the curriculum should include more practical teaching; for the latter, I think that character building should be considered a priority. They should build themselves a good character during the six years of high school.

In times 90th Anniversary of my mother school, I want to express my utmost gratitude to you and thank you for providing me with a great education. I am also thankful to all my classmates. They gave me a good memory during my golden years.

Now, my daughter is 8 years old. I hope she can be a girl with a kind heart, fierce mind, and brave spirit. I hope the same for all the students at CDSJ 5. I hope all you them understand that the most important thing are a good character and emotional intelligence development, rather than knowledge input.

After reading the interview of alumni Ms. Christina Ho, I was impressed so much by the friendship she made between her classmates and teachers. Their friendships were so eternal that it could keep going for 30 years. For me, I am not an active and sociable person. Once I stopped connecting with someone, I couldn't keep the friendship for long. So I admire her for how profound their friendship was.

As I remember the first day being at CDSJ6, I was amazed by the facilities and the clean environment. Unlike the time in the past, the school facilities were badly constructed and the road was dirty. The new CDSJ6 campus is well equipped and brand new. But there is a thing that remains the same in every CDSJ student's heart and will never change-that is the school motto. It keeps in our mind no matter how long it goes. In the interview, there is a sentence which lights me up. "It was also important to play and enjoy extracurricular activities, which could help develop a student's emotional intelligence." During the school days, I usually put my efforts on studies and homeworks. It limited the time for me to participate in extra activities. But from now on, I need to spare more time on activities because I think it is also a good way for me to make more friends and develop emotional intelligence of myself.

Although studying in CDSJ6 for 3 years is not a long time. However, I can also feel the love from teachers and classmates, the way they teach us and help us. In class, teachers were trying various ways to make us focus on the lessons by saying interesting topics. They will also give a helping hands whenever we've got problems. I hope that I could keep a long friendship with my classmates like Christina Ho did after ten years.

Time goes fast, there are only two years left in my secondary school and I will go to university. I don't want to waste any of my time doing unnecessary things which may influence my studies. Two years are not long or short but it must be important and memorable in my school life. I would like to follow Christina Ho. She could enter her favorite university by working hard and practicing daily English constantly. I feel confident that if I put more effort on my study, I will also receive the admission letter from my favorite university. That's my goal, what I wish to achieve!

讀後感：F4A Agnes Kou 高芷穎



培養獨立分析的能力 ——1990 屆校友 Gregory Sun

問：學長在那一個校部畢業？中學畢業後繼續升學嗎？

Gregory 學長：在中學讀書時期是在五校，在校本部英文部畢業，畢業後在澳門大學繼續升學，之後分別獲得澳門大學科技學院的軟件工程學士及碩士學位。

問：學長介紹一下您的近況或工作成就，以供學弟妹有奮鬥的參考。

Gregory 學長：現職於郵電局，擔任郵務廳廳長，負責管理本澳特區政府的郵政運作服務。

問：學長有與昔日的同學有班聚會嗎？你有探訪您們昔日的老師嗎？

Gregory 學長：我們同學時常也有探訪昔日的老師，主要是參加飲茶活動。

問：學長是什麼時候入讀聖若瑟學校時候？

Gregory 學長：我 1979 年入讀聖若瑟學校，在聖若瑟讀了 11 年。

問：學長那時的校舍是怎樣的，位置在哪裏？

Gregory 學長：校舍青洲，校舍很不錯。

問：學長描述您在學生時代，老師給您的印象。

Gregory 學長：活動教學，給予同學不少啟發。

問：學長在中學時，最深刻印象有那幾位老師？

Gregory 學長：Mr. Reavis and Mrs. Reavis。

問：學長對那一課堂有深刻的記憶 / 或那些課程有深刻的記憶？

Gregory 學長：歷史堂。

問：學長昔日母校有哪些課外活動或比賽？那些課程令您留下深刻的印象？

Gregory 學長：校運會，田徑，代表學校參加學界田徑比賽，並獲選為澳門田徑代表隊成員。

問：學長知道校訓的內容嗎？你對校訓有什麼理解？

Gregory 學長：己立立人。

問：學長從您現時的職業角度，談你對母校有什麼建議或者寄語？

Gregory 學長：提升數學及物理科目的程度，以應付公開考試。

問：學長母校 90 周年你有什麼說話要送給母校嗎？對母校有什麼寄語？

Gregory 學長：期望 180 週年的來臨。

問：學長您有什麼話，想與昔日的同學說的嗎？

Gregory 學長：惜緣。

問：學長給學弟妹們一些好的忠告和勉勵。

Gregory 學長：努力讀書。

問：學長，您認為在校的學弟好應注意那些能力的培養？

Gregory 學長：獨立分析能力的培養。



對於聖中，除了感恩之外，還是感恩 ——1991 屆校友李偉權

問：學長在聖若瑟學習生活最深刻的印象為何？

李學長：我在 1980 年入讀聖若瑟第五校，讀過三校、六校，最後在青洲校本部高中畢業，總共在聖若瑟就讀了 11 年。曾經加入班社聯會，也曾參加班際歌唱比賽，班際足球比賽等活動，另外還參加過排球賽、環青洲山跑比賽、單項跳高比賽、校運會等賽事。

雖然每所校舍都各具特色，但我特別喜愛南灣二、三校體育館的校舍。那時中午總愛拿著工人球場的焗骨飯，站在天台一邊看著街上的人一邊食，每逢測驗時也總會走上天台靜靜地去溫書！換校部就讀後，我也常去六校位於陳瑞祺大樓二樓的圖書館，當年經常中午去看運動雜誌《奪標》，以及看歷屆的畢業同學錄。

當年我以我是聖若瑟的學生而自豪，因為我們當年的校舍十分大，什麼運動場地也應有盡有，籃球、足球、排球、乒乓球、羽毛球場等一應俱全！體育老師，師資優良，各項運動專才應有盡有。

我自己曾經是校運會男子 D 組，C 組及 A 組的全場總冠軍，亦拿過環青洲山跑，C 組及 A 組的男子冠軍，亦拿過男子 A 組單項跳高比賽的冠軍。因受到老師的鼓勵，我一直都期望能代表學校參戰各項學界賽事。尤其記得楊成朔老師曾經對我說：「你是可以的，要繼續努力！為聖若瑟爭光！」這幾句話真的讓我永世難忘！

問：學長對哪些師長的印象最為深刻？

李學長：聖若瑟給我最深刻的印象是我們的校訓：「實事求是，己立立人」，以及曾經教過我的每一位校長，主任及老師！

就讀五校小六時，蔡子瑜老師帶我們小童軍到青洲校本部後山露營。初中我最深刻的老師一定是我的班主任黃素君老師、朱潔貞老師、李忠達老師、陳一荷老師、黃濤及阮其滔主任。高中最深刻的老師有林雨生、楊成朔老師、繆進隆老師、黃光表老師與岑玉潔老師等等。還記得當時學校有個雲龍舞蹈團十分出名，亦有看過她們的表演，因此對陳偉正主任印象深刻，感覺是良師出高徒！也感謝當年音樂老師李忠達的教導，包容本人的五音不全。

另外，還有羅玉成校長。他的形象給我留下很深刻的印象，因為他每次走路及站立的姿勢都比每一個人挺拔。每次做彌撒或是每次週會，無論時間有多長，他總是站得直直的，十分精神及威風。

我的學習生活是一個充滿色彩、開心及難忘的經歷。當中充滿著校長、老師以及同窗之間的愛！聖中的校園生活滿佈人情味。

問：請學長描述您工作的現況，以供學弟妹們有奮鬥的參考：

李學長：本人從小學四年級，大約 10 歲開始接觸田徑；真正有規律的恆常練習大約從 12 歲開始；在小六時開始立志當一名體育老師；現在則任職於聖若瑟教區中學二及三校的體育老師及初中的班主任，曾擔任聖中班社聯會的指導老師。從事教育工作已經踏入第 27 年，專長是田徑項目。我喜愛田徑的原因是從學生時期有機會參加校運會開始，當年邀請我入聖中田徑隊的就是梁德安老師。我的人生沒有什麼太大的成就，因年輕時酷愛田徑運動，曾於 1989 年至 2005 年間多次代表澳門參加世界各地的田徑比賽；由 1999 年至 2016 擔任澳門田徑隊其中一位教練；也是現時澳門男子 200 米、400 米及 800 米的紀錄保持者。本人現年 48 歲，數數手指差不多有 38 年，直到今朝早我仍然有保持跑步的習慣。自己十分喜歡為自己定下目標後，繼而向目標邁進，最終能夠達成目標的過程，及當中感受到的成功感。我想就是這些推動了本人一直喜歡田徑這樣東西的主要原因。

田徑帶给了我什麼？田徑其實造就了我整個的人生。包括我現在的職業、朋友、生活圈子甚至乎家庭，我想都是因田徑而來。會參與田徑運動，則是因為就讀聖若瑟時受到老師鼓勵所致，可以說沒有聖若瑟的教育就沒有今天的我！因此對於聖中，除了感恩之外，還是感恩！

問：請學長講述在您的運動生涯中最難忘的事情，以及可跟學弟妹們分享？

李學長：其實在多年田徑的生涯中出現過無數的所謂挫折及傷患，當中最難忘的有：

1. 我在 16、17 歲就讀高一高二這兩年間，雖然每天都拼命地進行艱苦的練習，但 400 米的成績竟然連 0.01 秒都沒有進步過。每一次期望自己會跑進 50 秒內，但每一次都失望而回。

結果：在好想放棄但沒有放棄練跑的情況下，踏入 19 歲，我的成績開始慢慢有所提升，直至到本人 28 歲止，本人一共打破了當時自己的 200 米、400 米、800 米與 400 米欄的紀錄共 46 次。

2. 在最後一年高中生涯的學界比賽前夕受傷，因而失去了中學生涯最後一次代表聖中參加學界比賽的機會，繼而亦失去了代表澳門參加省港澳榕埠際比賽的資格。

結果：因為教育局的特殊政策，容許本人在省港澳榕埠際比賽前的兩星期作一次自己個人的測試賽，如果當其時我的成績快過當時學界冠軍的話，我就可以重奪代表澳門的資格。最終這次測試賽我的成績比當年的冠軍要快，所以我便順理成章代表了澳門出席在香港舉行的省港澳榕埠際比賽，並且在這次比賽中為澳門拿下了 400 米的金牌。

從無數次的挫折及傷患的經歷中，事實及經歷告訴了我：凡事都不應太早放棄，只要肯繼續走下去，往往都會有所謂奇蹟或出乎意料的事情發生。

問：學長畢業後有與昔日的同學有班聚會嗎？對母校有什麼回憶？

李學長：我定期都會與小學及中學的同學及老師聚會。每次聚會大家都不斷回憶過去，笑聲不斷！每次談論的總是當年如何搗蛋，如何被老師處罰的故事。大家對當年學校及老師所做的一切都心存感恩之心，衷心希望老同學們有時間就多聚聚。

問：學長母校的校訓對學長的人生有價值嗎？

李學長：當然有價值，它不斷提醒我培養具備包容、尊重及接納別人的特質，自己成為一位能替社會及別人帶來益處的人，在社會上繼續發揚「實事求是，己立立人」的精神。

問：學長對學弟妹有什麼叮嚀？

李學長：好好珍惜中學時光，把握及運用現有的一切。培養良好的生活習慣，以禮貌，誠信的態度及責任感待人處事，比只求取知識與成績更為重要。記得要秉持「實事求是，己立立人」的校訓立身處世。

問：學長現時的職業角度，對母校有什麼寄語？

李學長：繼續因材施教，為澳門不同需要的家庭去服務。也祝明天的母校比今天的母校更好，為社會培養出更多的人才。

從學長的分享中，我深刻地感受到學長對於田徑的執著，堅持不懈長達三十八年的鍛鍊，這是對於田徑真正充滿熱愛才能做到的事情。

這也讓我想到了，對於人生而言，愛好常常發揮著重要的作用，在日常生活中，愛好讓我們結交朋友，忘記煩惱；在特殊情況下，愛好為我們指明方向，解決問題。相信倘若我們利用中學生涯的閒暇時間，找到一個能持之以恆的愛好，對自己必然是終生受益的事情。

學長的經驗之談也讓我對堅持這個詞有了新的理解，很多時候我們輕易因為遇到挫折，瓶頸而選擇了放棄，但其實說不定挫折之後就是機遇，而瓶頸之後就是進步，過早地放棄就錯失了風雨過後絢麗的彩虹。

我也會謹記學長叮嚀的珍惜時光、把握時機、待人以誠、秉持校訓，將其記在心中，督促自己日後的學習和生活。

讀後感：高三文乙 蕭沛怡

我覺得要好好計畫自己的人生，做自己想做的事，多一點去嘗試不同的東西，為自己設定一個明確的目標。當目標設定後就不要輕易放棄，並且要用計劃和行動將它實踐出來。另外。要好好珍惜有老師伴陪的時光以及感謝老師對我們的悉心的教導和付出。多一點去參加學校為我們所舉辦各式各樣的活動，同時也要好好珍惜與同學相處的美好時光。為自己的中學生涯留下一點點不一樣的回憶。中學的生涯不應要只有讀書，不要因為只顧讀書而失去其它精彩的校園生活。

讀後感：初二乙 吳錦鵬

我的讀後感是覺得聖若瑟學校是一個大家庭，能夠讓你找到自己的興趣和一些美好的回憶，當中的老師也十分包容學生，我現在回想起來也覺得十分有趣。我曾經讀過六校，現在又在三校就讀這是一種難得的經歷及回憶。李 SIR 對我來說是一個好的例子，他喜歡跑步，跑步為他帶來一大班朋友，擴大了生活圈子，為他帶來了職業，甚至乎家庭。其實想一想，我與李 SIR 也有點相似，我都很喜愛運動，特別是滑板車，我每逢放假都會去練習，明白到成功必需要付出的道理，同一個動作，同一個花式可能要練習 100 次以上才會獲得成功。有時亦會碰到傷患。練到手痛腳痛。不過我從不介意，因為我跟李 SIR 一樣都是一個喜愛運動而不會放棄的人。

讀後感：初二乙 李梓麟

我們要向最好的人學習做最好的自己。實事求是，己立立人看在我們眼中不是一種精神這麼簡單，而是由李偉權老師每天親身做出來的一種表現。向最好的人學習做最好的自己。學習他的不放棄，學習他的努力，學習他的堅持，學習他向目標前進的精神。我們也要學習他對母校的熱愛以及對老師的感謝。從李偉權老師身上我們每天都看到接納，包容及尊重，而從他的經歷中亦體會到目標建立的重要性，尤其是現在的我們，不應每天都待在家中對著電腦及手機。我們可以仿效老師一樣找一樣自己最喜歡的運動，不一定是跑步，也可以是乒乓球，手球，排球或羽毛球等等。從而令到自己的人生都變得更加充實。

讀後感：初二乙 張耀文

我覺得聖若瑟可以令我們學到很多東西，聖若瑟除了教導我們一些知識之外，他還教導我們很多關於品格或品德的事情，做人也要正如校訓所說要實事求是，己立立人。看完這篇文章後令我感受到要達成目標單是說沒用的，實踐才是體現真理的途徑。另外亦感受到珍惜這兩個字的重要，現在對我來說小學階段已經過去了，所以現在更加要好好享受中學的時光，不要等到過去了才去後悔，因為有一些事情過去了就過去了，永遠再也不可以重來。

我也和李偉權老師一樣十分感謝聖若瑟的老師，謝謝你們一直以來對我的教導，關懷及包容。最後，今年是聖若瑟 90 週年校慶，在這裡我也祝聖若瑟生日快樂。

讀後感：初二乙 廖善盈

我的讀後感是每個人都會有印象深刻的事，大至拿冠軍小至在天台吃焗骨飯，你永遠不會知道自己長大了會記得什麼。並不是有很多東西都可以記很久，所以我們要珍惜自己的時間，從而去制造更多美好的回憶。還有可能你一句小小的鼓勵，真的可以影響別人的一生。當然詆毀亦是。感恩感謝一切照顧過你的人，幫過你的人，並找機會報答他們，或者有機會探一下他們，希望每一個人都能存有感恩之心。

有時當你拿出你的回憶來說時其實就已經代表這些事已經成為了過去，不論是好是壞，假若是好的，分享了出來，利人也利己，假若是壞的，只要你願意分享出來其實自己已經釋懷了或者是已經不在乎。所以希望大家以後都能夠多分享自己過往的回憶。

讀後感：初二乙 羅國盈

看完李偉權校友的專訪後，我覺得時間過得很快，從李 SIR 開始跑步到現在不知不覺已經過了 38 年，所以我覺得我們每天都要過得充實，有什麼想做的事情就應趕快地去做，不然過了最佳時機的時候想做也做不了。

從李 SIR 的運動生涯中可以肯定的是只要肯努力肯付出就一定會有所回報，相反沒有努力過就休想成功會自動走來。但從現實生活中去看，其實努力未必會有回報但不努力就一定不會有回報。

讀後感：初二乙 顧思晴

有好的老師自然就會有好的學生。沒有任何一位拿過冠軍的人，他們一出世就註定是第一名的，他們均需要依靠努力練習以及得到一些人的教導，鼓勵及支持才可以獲得成功。

其實聖若瑟帶給了我們很多的東西。例如：童年，快樂，成長，青春。我們把自己最好的時間都給了聖若瑟，聖若瑟也把最好的老師及最有用的知識帶給了我們。聖中陪著我長大，同時我也親眼見證了很多同學越來越優秀。假若有一天當我要離開聖若瑟時，我想我永遠不會忘記您所帶給我的一切。

可以找到自己真正喜歡的東西其實很難，能夠堅持 38 年都仍繼續下去的就難上加難。我們也應該效法李偉權老師，先找到自己的目標繼而努力向自己的目標進發。雖然過程中會十分艱辛或遇上很多困難，但如果沒有困難，沒有阻滯的話，就算最後達到了目標成功感恐怕都不會太多了吧！

讀後感：初二乙 林芷晴

我覺得我們要好好感恩自己能夠就讀於聖若瑟這所學校，能夠遇上一班很好的老師和同學。能夠和他們一起成長其實是一件很難得的事情，所以我們要好好珍惜現在的時光。像文中所說真的要好好珍惜中學的日子，把握及運用現有的一切。因為時間實在過得很快。就像李 SIR 一樣從 10 歲開始練跑，不知不覺就已經跑到了 48 歲，數數手指差不多有 38 年了。從李 SIR 的故事中我覺得堅持是很重要的，雖然在過程中少不免會碰上困難及阻滯。但只要勇敢面對，總會在困難中學到一些平時學不到的東西。另外只要堅持不放棄的話，你便會慢慢發現你定下的目標會一步一步的接近你。

讀後感：初二乙 許嘉晴

我相信每個入讀聖若瑟的同學都有自己的原因和意義。中學時光是珍貴的，所以一定要在自己喜歡的地方渡過。令自己的求學過程變得更加有意義。為自己創造更多美好的回憶。終有一天再次與多年舊友分享時就會笑聲不斷。就像李 SIR 現在跟我們分享您的故事一樣。

李 SIR 從小便喜愛運動，幾十年後就成為了一位體育老師，其實人總要找到自己的興趣，繼而努力去將自己想做的事用行動實踐出來。聖若瑟這所學校正正是培養學生興趣的最佳地方，因為我們的學校課業沒有這麼的繁重，使我們有更多的時間去發展自己的專長，最後希望聖若瑟往後的日子會一天比一天好，培養出更多優秀的人材。

讀後感：初二乙 秦葆玥



不同國籍（經歷）的老師，開闊學生眼界 ——1991 屆校友徐婉瑩

問：學長曾讀過那一個校部？在那一個校部畢業？中學畢業後繼續升學嗎？

徐學長：1976 年入望德一校，校本部畢業。從幼稚園至中學畢業，聖中很自然地就是自己的家。畢業後升讀澳門大學中葡翻譯科。

問：學長在聖若瑟的學習生活有什麼描述？

徐學長：學校的學習生活很閒適，學術自由。還記得一校的遊樂設施，石造的大象滑梯、球狀氹氹轉……這些都是童年美好的回憶。青洲校本部有一個很大的後山，親近大自然，感覺舒服。

問：學長描述您在學生時代，老師給您的印象 / 難忘的教晦 / 教學的內容。

徐學長：小學開始已覺得高天予神父很慈祥，陳偉正主任、陸婉芬主任……工作認真而且親民，他們影響學生們良多。已故中文老師何廣才老師教過：「生命誠可貴，愛情價更高，若為自由故，兩者皆可拋。」MR. & MRS.REAVIS，以及一眾英文部老師，不少從美國到來，深深感受到他們對教育的熱誠，亦讓我們接觸到不同文化背景的老師，體會到不同國籍、身份人士的思想和經歷，開闊眼界。

問：學長昔日母校有哪些課外活動或比賽？那些課程令您留下深刻的印象？

徐學長：參加比賽都沒得獎，但在備戰過程中可以體現大家的組織能力，友誼。在班社聯會選舉中我曾幫同學助選，之後擔任會長助理。班社聯會舉辦萬聖節舞會、歌唱比賽等活動。

問：學長有與昔日的同學有班聚會嗎？你有探訪您們昔日的老師嗎？

徐學長：在人生漫漫的旅途上和一班舊同學互相支持鼓勵，大家除了見面外，也在網絡上都有組織群組。連幼稚園老師及同學都有聯繫，感情不錯。

問：今年母校 90 周年，學長有什麼說話要送給母校嗎？

徐學長：希望母校精益求精，與時並進，不忘初心，己立立人。教導學生能格物致知修身，我認為中學生基本上做到這些很不錯。

問：請學長給學弟妹們一些好的忠告和勉勵。

徐學長：可以盡量嘗試不同的範疇，學校有足夠的耐性讓我們在犯錯中學習，沒有人可以一出手便成功，學校有足夠的愛心來包容和指導我們。大家要好好享受學生生涯。

從轉學來到聖六大家庭，已經快要三年了，這些年裏，見證了學校的進化；學校獨特的風格設計令我印象深刻，又因學校後方為青洲山，所以能夠親近大自然，感覺舒服。由於是轉學的原故，在剛接觸新環境時會感到十分混亂，但在學校的同學、老師悉心的照顧下，我也很快融入這個快樂的大家庭裡。我也深深感受到徐婉瑩校友的感受，感受到老師的親切，聖中一家的溫暖。

隨着時間，在校期間參與的項目逐漸增加，有幸於高三的時候擔任傳播人副會長一職，因此進行了有關記錄校園的工作，也增加了對學校歷史的認知。而且很幸運地，能在學校 90 週年的同年就讀畢業班，希望無論是現在，亦或是將來，學校都能夠保持不忘初心，己立立人。並把傳承之火接傳下去。

讀後感：高三理甲 何焯柔

在我看完學姐的畢業心得後，心中感觸良多。學姐在文中提及她印象深刻的幾位老師，令我回想起初中以來教育過我的每一位老師，有嚴厲的也有和藹可親的，但他們無一不是我們學生的良師益友，不僅把知識傳授給我們，還教會了我們許多的人生道理。在困惑、迷茫時，老師的提醒與指點就像一盞盞明亮的燈，令我豁然開朗；在遇到困難與失意時老師的關心與鼓勵，令我不輕言放棄；在犯錯時，老師的批評使我及時反思及改正錯誤。正是因為老師們無私的奉獻，才讓我們不斷進步與成長。

讀後感：初三甲 黃迎

今天，我有幸讀到徐婉瑩學姐的採訪文章。在學生時期，學姐說令她印象最深刻的就是校內的遊樂設施和後山，那裡可以讓學生們在休息的時候多親近一下大自然。很可惜，現在我們學校附近只有馬路了。而從學姐的描述中我才知道原來多年前我們學校已經有聘請外籍老師了。學姐也說到，她認為在學生時期最重要的是做到格物致知的修身品德和學習待人處事的態度，多嘗試不同範疇的活動，發展自身的興趣。我非常認同她的說法，所以我也會努力成為學姐口中的那種有品格的人。

讀後感：高一乙 洪琪



校園生活歷歷在目，珍惜青春年華 ——1994 屆校友林秀玲

問：學長對在聖若瑟的學習生活有甚麼印象？

林學長：我在六校就讀了六年時間，記憶中課室是我每天活動最多的地方，其次是門口側的小型動物園，還有畢業前新建的鑽禧台以及上體育課的操場。當時校外活動比較少，主要是參加校內舉辦的校運會和學校開放日，當時展示了我們製作的各科學習成果，還有班際音樂比賽，練歌的過程如今還歷歷在目。學校給予學生在學習和日常生活有較大的自由度，讓我在就讀期間能夠享受讀書的快樂，也能參與校內不同類型的活動。印象最深刻的一次是有一年開學我們被分配到加建天台的那一層，上落樓經常覺得不便，但不久因颱風把天台的頂部吹毀了，我們班又回到地面層上課，為此我們當時高興了大半天。

問：學長有哪些老師最令您印象深刻？請描述一下，他們在什麼方面給您留下深刻的印象？

林學長：當時我們正處於青春期，較喜歡作弄老師，李婉芬老師是當時新任教的生物科老師，有同學在學校後山拾到一隻蝙蝠的屍體放在粉筆盒。當時把老師嚇到了，也因這件小趣事令我們和李婉芬老師建立亦師亦友的關係，她是一位教學嚴謹的老師，使我們的生物知識有很大的進步。

中文科的梁友平老師非常有耐性的向我們講解文章以及用有趣的方法吸引我們去閱讀，離開母校在社會中工作，我發覺老師所教的內容或提及的知識點都非常實用，也影響我在教育工作中的理念。

至今還會不定期與部分老師茶聚，期間也有回憶以往在校的點滴和趣事。

問：學長能否講述一下現在工作的近況，以供學弟妹有奮鬥的參考？

林學長：我在離開母校後有繼續升學，大學畢業後投身教育工作，後轉入花藝設計並專注培訓工作，現主要為花藝導師及技能競賽項目專家。

問：您知道校訓的內容嗎？您對校訓有什麼理解？

林學長：校訓是「己立立人」，我的理解是自己先樹立好榜樣，同時讓人也做好榜樣，要提前做好自己才可以指點別人。我覺得校訓是引導我們的一個信念，也是我們處事時的一種方式，對我在社會中為人處世很有幫助。

問：學長認為讀中學時最重要的是什麼？

林學長：我認為讀中學時就是要享受讀書階段的學習過程，除課本知識外，可以發掘一下自己感興趣的方向。

問：學長給學弟妹們一些好的忠告和勉勵。

林學長：我認為未來是屬於敢承擔及肯努力的人，希望學弟妹能珍惜青春年華，好好享受校園生活。

校園生活的時間不多，留下的記憶卻很多。看到林秀玲校友的文章後，讓我不禁想起了類似的校園點滴。我從幼稚園便在這所學校就讀，校舍不斷興建翻新，從E座大樓搬到B座大樓，最難忘的是小學時那個操場上有些石階座，早回學校的女生們經常聚在一起聊天，就這樣建立了到中學也持續的友誼。如校友所說的一樣，到現在每年學校開放日，學生們都會熱烈捧場，而校運會今時今日還是那麼熱血、青春。初三時的班主任陳郭詩老師對我們十分關心，對我們的前途選擇給予了不少實用建議和鼓勵，三日兩夜的慈青營有不少美好的回憶，我還記得我哭了兩次，其中印象最深刻的是當時高空挑戰，有同學覺得自己耽誤了很多時間，令排在後面的我沒有機會嘗試，後面分享過程中她自責地哭了，而我們一班人百感交集，一下子大家都忍不住流下眼淚，為擁有這些會互相著想的同學而感動。我十分認同校友所說「讀中學最重要的是享受讀書階段」，一生中只有一次讀書的機會，享受其中，無悔無憾，增進各方面知識，願這位校友和未來的校友們都生活幸福。

讀後感：F4A 余芷瑩



感恩相遇相識 ——1994 屆校友 IAO LENG

問：學長曾讀過那一個校部？

IAO LENG 學長：我曾讀過二校、五校、六校。

問：學長在那一個校部畢業？中學畢業後繼續升學嗎？升學的途徑困難嗎？

IAO LENG 學長：我在校本部畢業，畢業後在澳門參加台灣聯考，後往台灣升學。

問：學長有與昔日的同學有班聚會嗎？

IAO LENG 學長：有與昔日的同班同學有聚會，也偶有聯絡昔日的老師茶聚。

問：學長是什麼時候入讀聖若瑟學校？有親人也是讀聖若瑟學校嗎？為什麼會入讀聖若瑟學校？

IAO LENG 學長：讀小三時，在母親安排下入讀五校。

問：學長在聖若瑟讀了多少年？聖若瑟學校給你最深刻的印象是什麼？

IAO LENG 學長：在聖若瑟讀至高中畢業共 10 年，印象最深刻是校訓「己立立人」和校歌。

問：學長母校的教育給你什麼意義？

IAO LENG 學長：校訓己立立人的精神。

問：學長對所讀母校的校舍有什麼印象嗎？

IAO LENG 學長：昔日，記得青洲校本部鑽禧台是鐵皮頂蓋，逢大雨天開週會是完全聽不到校長、主任、老師講甚麼的。

問：學長讀中學時，那時的校舍是怎樣的，位置在哪裏？

IAO LENG 學長：小學在台山五校，印象最深刻是有一個大雀籠；初中一二在二校（現在中華廣場）；初中三至高三在青洲校本部，除了鑽禧台，還有花園、水池和馬騮籠，都是下課後遛達的地方。

問：學長描述您在學生時代，老師給您的印象。

IAO LENG 學長：每位老師都有獨到之處，每一位都令人難忘。

問：學長在學校的師長中，有什麼方面給你留下深刻的印象？

IAO LENG 學長：總是帶著慈祥的笑容的羅玉成校長。

問：學長在中學時，最深刻印象有那幾位老師？請描述一下那些老師。

IAO LENG 學長：初中一的班主任陳一荷老師，既慈祥又耐心教導我班；高中任教生物的李婉芬老師，令我對生物科充滿興趣，直至大學選科也選生物相關科系；高中任教語文的梁友平老師，讓我語文水平到大學都不落人後，依然獲得較好的成績。

問：學長昔日母校有哪些課外活動？那些課程令您留下深刻的印象？

IAO LENG 學長：當年課外活動較少，期盼多年，終於高中三參加了小提琴班，但僅學一年就畢業，要升讀大學了。

問：學長在聖若瑟就讀時有什麼比賽項目？曾獲得什麼獎項嗎？

IAO LENG 學長：高中的班際壁報比賽，本班曾獲冠軍。

問：學長是怎樣去升大學的？為什麼會選讀這些學系？母校對升讀大學有什麼安排？有什麼指導？

IAO LENG 學長：參加台灣聯考，當時有升學輔導講座。

問：學長知道校訓的內容嗎？你對校訓有什麼理解？母校的校訓對學長有什麼啟發？

IAO LENG 學長：己立立人、實事求是。己欲立而立人，己欲達而達人，凡事先要求自己，做好自己，才去要求別人；做事實事求是。

問：校訓對學長的人生有價值嗎？

IAO LENG 學長：懂得律己，做事實事求是。

問：學長在讀中學時對學習有什麼規劃？

IAO LENG 學長：當年在家人的期望之中選自己喜歡的方向，一旦認清方向便應勇往直前，除善用中學時期打好基礎，也要享受中學多彩的學習和同學相處的生活，中學的單純美好回憶和同學的情誼是非常珍貴的。

問：學長從您現時的職業角度，談你對母校有什麼建議或者寄語？

IAO LENG 學長：增加生涯規劃、理財教育和人際關係課程。

問：學長母校 90 周年您有什麼說話要送給母校嗎？

IAO LENG 學長：我為自己是聖中兒女感到驕傲，感恩能夠在聖中大家庭成長。

問：學長有什麼話，想與昔日的同學說的嗎？

IAO LENG 學長：感恩相遇相識。

問：學長給學弟妹們一些好的忠告和勉勵。

IAO LENG 學長：現在功課不難，將來做人更難。

問：學長對於現在的聖若瑟學生有什麼建議？

IAO LENG 學長：專心學業，享受中學生活，裝備好自己。

問：學長，您認為在校的學弟好應注意那些能力的培養？

IAO LENG 學長：培養獨立思考能力，學會對各種資訊過濾、分析，明辨是非；培養抗壓能力和懂得感恩惜福。



專注學習，積累能力，才能達己成人 ——1995 屆校友黃惠婷

問：學長母校的教育給你什麼意義？

黃學長：每個人都有自己的天賦，能發揮各自所長自然可以找到自己的價值，發光發亮。這是母校師長們給予我的信念，也是這樣的信念為我們提供了一個溫暖的成長環境。

問：學長對所讀母校的校舍什麼印象嗎？

黃學長：高中三年在青洲校本部渡過。那時候，常自豪地告訴朋友我們學校環境有多好。校園很大，生物園、陳瑞祺大樓、石場、立德樓、風雨走廊、足球場、運動場細館、鑽禧台，每一個角落都是回憶。記憶中，高一那年，足球場仍然是沙地，站在施令台一眼望去就是青洲山。高二時，足球場鋪了運動場專用的地膠，鑽禧台和細館落成了，下雨天的運動課也不愁沒有上課的地方。逢星期一早上的週會全校都可以坐在鑽禧台進行，不用再站著一整節課聽週訓大概是當時同學們最開心的事了。

問：學長在學校的師長中，給你留下最深刻印象？

黃學長：老師們都很親切，很關心我們。我印象最深刻的是岑玉潔老師。她是我們高三的班主任，也是我們的語文老師。中學畢業後，同屆兩班文商組的同學都有發起過幾次聚會，邀請我們的班主任出席。畢業 20 週年的時候更發起過一次校服派對，同學們又再穿上校服一同懷緬當年的青蔥歲月。

問：學長對那一課堂有深刻的記憶或那些課程有深刻的記憶？

黃學長：平常學文言文體的文章時，一般都是由老師解說。但記得學《學記》這一課時，岑玉潔老師讓我們以現代常用的詞語組合作聯想，嘗試去解譯課文。那是我第一次感到原來我們也可以沒有障礙地閱讀和理解古文。而內容上，《學記》是最早專門探討教育問題的文章，意義深遠；老師要求我們背默全篇。面對全文一千多字的古文，透過自主解譯去理解通篇文章，發現背誦起來並不需要花很大的力氣。上完那課後，深深體會使用合適教學方法的重要性，也成為我日後學習教學路上的一盞指路明燈。

問：學長還記得母校有哪些課程及課外活動？

黃學長：我是文商組的。課程除中英數史地，電腦、體育外，還有商業信札、商業原理、打字和會計這幾科，高三那年，學校鼓勵我們報考 LCCI 會計證書，好讓我們找工作時能在履歷上加點有看頭的東西。

另外，當然少不了結合了宗教的倫理課。當年這科是由張志堅神父任教的，他的課堂總是以日常生活的課題作為切入點，引領我們思考，讓我們學懂明辨是非，如何與人溝通，表達內心感受。

課外活動印象中有管樂隊、義工組、救傷隊、班社聯會。另外，也有各類比賽，有班際的，也有個人的。例如：歌唱比賽、壁報比賽、文史地常識問答比賽、英語朗誦比賽、數學比賽、書法比賽、足球比賽、籃球比賽等。

問：學長中學學生時代如何何選擇畢業後去向，及現在的近況等，供在校學弟妹有奮發上進的參考。

黃學長：我們的老師有不少都是在台灣留學回來的，課程編排上，也加入不少針對升台入學試的內容，這對有意到台灣升學的我來說，考入學試有一定程度的幫助。

當年，升讀大學並不如現在普及，一半的同學畢業後便直接投身就業市場。升學的選擇也不多，留澳的佔一部分，選擇出外的一般就是到台灣或是內地。只有家庭條件許可的才會選擇出國留學，我這一屆，據我所知的好像就只有幾位。記得高三下學期，各科老師開始給我們試做升大入學試試題。當年的我，越做越覺得自己應該會考不上。但最後還是很幸運地考上了。

我在中學畢業後到台灣升學，讀的是國立台灣師範大學英語系，在師範大學畢業後，很順理成章地走進了教壇，曾在蔡高中學和母校擔任了數年英語老師。回澳後工作後，在職完成了北京語言大學的文學碩士。現在，任職於澳門旅遊學院持續教育學校，主要負責課程編排，以及與外地合作機構聯系的工作。

問：學長母校的校訓對你有什麼啟發嗎？

黃學長：從正門進入校園，第一眼必定看到面向大門的聖若瑟像和刻在底座上校訓：「己立立人」。它出自《論語·雍也》“己欲立而立人，己欲達而達人”就是希望每一位聖中兒女都能夠先做好自己，然後去幫助需要幫助的人。

母校的校訓總提醒著我必須裝備好自己，才有能力去幫助別人。而在年月流逝間，我發現樂於助人並非口中說說那般簡單，需要有無私的精神、願意「成人之美」的心，才能真正實踐。現在的我，仍在努力中，希望自己是朝著這方向進發的。

問：學長，您認為在校的學弟妹應注意那些能力的培養？可以給他們一些勉勵嗎？

黃學長：求知是人的本性，我想大概沒有人會說我希望自己是個無知的人吧！至於要如何才能成為一個不無知的人呢？我想學弟妹們心中一定有答案……

所以，我敢肯定地說學習是重要的。而學習不限於在學校或教室內進行，只要你喜歡，任何地方都是你學習的場所。前提是你有想要學習的東西，你想學的東西有被學習的價值。

想跟在校的同學分享一篇收錄在台灣作家龍應台《親愛的安德烈》一書中的一篇文章——第 28 封信給河馬刷牙。文章有點長，有興趣看全文的話，上網搜一下就能找到。那是她給兒子安德烈的一封信，在這裡我節錄一小段：

「我怕你變成畫長頸鹿的提摩，不是因為他沒錢沒名，而是因為他找不到意義。我要求你讀書用功，不是因為我要你跟別人比成就，而是因為，我希望你將來會擁有選擇的權利，選擇有意義、有時間的工作，而不是被迫謀生。」

親愛的同學，我希望你們步入社會後手上都仍能握著選擇的權利，選擇自己喜歡的職業，選擇自己喜歡的生活方式。如果你想成為時裝設計師，如果你想成為演奏家，如果你想成為律師，你選擇的權利會來自哪裡？你能憑什麼作出這樣的選擇？歸根究底，還是你懂得的有多少決定了你的選擇權。而所有人懂得的東西都是後天學習，一點一滴積累下來的。那麼，你認為什麼時候開始積累你的能力最合適呢？

現在，社會發展的速度飛快，許多在我小時候被認為是技能的東西，現在可能已經變得不值一提了（好比我讀書時有專門的一堂課學打字）。但是，有一些東西是恆久不變的，那就是溝通能力。不管你想從事哪一個行業，你一定得與人交往，把你的想法跟別人溝通，所以不管社會怎麼變，良好的書寫和口語能力是必需，可以的話，多學一兩種外語。澳門作為旅遊城市，英語是投身旅遊業必備的能力。親愛的同學，好好利用還在學校裡能專注學習的日子，好好積累你想要的吧。別忘了不管到了什麼年紀，都要保持一顆愛學習和願意與時並進的心，這樣才不會失去了你選擇的權利呢。

每個人都有自己的天賦，能發揮各自所長自然可以找到自己的價值，發光發亮。」黃惠婷學長在開頭便以這樣一番話開門見山地帶出自己的觀點。學校育才，更育人。學長即使畢業多年，仍清晰地記得我校的校訓，並一直銘記於心。

偌大的校園、悠長的風雨廊、種植著各式花草的灌木叢…還有抬頭便可望見的青洲山。這一幅幅繪聲繪色的校園景象，組成了所有聖中學子的青蔥歲月。母校，這一詞總能觸及許多人心中最柔軟的角落，這裏包含了多少人的回憶啊，一批批青澀懵懂的學生在這裡學習、成長，然後依依不捨地揮別母校。即使這裡經過翻新重建，又歷經 20 多年的滄桑歲月，但對於曾經在這裡生活過的人來說，她依然如此熟悉。因為這裡有一樣抬頭可見的青洲山，一樣和藹可親的老師們和一樣融洽的氛圍。

最後，用學長送給同學們的贈言作結：「親愛的同學，我希望你們步入社會後手上都仍能握著選擇的權利，選擇自己喜歡的職業，選擇自己喜歡的生活方式。」在這個烏煙瘴氣的世界裏，希望每個同學都能不忘初心，秉持著我校的精神，向著光明的道路走去！

讀後感：高二文甲 劉之璐



我們最喜歡上體育堂，也是最開心的課堂 ——1995 屆校友談婉兒

問：學長在聖若瑟的學習生活中是怎樣的？對聖若瑟校園生活有什麼印象？

談學長：我曾在二校和六校就讀過的，在 1990 年入讀的，我的姐姐也在校內就讀。原本我就讀的學校只有小學部，沒有中學部的，需要投考其他中學，所以想嘗試一下報考聖若瑟學校，最後就考到了。我在聖若瑟讀了 5 年，由於家庭經濟環境不許可之下，所以選擇就業，再沒有回到校園而踏出了社會。最後，我是在六校修業的。

就讀期間，我最深刻的印象是老師們都對我很好；記得當時學校校舍好像是四層高的，位置在學校正門聖像後面。夏天的時候，放學在高處望下去是一片白色的人海走來走去；而當年的六校足球場，是一個沙地，每一次上體育堂都像沙塵滾滾；幸好還有一個水泥地的操場和籃球場。其後足球場已改建了禮堂及一個羽毛球場，當時我們最喜歡上體育堂，也是最開心的課堂。

問：學長有哪些老師最令您印象深刻？請描述一下，他們在什麼方面給您留下深刻的印象？

談學長：最難忘的第一年在校讀書時，有一位英文老師，說你的根基打不好，不再努力成績就追不上去，會浪費自己的時間和家人的金錢。還有黃惠玲老師，她好有耐心教導及關心我們，教我們第一次用普通話讀完整篇文章。在初中時期，最深刻的老師還有好幾位，包括許金容老師、陳一荷老師、何可寧老師、阮其滔老師、黃濤老師、薛萬龍老師、許華寶老師、鄧世易老師、張觀威老師。

問：請學長分享一下昔日的課外活動、班際比賽。

談學長：我認得當年有乒乓球、排球、籃球及羽毛球等課外活動；而我印象深刻的是上生物堂解剖的時候。我有參加過班際歌唱比賽，雖然忘記有沒有得到獎項，但比賽的重點是能培養全班的團體合作精神。

問：學長能否講述一下現在工作的近況，以供學弟、學妹有奮鬥的參考？

談學長：我是一個讀書很少的人，小時從內地來澳門定居，來澳時已六歲，所以讀書的年紀比其他人大一點。求學期間，我的人生目標是希望努力讀書，裝備好自己，將來找到一份好的工作，令家庭生活環境好一點，只要好好讀書，才可建立好的將來。但因家庭經濟問題，所以在初中三畢業後，就選擇出來工作；當時已 18 歲了，可以出來工作。現在在娛樂場工作已二十多年了；近來因身體出現了問題，常進出醫院；不過現在已好了。

問：學長知道學校的校訓的內容嗎？您對校訓有什麼理解？

談學長：我校校訓的內容意思應該是先做好自己品德，再去理別人，踏踏實實做人及做事。凡事先看自己的品德及行為，然後再與別人相提并論。做人及做事不要愧對自己和別人，要問心無愧、不斤斤計較。

問：請學長給學弟妹們一些好的忠告和勉勵。

談學長：我認為凡事想一想後果才去做，不要貪一時好奇心；遇到小小挫折不要灰心，在哪裏跌倒，就從哪裏站起來。不要膽怯，努力向前。人生都會有跌跌碰碰的，要堅強才能有將來。加油！
在此預祝母校九十週年生日快樂！學子滿門。



我是聖中人，我自豪 ——1995 屆校友劉麗妹

母校印象

問：學長是那一年入讀聖若瑟學校？為什麼會入讀聖若瑟學校？

劉學長：1992 年初中畢業轉校過來，因為在中二時參加朝陽學會「優異生旅行團」認識了一位學姐，對聖中有認識，同時有三位同學一同轉來。

問：學長在聖若瑟讀了多少年？聖若瑟學校給你最深刻的印象是什麼？

劉學長：三年，地方大，尤其體育場多，很多同學由其他學校轉入，很平易近人，師生關係平等友愛，學習壓力不大，很多自主的社團和活動，同學感情友愛，學生讀書和參加校內外活動的自由度大，整個高中都在玩中學，學中玩，很精彩、很豐富。

問：學長母校的教育給你什麼意義？聖中給你什麼影響？

劉學長：「己立立人」的校訓一直影響著我做人做事，還有認識天主教的儀式生活化，對我啟發很大。自由多元活潑的學習環境，使我有空間和時間作多方面嘗試，為終身學習奠定基礎。

問：學姐對所讀母校的校舍有什麼印象嗎？

劉學長：校本部真的好大，還可以看到青洲山的樹和修道院，課室空氣對流，環境一流，印象好深刻，是返學落大雨時，青洲大馬路一定水浸，大家返到課室赤腳上課。還有校運會在狗場舉行，大家著班服，好開心！

問：學長那時的校舍是怎樣的，可以描述一下當時的校舍嗎？

劉學長：有陳瑞祺大樓、鑽禧臺、石屋、馬騮園等，好幾個運動場，還有多好高大的樟樹。

問：學長描述您在學生時代，老師給您的印象或難忘的教誨。

劉學長：師生關係融洽，尊師重道，老師學識淵博，遊歷見聞，以及老師拍的照片很吸引我。此外，學生自由度大，學習壓力不大，學校活動多，老師包容信任學生。因此，學生有機會在自主管理及領袖才能的磨練。

問：學長在高中時，最深刻印象有那幾位老師？請描述一下那些老師。

劉學長：給我留下最印象深刻神長及主任：有高天予神父，陳既詒主任，林雨生主任，阮其滔主任。在高中時最深刻印象有那幾位老師：岑玉潔老師、湯漢樂老師、羅芝靈老師是高中三年的班主任；鄧世易老師羽毛球班啟蒙老師、古德恩老師是語文老師，學識淵博，遊歷很廣，是旅遊及攝影的啟蒙老師；張志堅神父的倫理課，是我加入天主教大家庭的啟蒙人。如果問我對那一課堂有深刻的記憶，就是張志堅神父的倫理課，生活化的教理教學，生動自由活潑的模式，一直是我學習的榜樣。

問：學長母校的宗教課及音樂課給你什麼印象？

劉學長：宗教課聖歌很好聽，彌撒小冊子我還保留至今，張志堅神父的教學很生活化，教學技巧多元，很吸引學生。音樂課印象不太深，記得準備班際歌唱比賽好緊張，好認真準備。

問：學長母校的體育課給你什麼印象？學界體育活動有什麼感受？

劉學長：體育課是分項目學習，認識不同的老師及其他班的同學，也可學習不同的體育項目。羽毛球班是學界的常勝軍，籃球班及排球班也很出色。

問：學長母校有哪些課外活動及比賽項目？那些令您留下深刻的印象？

劉學長：管樂團、班社聯會、義工組、各類球隊。班社聯會每年有自由選舉產生幹事，舉辦聖誕聯歡等，我因為是管樂團，沒有參加班社聯會。班際比賽有歌唱比賽、籃球賽、排球賽、校運會、作文比賽等。我曾獲作文比賽冠軍。

問：學長母校的硬體設備給您什麼印象？

劉學長：地方很大，空氣很好，場地設備很齊全；圖書館很安靜，古書很多，有空調和地毯，是一個看書的好地方

升學與就業

問：學長在那一個校部畢業？中學畢業後繼續升學嗎？升學的途徑困難嗎？當時選擇方向是取決什麼？

劉學長：我讀的是青洲校本部，受高三北京畢業旅行的影響，想去北京讀書，北師大有教育管理這個專業，由母校保送去讀。只要願意，聖中的畢業生升學不難，當時入讀師範大學的方向是取決於中學時期恩師的榜樣作用。

問：學長在中學讀書時期，對人生有什麼規劃？

劉學長：因受到聖中多位恩師的啟發，在中學時立志做勤工作，多遊歷，誠待人，專治學的好老師。

問：學長畢業後有與昔日的同學及老師有聚會嗎？

劉學長：平時有相熟的同學聚會，每年有文組兩班同學的聚會，每五年會邀請班主任參與大聚會，2015年畢業廿周年，更穿上當年的校服參加派對，對學校有很深的感情。除此之外，還有曾在北京讀書的聖中北京校友會聚會，以及去探望陳既詒主任或參加母校的活動。對於母校，很感恩遇上博學有愛的校長神父、主任及老師工友，還有環境大，活動地方多，學習壓力不大，同學感情和諧友愛，學生自由度大，整個高中都在「玩中學，學中玩」。

問：學長介紹一下您的近況或工作成就，給在校的學弟妹有奮鬥的參考。

劉學長：我在北京師範大學文學士、管理學碩士，北京大學教育博士。在澳門執教二十年，先後在母校聖若瑟教區中學執教中國歷史及德育科，擔任班主任及學校管理工作逾四年，及後，於澳門大學附屬應用學校任教並擔任主任、副校長。2013年始為化地瑪聖母女子學校校長。工餘時間積極參與澳門社會服務，兼任澳門天主教學校聯會副理事長及環境保護局環保諮詢委員會委員等。在學校主持校園文化建設、教師專業發展及學校管理效能的研究和實踐，論文曾在〈北京大學教育評論〉、〈中小學管理〉及〈澳門教育〉等期刊發表，並在國內外教育研討會上介紹澳門教育改革的經驗。

關於校訓

問：學長記得校訓的內容嗎？你對校訓有什麼理解？母校的校訓對您什麼影響？

劉學長：「己立立人」，每天回校，學校正門聖若瑟像都見到校訓。出自古訓：「己欲立而立人，己欲達而達人」。做人做事要顧己及人，生活化地活出天主愛人，互相幫助的態度。母校的校訓對我的影響是，一直勉勵我前行。

寄語母校、同學及學弟妹

問：學長從您現時的職業角度，對母校有什麼寄語？

劉學長：母校新校園，環境優美，設備新穎，師弟妹好有福，2021年是母校90周年，祝願母校校務日隆，主佑平安。

問：學長有什麼話，想與昔日的同學說的嗎？

劉學長：希望大家積極支持母校的工作，關心母校並助力母校的再度啓航。

問：請學長給在校的學弟妹們一些勉勵。

劉學長：專心和勤奮學習，關心和服務社會，用心和愛惜自己；珍惜聖中人榮譽，立足澳門，展望全球。

我們總會在夕陽西下，想起我們曾經另一個家，也就是我的校園。相信我們大多數人的童年都懷著一個美好嚮往的校園生活。但對我而言，在這聖中的多年諄諄教導，讓我更為我的身份而自豪，那就是聖中人。

如果要問聖中人最令我自豪的是什麼？那就用來自一位 1995 屆校友劉麗妹，也就是如今花地瑪學校校長的訪問作為回答。校友劉麗妹曾就讀聖中三年，畢業後曾為聖中執教老師，如今成為了化地瑪聖母女子學校校長。

校友就讀於此多年，對於我們聖中最深的印象非學生老師間的平等友愛，豐富精彩的校園生活且學習壓力不大莫屬。就像今天的聖中，老師學生們互幫互助，關係融洽，多元化的活動拋去了我們在於學習上的負擔，就如那句“玩中學，學中玩”，勞逸結合。

對於校訓“己立立人”和多元活潑的學習環境也更是為校友的終生奠定了基礎。聖中教導了我們做人處事的態度，讓我們手捧一個對於學習積極向上的正確方向，也讓我們有更多的時間與空間去嘗試更多的新事物。這大概就是身為一個聖中人的自豪，成就了我們歷數代人。

也在訪問裡提到校友對母校對我們聖中學生的寄語：「專心和勤奮學習，關心和服務社會，用心和愛惜自己；珍惜聖中人榮譽，立足澳門，展望全球。」，2021 年度是我們母校 90 週年校慶，讓我們聖中人攜手帶著我們的母校向未來邁出一大步！

讀後感：F3A 袁子佑



做好自己，才能作身邊的人為榜樣 ——1996 屆校友曾偉邦

問：學長在聖若瑟的學習生活有什麼描述？讓學弟妹可以了解昔日的學長的校園生活。

曾學長：南灣聖若瑟的校舍讓我印象最深刻，那裡的大體育館及三角操場，還有實驗室，都充滿了少年時期的回憶。

問：學長在那一個校部畢業？中學畢業後繼續升學嗎？升學的途徑困難嗎？

曾學長：我是 96 年在青洲校本部（六校）畢業的。畢業後去了廣州暨南大學修讀臨床醫學專業。03 年在暨大臨床醫學學士畢業，在 04 年考入澳門保安部隊高等學校修讀消防官課程，在 09 年畢業，取得防護及消防安全工程學士，09 年開始在消防局工作，分別擔任不同工作崗位，直至現在。

問：學長母校的教育給你什麼意義？聖中給你什麼感受？

曾學長：己立立人這句校訓，成為我現在工作上的座右銘。另外，高天子校長、阮其滔主任、黃惠玲老師都讓我畢業多年後，仍然有深刻的印象。

問：學長知道校訓的內容嗎？你對校訓有什麼理解？

曾學長：做好自己，才能作身邊的人為榜樣。

問：學長知道校訓是什麼嗎？

曾學長：己立立人。

問：學長在讀中學時對學習有什麼規劃？對家庭及社會期望？您認為讀中學時最重要的是什麼？

曾學長：在中學時期，最重要分配好時間，除了學習書本知識外，現在科技日新月異，課外知識、團隊活動、認識更多志同道合的朋友，向相同目標前進。

問：請學長給學弟妹們一些好的忠告和勉勵。

曾學長：團隊合作精神比個人面對，更有理想效果。因此趁年輕時培養自己的社交圈子的能力，因為任何工作及事情都是需要團隊的合作精神去完成。



昔日的同學，你們是我一輩子的知己好友 ——1996 屆校友羅崇威

問：學長對聖若瑟教區中學有甚麼印象？

羅學長：我在小學六年級開始轉學讀聖中二校，當年沒有其他親人就讀，而選讀聖中也是母親的主意，主要是因為校風淳樸，並且學校聲譽優良。在二校就讀了七年，印象最深刻的是大部分的老師都很優秀並且友善，常使我懷念。對於聖中的教育對我來說，一方面是基礎教育本身的意義，尤其是母校重視教育的程度，使我日後在升學上更容易，並且有更多選擇。另一方面，當時宗教教育，讓我在信仰上有一定的幫助和了解。至於學校的環境，當年二校是位於青洲校本部，雖然校舍不大，但是一間淳樸且有朝氣的學校。最深刻的當然是課室，因為是記載著幾乎所有的回憶，再來就是課室外面的乒乓球桌，記得那時候我們連小休的五分鐘都不會放過，而且跟隔壁班的互動基本上離不開那張乒乓球桌。

問：學長有哪些老師最令您印象深刻？請描述一下，他們在什麼方面給您留下深刻的印象？

羅學長：令我印象最深刻的老師有五位：第一位是歷史科黃惠玲老師，原本我是最討厭死背硬記的歷史課，但黃老師讓我們以演話劇的方式了解三國演義的故事，當時我是演一個小跟班，而裡面的台詞我到現在還記得。黃老師在課堂以外開了中學社團的先例——史地學會，記憶中就是從那時開始才陸陸續續有了其他不同類別的社團。現在回憶起來，黃老師親切的笑容到今天依然美麗。

第二位是英文科符瑞娃老師，剛認識的時候，我覺得她很兇，而且當時她是接替一位我們原本很喜歡但是很嚴格的老師，所以我們一開始都不喜歡她。但有一次在我們考試前夕，她特別邀請我們幾位同學到她家家聚，我們從此就對她印象大改，符老師對學生的所有要求，我們都感受到是出自濃厚的關心，那時候才發現，原來老師真的很溫柔，而且很貼心，現在回想以前曾經對老師的不尊重都感到後悔萬分，恨不得重新再回到中學時期，認真地上課。

第三位是物理科湯漢樂老師，記得有一次他知道我們對他出的題太難而感到不滿，而他回應的方式是出了一張幾乎每個人都可以考 100 的考卷，我們是拿到了 100 分，但卻一點都高興不起來，其中一位同學也是考到 100 分，但就當場撕掉考卷，然後我們都覺得自己好像單單為了分數而讀書而深感羞愧，雖然我們沒有跟老師道歉，但是這件事對我們影響非常深刻。

第四位也是物理科老師，賀彩珍老師。對賀老師最印象深刻的就是她的口頭禪：「這是現象啦嘛，對不對？對了嘛！」記得曾經問老師：「為什麼天空的彩虹是這七種顏色按次序排列？」當時老師就是如此回應，而同學們聽到後都非常無語的。但是我現在回想，有些事情對當時的理解來說，的確只能說現象如此，而且如此解釋，對人生的理解也會相對的通暢與豁達，這是我認識最有哲學性解答的老師。

最後一位是代物理課的訓導主任，因為他慈祥的臉孔，讓我下課也追著他問：為什麼烏雲會帶正負電，導致閃電現象。主任是用啟發的方式讓我明白電可以是靜電，由摩擦產生，而跟空氣可以產生摩擦的靜電。這樣回想，就把我從前學的零碎的物理知識一下子連結起來了。

另外，還有一位老師，我對他是有另一種的印象深刻，在初一時候，一位姓張的男老師，當時是訓導主任，他的名字和我受傷的原因，我都深深的記得，他對我的深度冤枉，不聽解釋，導致我從此對地理歷史不感興趣，也影響我上學的情緒。如今覺得自己當時因人廢言真的有些可惜。

問：學長對在聖若瑟的學習生活有甚麼印象？

羅學長：對於聖中的學習生活，當年與老師和同學的互動都特別值得懷念，有些畫面到現在都歷歷在目，所以一定要珍惜在學的每一天。每當回顧那些溫馨畫面，都溫暖著當下的心情。另外還有幾個方面都印象深刻的，第一是聖中的比賽項目，記得有一次，物理老師讓我們參加了“筋皮力進”和“雞蛋撞地球”比賽，後來我們“筋皮力進”除了校內比賽，還有機會到香港比賽。各類的比賽我們印象都很深刻，還有奧數比賽是深刻的難，我們為了比賽常常練習到深夜，可惜自己不是那塊料，不過至少有經歷過，也有少許的榮譽感。

第二是在體育課及學界體育活動方面，我有參加過學界的乒乓球比賽，不過那次感受並不太好，主要是跟帶隊老師有關，他覺得我們有機會贏才會來比賽現場，覺得我們可能會輸就不會出現。另外，有一位年輕的男老師，他給我們選體育活動，而我選了很冷門的手球，感覺能接觸不同體育活動都很有新鮮感。還有一位，到現在唯一記得名字的體育老師，也是唯一的女性體育老師，許華寶老師。她的親切讓我們覺得體育課是當時最輕鬆愉快的課，把學習壓力消除一大半。

第三是宗教課方面，當時的科目叫“德育課”，我認為從德育的角度來看是非常重要的，至少如何待人接物，似乎沒有別的課有教導過，人際關係的教導也太少。而宗教內容部分，我對耶穌的尊重與啟蒙也是從那時候有了啟發，後來我自己也成為了基督徒，對天主教也是非常有好感，同時也感謝母校給我在信仰上的啟蒙。從課程來看，當中有一堂，修女給我們看“魯冰花”的電影，豐富了我們的感情世界。我在學校第一次上課流眼淚就是那一堂宗教課。而宗教課以外的，就是上課前的誦經，在我還沒有正式成為基督徒之前，有一天我真心的在誦經當中當做禱告，跟天父建立禱告關係。

在硬體設備方面，聖中中學時期就有電腦課，上課時每位同學都可以獨立使用一台電腦，這對我在電腦技能和興趣上有超前的幫助，電腦課應該是中學階段最喜歡的科目之一了。如今我不是主修電腦科，但是在身邊的朋友來算，也算是最懂電腦的內行人士了。

最後是在升讀大學的安排方面，學校有詳細的介紹升學簡介，考試也是在本校，而學校也安排在台就讀過的學長學姐回來介紹。我就優先選台灣的大學了，至於科系，其實也是以為自己喜歡拆東西就合適機械，所以當初按了喜好而做選擇。

問：學長能否講述一下中學學生時代、或畢業後的工作，以供學弟妹有奮鬥的參考？

羅學長：我在中學讀書時期，對於人生已有初步的計劃，就是中學畢業後，繼續升學，就讀大學，然後再出社會工作。而我就畢業於青洲校本部，後來繼續升學，到了台灣成功大學修讀學士學位。在聖中升學途徑都安排得很清楚，有澳門、台灣、大陸各地的升學，學校都有相當豐富的介紹，還有學長回校介紹，非常好。

我目前擔任基督教的傳道工作，在台灣台中非營利機構服務（教會負責人），曾經在澳門、台灣、西班牙三地參與同樣工作，服務從小到老的人群，工作內容多樣化，主要以教導、辦活動、興趣班、社區公益、青少年與家庭輔導為主。雖然有別與本科，但是至少在升學的結構給予我很多選擇，以至於可以由我選擇工作，而非工作選擇我。中學階段從學校學習到的基礎知識，提供我在未來生活和生存上更多的選擇。而聖中的人際關係，對我來說，相對單純友善並真誠，沒有社會那麼多利益關係，非常值得珍惜。對我來說，唯一後悔的，就是沒有好好學好英語，如果單以中學六年算，若趁這六年年輕記憶又好的時間好好學，可以省掉日後很多功夫，有需要時想學也同樣不容易。

因為中學畢業後就到國外，很少回澳門，但是偶爾還是有聯絡，有幾位仍然有非常深刻的友誼。早期有探望老師，現在在外工作，所有要大家聚集的機會都變得特別珍貴和難得。

問：學長知道校訓的內容嗎？您對校訓有什麼理解？

羅學長：我校校訓是己立立人，我的理解是首先追求自己立身端正，然後再成為他人的榜樣。

問：學長聖中的校訓對您有甚麼啟發？

羅學長：當我明白這句話的意義時，已經是 30 歲的時候了。己欲立而立人，己欲達而達人。這句話非常的正確，「人之患，在好為人師」，我們若自身不端，如何教導他人？而“己立”二字，我第一想到就是品格，好品格的塑造在教育上絕不能或缺，那是立身處世的根基，也是社會安定的基石。在這個物慾橫流道德淪喪的世道，需要有人道德堅持，有道德底線的讀書人。對教育影響深遠的句子有很多，我們母校的校訓，我認為是最簡練精闢，而且同時兼備傳遞自身修養並且推己及人的人生使命。

問：學長認為讀中學時最重要的是什麼？

羅學長：當時的我真不懂甚麼規劃，一心只想到玩樂，老師給讀書建議都來不及，我們對於說教也聽不太進去。如果可以，應學習安排輔導時間，讓學生可以選擇輔導老師聊聊心事，說不定會有更多啟發。

我認為中學最重要的：首先是建立三觀：世界觀、價值觀、人生觀。三觀正則世界正。這很需要道德純正並用心關懷青少年的老師做班主任，默默地影響學生。另外需要幫助學生學習情緒管理，情緒管理對課業、人際關係、壓力管理、問題處理等有極大的影響。

問：學長對母校、同學及學弟妹有甚麼寄語？

羅學長：首先我建議老師在選擇上要放在最關鍵位置，老師的親和力可能比學歷對學生的學習態度更有影響力。接着我想對昔日的同學說「你們是我一輩子的知己好友。」

對母校的寄語：己立立人古訓言；教書育人犁心田；莘莘學子遍寰宇；齊賀母校九十年。

對學弟妹的寄語：「不積跬步，無以致千里；不積小流，無以成江海。」未來不遠，現在就開始好好走。青少年求知慾這麼旺盛，不要忽略哲學三問，有機會就可以好好探索。在校時，應注重情緒管理能力：學習如何管理自己的情緒，對學業、工作、人際關係尤為重要；主觀能動性：無論是主動問問題，主動發現問題和主動解決問題的能力；溝通協作能力：如何面對難以相處的人，如何成為好的協作者；待人接物能力：在生活小細節上，學習尊重自己，也懂得尊重別人。



學會尊師重道，同學間友愛 ——1997 屆校友 Annie Fong

問：請學長談談中學時代，或畢業後的工作，或近況？

馮學長：我讀的校舍在青洲是校本部，依山而建，校旁是聖類斯院舍，有點可怕。中學生時代的我，仍未有對人生作什麼規劃，一班搗蛋的同學，一齊捉弄老師，但我們全班都好團結。我在校本部畢業，畢業後最大的困難，是沒錢升學。我以全職做事，放工後讀夜大的，所以可算是半工讀修大學的，是一邊做事一邊修讀大學課程，現時在一間酒店管家部門做文職。

問：學長有與昔日的同學有班聚會嗎？

馮學長：不同時期有不同的聚會，當大家都結婚，有了小孩之後，聚會減少了，現在小孩也長大，聚會可以增加多些。

問：學長是什麼時候入讀聖若瑟學校？有親人也是讀聖若瑟學校嗎？

馮學長：中學時才入讀聖若瑟學校，在聖若瑟讀了 5 年，我的姐姐也是在聖中畢業的畢業生。

問：學長母校的教育給你什麼意義？

馮學長：學會尊師重道，同學間友愛。

問：學長對所讀母校的校舍有什麼印象嗎？

馮學長：校舍是一所很大的建築物；操場，尤其是上體育課的時候。印象很深刻。還有很大的圖書館，有很多好書，我也經常去圖書館借書。

問：學長在學校的師長中，給你留下最深刻印象的老師嗎？

馮學長：陳子岐老師，他是一位從內地來澳教書的老師，以前我們很小接觸普通話，他就用他的半廣東話教授，很好笑的。

問：學長在中學時最深刻印象有那幾位老師？

馮學長：黃惠玲老師，她是我高二的班主任，那時她也是教書不久，她的語文知識非常豐富，是一位深受學生愛戴的好老師。

問：學長對那一課堂有深刻的記憶 / 或那些課程有深刻的記憶？

馮學長：Commerce 科的那位英文老師，其實大家都吾明她講什麼。

問：學長昔日母校體育課給你什麼印象？有哪些課外活動？有什麼比賽項目？

馮學長：那時上體育課比較休閒。課外活動，有籃球比賽，藍球校隊，大家好努力練習。

問：學長知道校訓的內容嗎？你對校訓有什麼理解？

馮學長：己立立人，人人要遵守的，先要自己做好。

問：學長母校 90 周年你有什麼說話要送給母校嗎？對母校有什麼寄語？

馮學長：秉承教育理念，有教無類。

問：學長有什麼話，想與昔日的同學說的嗎？

馮學長：大家有空就要多聚啦。

問：學長給學弟妹們一些好的忠告和勉勵。

馮學長：勤力讀書，明白事理，作好做社會棟樑的一份子。

問：學長，您認為在校的學弟好應注意那些能力的培養？

馮學長：個人品德行為的修養。



盼望你們能與我一樣，以身為聖中人而感驕傲 ——1997 屆校友黃芷娟

問：學長在那一個校部畢業？請學姐介紹一下自己現在的近況。

黃學長：1997 年，我在青洲校本部畢業，畢業後繼續升學。在中學時參加了史地學會，學會讓我有許多外出交流、參觀的機會。升讀大學時，被校方保送到內地升學，我選擇了地理教育專業，這也是我畢業後的方向。現在在一所學校任教，也實現了當一位教育工作者的夢想，近年已退下前線，策劃學校品德教育的發展方向，我希望能陪伴青少年成長，使他走當行的道，令他到老也不偏離正道。

問：學長在聖若瑟讀了多少年？在學生時代，老師給您的印象？

黃學長：我自小就是聖中人，在聖中讀了 15 年。我很愛聖中的老師，每一位都用心付出，每一位都充滿教學熱誠。袁神父，和藹可親。陳既詒主任，敬業樂業。黃惠玲老師，充滿愛。彭碧愉老師，讓我愛上地理。岑玉潔老師，嚴而有愛。有一位老師曾教導我們「不為也、非不能也」，我們不是沒有能力完成任務，只是我們不去完成罷了。這兩句說話也成了今天我勉勵學生的說話。

問：學長在聖若瑟的學習生活有什麼描述？

黃學長：青洲校本部在我心中是一所完美的校舍。空間、綠化、課室設施……一切都十分美好。最懷念在青洲上學的日子，有猴子的生物園、有實物投影機的史地室、有綠色點綴的鑽禧臺、廣大的籃球場、足球場……，一切還歷歷在目。

問：學長有與昔日的同學有班聚會嗎？

黃學長：因進入社會工作、成家立室後，偶爾也會有班聚會，大家的話題都是「想當年，在聖中……」，圍繞著聖中總有數不完的話題，這裏有我們的集體回憶、這裏是我們的家。

問：學長認為讀中學時最重要的是什麼？

黃學長：中學是獲得知識基礎的重要階段、是確定人生方向的重要階段。人生很多美好回憶也在這個時候醞釀出來的。中學階段好好籌劃自己的未來，學懂感恩、學懂珍惜。

問：今年母校 90 周年校慶，學長有什麼說話要送給母校嗎？

黃學長：祝賀母校迎來 90 周年校慶，縱然經歷了社會的變遷、教育的改革，仍屹立不倒，在此祝願母校再創輝煌，桃李滿天下。校訓「己立立人、實事求是」，更是我人生的座右銘。

問：請學長給學弟妹們一些好的忠告和勉勵。

黃學長：在我心中，聖中永遠是最好、最好的學校。盼望你們能與我一樣，以身為聖中人而感驕傲、在聖中學習而覺光榮。

聖若瑟青洲校本部，我在 2017 年轉來，至今為止已經第四年啦。回憶起來，三年前踏進校門的場景還歷歷在目。新學校簡潔乾淨，接觸新的老師，新的教學方式也讓我對未來在這裡上學充滿了期待與向往。最重要的，是在這裡遇到了一群能互相玩笑的朋友以及朋友般的老師。很幸運，在許多人在中學還在迷惘之時，我們早早找到了自己的目標，一起奮發向上，一起努力，一起探討未來，這也是我剛進校時想像不到的。

我深切感受到黃芷娟校友與老師亦師亦友的感情。老師與我們一起經歷了颱風，經歷了疫情停課，很慶幸，在我們畢業的今年是校慶 90 週年，能與學校的老師，同學參與活動。

我們即將畢業，在這最後之際，我們好似約定好了似的，幾次班聚一個不漏。未來我們即將各分四方，希望畢業之後的見面我們都會成為更好的我們。

讀後感：高三理甲 呂楚柔



能入讀聖若瑟是我人生的重要轉捩點 ——1999 屆校友鍾子石自述

問：學長對在聖若瑟的學習生活有甚麼印象？

鍾學長：我是 1996 年 3 月入讀，因為當時我們之前就讀的學校面臨停辦，高天子校長本着慈愛之心堅持接納、協助我們，他是一位非常好的神父！當時聖若瑟校本部給我的感覺是一間很有質素的學校，同學的成績都很好，品格高尚。印象最深刻的是入學第一天同學已主動讓座位給我，把有損壞的桌椅對換好的桌椅給我，同學們之間很少有負面行為，我感覺到這間學校很溫馨。我記得當時學校在青洲，起初對我來說是有些遠，但學校作出很多友善措施，給予同學停電單車位，以及下雨遲到酌情處理，我試過由大三巴跑到十六浦追巴士，一直跑至學校，一切都是那些年的回憶！至於學校的環境，讓我印象最深刻的是鑽禧臺，每逢開學禮、週會、聖誕聯歡、歌唱比賽、感恩祭、畢業禮，都會在那裏舉行，還會有聖中管樂隊演奏，場面非常溫馨，影響著我們每一位同學，使我們都懷著一顆關愛之心。同學的和善，學校設施的完善，是一個非常好的學習環境，能入讀聖若瑟是我人生的重要轉捩點之一！

問：學長有哪些老師最令您印象深刻？請描述一下，他們在什麼方面給您留下深刻的印象？

鍾學長：聖中很多老師教導了我很多知識，在人生道路上扶持着我。當中有高三班主任賀彩珍老師，有一次在運動會後她送了一份珍貴的禮物給我，當時她擔心我家庭經濟有困難，看我放學後都留在學校，悄悄買了運動會的比賽照片送給我，叮囑我不用付錢。教我地理的張秘書，我也很感謝她。當時要考台灣升學試，我真的沒甚麼信心，她對我說不用擔心：「我幫你找補習老師！」最後真的找了好幾位資深的老師，還一對一義教指導。另外在選升大學志願時，我正處於人生疑惑之時，我的體育老師林冠成，是他建議我到台灣升學就讀體育師範學位，既能發展自己的興趣，亦能追求成為運動員的夢想，那是我人生中重要決定之一。而當我在大學期間遇到困難，正要放棄的時候，也是林冠成老師說的那一句「堅持！」，今天我才能和他成為同事，薪火相傳，體育育人！還有倫理課的張觀威老師，他教導我們很多心理學，待人處事也令我獲益良多。而且他當時是運用開放性的教育方式，讓我們討論，在全澳圖書館中作資料蒐集，上台報告，發表專題研習，有別於當時傳統的教學。當時所學習的內容更有助於我日後的教學。也是張觀威老師的課讓我知道馬斯洛需要層次論，這影響着我對夢想的追求！羽毛球老師鄧世易，在畢業多年後我們在健身房遇見，在閒聊間，他分享給我體育課的意義，一堂好的體育課當中必須有「汗水」和「歡笑」，這深深影響着我的教學理念！當然還有充滿慈愛校長高天子，教務主任陳既詒，訓導主任阮主任。是他們的教導，影響着我的人生，使我走在正確的道路上，我十分感謝他們！

問：學長在中學時有讓您難忘的科目嗎？

鍾學長：令我難忘的科目有倫理課，我們有時會到鑽禧臺，到戶外給予我們開放性的討論空間，給予我們自由探索，老師從旁指導，最後還給予我們拍攝、錄影、上台演講、表演話劇。音樂課初中才有，老師上課會用鋼琴演奏，帶着我們唱歌。我們的音樂課不只在音樂室，週會上也經常會有管樂隊演奏，很多同學能夠參與管樂隊，那是非常珍貴的機會。還有宗教課，它不只是宗教，當中還有很多人生的哲理，它讓我反思，深深影響着我。再來就是體育課，學校的體育場地非常多，足球場後的鑽禧臺是一個很大的場館，設施完善，有規劃。同時，學校也非常支持學生參與學界體育賽事，學校的運動氣氛非常好。

問：學長知道校訓的內容嗎？您對校訓有什麼理解？

鍾學長：我校校訓是實事求是，己立立人。我理解是我們要自強不息，熱愛生活，幫助他人，有正確的價值觀！

問：學長認為讀中學時最重要的是什麼？

鍾學長：我認為讀中學時最重要是要有好的生活作息，要有正確的態度和價值觀。

問：請學長給學弟妹們一些好的忠告和勉勵。

鍾學長：學校不斷完善教學設備，讓學生得到更好的學習環境，希望學弟、學妹能更懂得珍惜，並且能愉快學習，繼續發揚教區優質的教育傳承和使命，為母校和社會作出貢獻！



水的清澈，非不含雜質，而是因為懂得沉澱
——2000 屆校友葉子韶

問：請學長談談中學學生生活或畢業後的工作，或近況等，以供學弟妹的參考。

葉學長：我是從幼稚班開始已在聖若瑟就讀，我曾讀過一校、三校、六校。中學時，校園生活是開心無憂的在青洲校本部畢業，畢業後，在台灣升學，當時升學是困難，但學習是美好的。現在正在上葡京項目上負責非賭彩財務事宜有關工作，在工作以外義務擔任和武館合氣道會理事長，負責推廣及發展方向等事宜。

問：學長有與昔日的同學有班聚會嗎？

葉學長：有，老餅話當年總是話題不斷且開心。

問：學長中學時最深刻印象有那幾位老師？請描述一下那些老師。

葉學長：黃惠玲老師－美麗動人，熱愛教育；謝燕明老師－嚴己律人，用心良苦；周蘇容老師－親切真誠，苦口婆心；彭碧如老師－講解生動，豪氣澎湃。

問：學長在聖若瑟就讀時有什麼比賽項目？是班際賽？你曾獲得什麼獎項嗎？

葉學長：班際足球比賽、校運會田徑運動、高三那年個人及團體都有獎項。

問：學長母校的宗教課給你什麼印象？

葉學長：信仰引導學生向善的本質。

問：學長認為聖中人應具備什麼特質？

葉學長：善良正義，以自己的善長回饋有需要的社群。

問：學長知道校訓的內容嗎？你對校訓有什麼理解？

葉學長：己立立人，實事求是。

問：學長給學弟妹們一些好的忠告和勉勵。

葉學長：人生裡幾乎不太會一帆風順的，如果是的話，可能會就缺少了我們成長的催化劑，人生的不如意並不代表失敗，而是考驗，真正的失敗卻是從放棄自己那一刻開始，只有對自己不放棄的人，才可活得不老，老去的只是年齡，不老的是氣質！讓人不老的特質必須有一顆童心、注意儀表、經常旅行、心地善良、學習到老、生活情調、經常運動、心態年輕！
水的清澈，不是因為不含雜質，而是因為懂得沉澱，共勉之！

問：學長，認為在校的學弟好應注意那些能力的培養？

葉學長：正面思考要常伴於心；培養溝的通能力（外語能力）和團隊精神。



為澳門繼續傳承聖中的美德 ——2001 屆校友李偉成

問：學長在哪一個校部畢業？在聖若瑟的學習生活有甚麼印象？

李學長：本人自幼稚園已在本校就讀，當時有一個表哥也是在聖若瑟就讀的。我從幼稚園至小學期間一直在一校上學，隨後在青洲校本部繼續升學，於 2001 年在六校（原校本部）畢業，之後在澳門大學修讀日間中文法律學士課程。中學的校舍在青洲，雖然遠，但正正因為遠離市區，感覺上很清幽且空氣好，校內設施和體制完善、足夠，除了沒有泳池外，感覺上應有盡有，如可在圖書館借閱書籍，本人也在班社聯會曾擔任委員職務。懷念舊校舍的一草一木，還有那滿滿回憶的小賣部和鑽禧臺。回想中學生活，是輕鬆和愉快，與同學、老師相處融洽，最能感受到的是師生間的愛和待人以誠，十五年的學生生活都感受到每位老師的親切和善良，畢業至今，對母校仍有滿滿的歸屬感，所以本人的兩名女兒也在四校就讀。

問：學長有哪些科目是您最喜歡的？哪些老師又令您印象深刻？您還有與昔日同學有班聚或有探訪昔日的老師嗎？

李學長：中學生時代，本人接受了很多老師的教導，而本人並不是一名喜愛讀書的學生，回校最喜歡的活動是打籃球，認為讀書只是學生應該做的事情罷了。本人比較喜歡數學科和會計科，因為不用刻板地溫習。最喜歡的學校活動是班際運動比賽和校運會，在體育項目上，如籃球、田徑等，均有獲獎。

印象比較深是高中時期，彭老師和劉老師作為本人的班主任，對本人的包容和教導，令我難忘，地理科不是本人的強項，所以成績一般，上課也欠專心，但彭老師仍很有耐性地教導本人，沒有責罵；而劉老師也是對我們高三畢業班百般包容，即使當年在畢業旅行時發生了一些事情，但作為班主任的她仍一直支持我們。除了上述的兩位班主任外，黃惠玲老師也對本人有很深影響，本人上堂時有睡意，但老師沒責罵本人，反而將本人調到最前排位置聽課，之後本人也能專心聽課，令本人覺得這種溫柔教導學生的方法沒傷到學生的尊嚴，反而使本人知恥近乎勇。此外，體育老師很友善、嚴格但慈祥，繆老師、黃老師、鄧老師和林老師更是本人的生活導師，教導本人正確的價值觀。比較有印象的還有張少玲老師，原因是我在讀小學時已見過老師，升讀中學時印象中她也是第一年任教中學，還有馬步晴老師，他將沉悶的化學科作生動教學，要感謝的老師有太多太多了，不能盡錄，本人很感謝所有曾教導本人的老師。

與昔日的中、小學同學經常有聚會，亦有相約老師一同聚餐，經常回憶小時候的開心往事，其實當步入社會，才發現中、小學同學的友情是最真摯的。

問：學長在中學讀書時期，對人生有甚麼規劃？同時能否描述您的工作近況，以供學弟妹奮鬥的參考？

李學長：中學畢業後沒有甚麼長遠規劃，但可能基於從電視、書籍等所接收的相關資訊，對任職律師和警務執法部門的工作有興趣，所以最後選擇法律作為大學修讀的學科，報讀了澳門大學中文法律學士。2005年大學畢業後，隨即同年在葡萄牙科英布拉大學修讀了兩年的葡萄牙語及文化課程。2007年年中回澳後曾在律師樓工作，2007年11月擔任公職並在統計暨普查局工作，先後擔任高級技術員及行政暨財政處代處長等職務。2012年年中開始作為實習司法官，並於2013年9月開始擔任法官至今。

問：學長知道校訓的內容嗎？您對校訓有怎樣的理解？

李學長：老實說，在學時期對校訓是不求甚解，畢業後才嘗試了解；本人認為學業是其次的，人最重要是培養正確的價值觀和道德觀，要明辨是非，不要任意作出傷害他人的事，只要這樣，即使學業不佳，在社會上也不會失敗。此外，因為天主教的關係，雖然本人並非教徒，但仍一直接觸天主教的教義和道理，致使本人有正義感和使命感，且循規蹈矩地生活。

問：請學長給學弟妹們一些好的忠告和勉勵。

李學長：期盼學弟妹們能傳承「己立立人」的校訓，宏揚正確價值觀，端正心態，互助互愛，只要樂於助人就一定是心存善念之人。祝母校能一直培育更多不論在學業及品德均優秀的學生，為澳門繼續傳承聖中的美德。

雖然我並沒有親眼見過李偉成學長本人，但在我拜讀了學長的回覆後，他已在我心中佔了一席之地。從他的文字中，我隱隱約約地看見了自己的身影，上課欠缺專注而成績也一般，但卻很幸運地得到許多老師的循循善誘和改變的機會。而在聽到學長的金石良言後，我更是明白到這種機遇在長大後便得來不易，要好好珍惜最後一年的中學時光。

另一方面，學長提及的校訓內容亦令我心有戚戚焉。老實說，在看到學長的回覆前，我對校訓是不求甚解，只知淺層的字面解釋而不知其含意。雖然我現在對校訓有了深一層的了解，但我知道自己涉獵的還只是冰山一角，可是我卻深信，未來的自己會逐漸理解校訓並將其實踐，成為一個「己立立人」的聖中人。

讀後感：高三理甲 葉雪雯



發揮潛能，認真學習，活學活用 ——2001 屆校友張天嘉

問：學長曾讀過哪一個學部？

張學長：對其他聖若瑟校友來說，我算是個特別的存在，因我曾就讀的校部不止一個，而是包括了一校、二校、三校及六校。

問：學長在中學讀書時期，對人生有什麼規劃？

張學長：“順利升班、順利畢業”都是我的人生規劃，而最終我亦如願，考上了台灣的大學。離開台灣後，我現於澳門教區工作，但不管我身居何職，每次想起我的母校時，我都會感恩各位老師對我的支持及鼓勵。

問：學長，母校的教育給您什麼影響？

張學長：回想當初，我加入聖若瑟大家庭是在 1986 年，轉眼在校已有 16 年。在校多年，母校給我最大的影響，是教懂我凡事要實事求是，努力耕耘。

問：學長對所讀母校的校舍有什麼印象？

張學長：在十多年的中學生活中，青洲六校給我的印象就最為深刻。可能因為六校是全澳校園最大的中學，電單車位充足，又有網球場、足球場、籃球場、室內場及鑽禧台等設施，令我的生活多采多姿。而比硬件設施更重要的，當然就是師資。

問：在學校的師長中，他們哪些方面給您留下深刻的印象？

張學長：最記得有一次，張老師說凡事要多角度思考，就如粉筆盒有四面，即應由不同面向角度去思考、去出發，而且要有同理心。另外，張觀威老師那種熱愛培育，鼓勵向前的教學精神，謝燕明老師的黑白分明及凡事小心的態度，以及麥娟瑞老師教我如何找方法去解決問題等，全都對我的生命有積極的影響。此外，當年的倫理課堂，我至今也是記憶猶新。

問：在母校就讀時，您曾獲得過什麼獎項嗎？有什麼科目令你印象深刻的嗎？

張學長：至於在課堂之外，我也參加了不少活動，例如史地學會及慕道班，我更獲得初中硬筆書法比賽第一名，跳遠C組比賽第一名，可謂文武兼備。回憶起當年，我們一班同學，圍着校園練跑，比賽場地由狗場轉至氹仔運動場，都是難忘的青春歲月。除體育科外，我對其他學科也有滿懷的回憶：宗教課的校外活動不可缺席，音樂室在鑽禧台的房間很小，而在陳瑞琪大樓三樓的圖書館地小人也少，全都是我印象深刻的地方。

問：學長知道校訓內容嗎？您對校訓有什麼理解？

張學長：“己立立人、實事求是”這校訓早已印在我的腦中。做實事、努力求真、追求真理，都成為我做人的根本。在此，感謝母校的教育，亦感謝同學相伴多年。

問：您對於學弟妹們有什麼寄語？

張學長：我寄語各位學弟學妹，要發揮自己潛能，認真學習增進知識，更要多方學習，活學活用，將來才可有所成就。同時，我期望母校能更上一層樓，推動創新教育，配合多元發展，在新時代裡培育學子，令母校及眾學弟妹都能前程萬里。

通過閱讀學長的親身經歷，我受到了深刻的教育——我們學習時不能只看一面，要學會舉一反三，凡事要多角度思考。在學校學到的知識要靈活運用，更要發掘自己的才能，成為一個全面發展的人。學習就如逆水行舟，不進則退。因此，我們要盡自己最大的努力，成為更好的自己。“實事求是，己立立人”這校訓告訴我們要正確地對待問題，並且要先做好自己，才可以為別人樹立榜樣。我們要認真對待每件事，做一個品學兼優的學生。在成長的道路上，我們都要堅定而積極前行，不懼風雨，努力向上！這樣，才能走得更遠，飛得更高！

讀後感：初三甲 梁芷晴

感謝張校友。你所說的“實事求是，己立立人”，是我們一直以來秉承的校訓，也是我們聖中五校各位學弟學妹堅守的做人態度。張校友一直銘記老師的教誨，我想這也是對母校的最大感恩。文中提到使用粉筆盒的四面來形容處理事情要多角度思考，這亦是我們在待人處事時，要去學習的態度。我認為，我們作為學弟學妹，也要為校爭光，要多多參與活動，並秉承這聖中精神，將之繼續傳承下去。

讀後感：高一甲 余澤昊



尋求事物的真理，做好自身，幫助別人 ——2002 屆校友林鎮翔

問：學長對在聖若瑟的學習生活有甚麼印象？

林學長：我在五校就讀十五年，從幼稚園一直讀到高三畢業。印象中這裏的學生品行純良，同學們的關係融洽，讀書氣氛亦好，同學們會自主做額外的練習，爭取好成績，師長們特別重視對我們的品德教育，要求我們做人要誠實，做事要盡責。至於學校的環境，我最記得的是從前學校內有一個大草地，當時感覺好像足球場一樣，曾經與同學們一起偷偷入去玩，但被老師發現了，也算是一件童年趣事。

問：學長有哪些老師最令您印象深刻？請描述一下，他們在什麼方面給您留下深刻的印象？

林學長：汪育德老師從學習和工作上都給予我很多啟發，教會我很多人生道理和待人處事的經驗。李衛全老師非常和藹可親，謝美心老師令我有信心向理科發展。

問：學長能否講述一下現在工作的近況，以供學弟妹有奮鬥的參考？

林學長：我現時任職五校中學中文部主任，非常高興能回到母校工作，看到同學們讀書學習，就好像看到從前自己學習一樣，我期望能幫助同學們找到自己的興趣和發展方向。近期亦有在校內帶科普興趣班，與同學們一齊參加比賽和練習，有笑有淚，十分愉快。

問：學長知道校訓的內容嗎？您對校訓有什麼理解？

林學長：我校校訓是實事求是，己立立人。我理解為要腳踏實地，尋求事物的真理，自身做好之餘，也要幫忙別人一起做好。

問：學長認為讀中學時最重要的是什麼？

林學長：我認為讀中學時最重要是學習待人處事的態度，打好學術基礎，養成有效的學習方法，多嘗試不同範疇的活動，培養和發展自身的興趣。

問：學長給學弟妹們一些好的忠告和勉勵。

林學長：我認為學習的主體是學生，決定學習成績好壞的關鍵也是學生，希望學弟妹能多關心自己的成績，追求更高的成就。除了讀書外，平日還應該積極參加課外活動，把握機會多作嘗試，不要害怕失敗，要從失敗中吸收經驗，從中找出自身發展的方向。



千萬不要一步登天 ——2002 屆校友郭婉筠

問：學長對在聖若瑟的學習生活有甚麼印象？

郭學長：我就讀的校本部，位於青洲，當時校舍有很多設施，但令我最印象深刻的是鑽禧台，因為在當年來說有冷氣而且可以容納這麼多人的禮堂真的很少。在我記憶裡的校園很大，有一個小型動物園，後山可以種菜，學校甚麼都有，每天無憂無慮地上學，可以跟同學聊聊天，那些日子真的很開心。而且學校的硬體設備當年來說真的很不錯，以前的校舍充滿着回憶，就算現在的校舍有多新、有多美，都不及我讀書那年的校舍美。

問：學長，有哪些老師最令你印象深刻？請描述一下，他們什麼方面給您留下深刻印象？

郭學長：我最記得古德恩老師，他有一天上中文堂的時候叫我們摺紙，他說有一個小竅門，要思考到才會做到，還說下午才開估，我記得那時我一下子就想到了，我記得我用剪刀將隻腳展開，將它一分為二，才會成功製作出成品，老師當時讚我聰明，還在堂上教導我們：“有些事情需要勇敢嘗試，才會有所期望的結果發生。”這件事對我來說實在太深刻了。

還有就是許霜玲主任，因為我記得我小學時候參加跳舞班，是主任負責教的，平時一向嚴肅的她，在那時會對我們露出笑容。

初二智李小燕老師，我記得當年是她第一年在聖若瑟教書，上堂的時候成日對我們說她在台灣讀大學的經歷，有時會真情流露地掉下眼淚。

還有高中時教我的黃惠玲老師，雖然她不是我的班主任，但是她教了我幾年的歷史，每次上堂聽到她溫柔的聲線，都會令我好用心聽，見到她親切的笑容，上她的課會讓我感到很舒服。

問：學長知道校訓內容嗎？您對校訓有什麼理解？

郭學長：己立立人、實事求是，校訓讓我明白到做事要打好根底，實事實幹。

問：學長認為讀中學時最重要是什麼？

郭學長：我認為讀中學的時候是最無憂無慮的生活，應該要好好享受，快樂地度過。而且在中學階段同學可以多方面發展，做到全人教育。

問：請學長給學弟妹們一些好的忠告和勉勵。

郭學長：做人要一步一步走，千萬不要一步登天。

我覺得每個人的校園回憶，都是很寶貴並且獨一無二的，像我們現在雖然只是應屆畢業生，但已經開始無一不想念從前未拆的平台建築，那裡有著我們小時候與同學奔跑玩樂的愉快回憶。看到郭婉筠校友的闡述，我感覺那時的校舍很令人嚮往，不僅是時間變慢了，人與人之間也走得更近些。郭婉筠校友對老師的深刻印象也有很多，感覺老師們都很和藹可親，其中古德恩老師的一番說話，對她以及和對於讀者的我來說，也有深刻的啟發，「有些事情需要勇於嘗試，才會有所期望的結果發生。」學生在上學時期，在學校接受教育的時間比陪伴父母的還要多，所以我覺得學校的教育對學生的身心發展都格外重要，而好的老師也是在學生學習中，充當著一個或不可缺的角色。

讀後感：FORM6A 李嘉琪



校景使回憶起昔日求學的點滴 ——2002 屆校友黃志華

問：學長談談的中學學生時代，或畢業後的工作，或近況等。

黃學長：本人於六校高三畢業，最後選擇在澳門升學，畢業後繼續升學，現為澳門鏡湖醫院護理部主任助理、澳門護士學會副理事長、澳門鏡湖護理學院兼任講師、澳門護理雜誌編委委員。

問：學長對母校有什麼印象嗎？

黃學長：謝燕明老師的德育、伍燕薇老師的數學，都令我印象深刻。另外，校園的鑽禧台、鑽禧台外的操場、旁邊的小亭，都讓我回憶起昔日求學的點滴。



全心向著目標進發，世界都會有股力量協助你的 ——2005 屆校友古展文

問：學長在聖若瑟的學習生活有什麼描述？了解學長昔日的校園生活。

古學長：千禧時代的學生，沒有太多課餘活動，最喜歡是看著同學在籃球場比賽，為他們打氣。還有，記得一年英文話劇比賽，同學的現代版梁山伯與祝英台，讓我笑到流眼淚，記得他們為此劇投入了很大的心血。

問：學長介紹一下自己，同時描述您的近況或工作成就。以供學弟妹有奮鬥的參考。

古學長：目前是不折不扣的師奶，過著朝九晚六日日與孩子戰鬥的生活。工作方面從事食品安全相關工作，由於是食品，與生活息息相關，因此經常職業病地評價身邊的餐飲店 HAHA! 與其說是工作，不如說是已經很投入，將食品安全融入生活，對此話題的周邊元素都充滿好奇。所以，做任何事，只要有興趣，請將其設訂成奮鬥目標，請相信自己，當你全心向著你的目標進發，全世界都會有股力量協助你的。

問：學長有與昔日的同學有班聚會嗎？你有探訪您們昔日的老師嗎？

古學長：很神奇的是，雖然沒有班聚很久了，但是因為工作，家庭，信仰，我還是經常與很多同學見面（已經不能稱為同學，是知己伙伴）。但是探訪老師就沒有了，很可惜哦～～

問：學長在聖若瑟讀了多少年？聖若瑟學校給你最深刻的印象是什麼？

古學長：三歲就入讀了，妹妹與兒子都是，是 CDSJ 5 的鐵粉。在聖五 15 年，很喜歡母校純樸的校風，孩子大多都是善良仁慈的。高中的時候，還有一排空中教室，課室可以望到菜地，很舒服的！！
有很多老師都是我的良師，但要說最型的，都是某數學老師拿著三角尺手握拳頭叫我們做題要抓著重點。

問：學長在初中時，最深刻印象有那幾位老師？你在高中時最深刻印象有那幾位老師？請描述一下那些老師。

古學長：最喜歡小學時區文祥主任，他個子小小，非常慈祥，每天站在學校迎接我們，週會時會講好多小道理的。

初一的班主任，那年是她畢業後第一年教書，非常有熱誠，喜歡與學生溝通，很關心我們，又分享很多自己的小故事，很像朋友。

初一的英文音標老師，超級可愛，上課經常帶一些可愛小物，而且學了音標令我英文拼讀幫助很大。

初一的英文老師，也是第一年畢業的新鮮人，當時也是非常有教學熱誠，與學生打成一片。在十年後，因工作再與她相遇，還是對我愛護有加。

初三化學老師，話劇演員，經常在化學課代入角色，教學生動，有時會眺望平台正在上課的體育老師，說自己當年教體育時也那樣苗條，害我笑到整堂無法抄筆記。

在閱讀過古展文校友的回憶文後，令我想起一件事。我曾經想過自己在最後一天的畢業禮會有怎樣的感受，會否淚如決堤，哭得很難看，或是沒有太多情緒波動。看着學長追憶在聖五大大小小的往事，我才知道自己根本不可能對這個地方沒有感覺。站在和暖的陽光下，自然沒有察覺在冰冷雨絲下的幸福。

讀後感：FORM5A 鄭家昌

在看完學長的感想之後，我有點好奇以前的聖若瑟五校是什麼樣子的，腦海中不禁想像起當年的人和事。其中特別有趣的，例如現在已經看不到的菜地，再加上我是中學才轉過來聖中五校的，所以從別人的眼裏看到學校的有趣之處，讓我也很想體驗一下，彷彿希望來一趟穿越之旅。另外，學長提及的英文話劇比賽也令我十分好奇，能夠在舞台上展現自己的實力和才能的機會實在太少了，期待將來也能有類似的活動。最後，學長的一番話語也讓我重拾了對目標的期望，讓我更加有信心去實現自己的夢想。

讀後感：FORM5B 李詠汶



找尋自己的興趣，及早定立志向 ——2005 屆校友杜志豪

問：學長對在聖若瑟的學習生活有什麼印象？

杜學長：我在第六校畢業，昔日的青洲校園清雅古樸，師生關係融洽，同學亦十分親切，這裡是一個學習的好地方，加上當時參加了聖中史地學會，以及學校給予我教授氣球藝術，使我六年的中學生活十分充實難忘。在初中時我已計劃赴內地高校升學，修讀歷史或文博類的專業，希望能成為一名歷史科教師或文博工作者，後經學校推薦保送入吉林大學修讀考古學專業，由於得到老師們的用心支援，升學過程十分順利。

問：學長哪些老師最令您印象深刻？請描述一下，他們在什麼方面給您留下深刻的印象？

杜學長：最令我印象深刻的有劉麗妹老師、黃芷娟老師、曾淑頤老師和黃惠玲老師。他們對學生的關懷、協助和鼓勵對我的大人生有很大影響。她們的教學態度和對史地科的思維和分析，對我的教學工作以及其後文博工作提供了學習的模範作用。曾淑頤老師的教學十分生活有趣，每週一節的世史課是同學們期待的課堂。我還記得她是我高三的班主任老師，當我決定報讀考古學系時受到家人強烈反對，她一直鼓勵我，並嘗試與我家人調解。倘若當時沒有她的幫助，我也不能赴內地報讀考古學專業。

問：學長對哪一課堂有深刻的記憶？

杜學長：高三最後一節英文課的張馨老師給予我們每一位分享畢業感言，我還記得每一位同學分享感言後均流下不捨的淚水，這一份同學間真摯情誼，仍記憶猶新，使我感受到六年的中學生涯是一段難忘的回憶。

問：學長在聖若瑟就讀時曾參加過什麼比賽項目？這些比賽給你留下什麼回憶？

杜學長：我曾參加 2003 年的班際的文史地常識問答比賽並取得高中組冠軍，當時我就讀高一年級的，被曾淑頤老師安排我以隊長的身份帶領本班隊伍參賽，最終擊敗高中各班並取得冠軍，是一件十分難忘的事情。

問：學長能否講述一下現在工作的近況，以供學弟妹有奮鬥的參考？

杜學長：我在聖中畢業後，經保送前往吉林大學修讀考古學專業，畢業後曾在本地一所中學任教歷史科，現在澳門博物館從事文物保護工作。這一段路有賴聖中老師們的悉心教導，使我在中三時已立志赴內地升學，當時的班主任劉麗妹老師是一名從內地升學回來的老師，經常分享她在內地求學時的經歷，當時她給予同學們的朝氣和熱誠令我印象深刻，驅使我立志到內地升學，希望有一天能成為一名跟她一樣的教師。沒有想到多年之後能夠實現理想，一展教學的抱負，在短短數年的教學生涯是我人生中一段相當難忘的回憶。更沒有想到自己能進入博物館工作，實現了自己中學時定的理想與目標。

問：學長知道校訓的內容嗎？你對校訓有什麼理解？

杜學長：己立立人、實事求是。己欲立、而立人。己欲達，而達人。簡單來說是一個人要修身立德、明白道理，也要幫助立德明理，推己及人。作為一名歷史教師和文博工作者，校訓給予我的意義很大。由於自少便立志成為一名教師，校訓使我明白到作為一名教師需要有端正的心態，用認真和務實的態度去對待教育事業和每一位學生。教書育人是一項長遠的工作，在當下功利主義橫行的時代，如何使教育工作做得細緻，這考驗着教師們的心態。教師需要有正向的價值觀，讓學生感受到教師對他們的關懷和對教學的執着，才能成功地實踐教師的目標。教師需要為學生的學習成長負責，而不是為了個人的名利負責。這一教學宗旨受到校訓的啟發而建立起來的。

問：學長認為讀中學時最重要的是什麼？

杜學長：我認為讀中學時應該是享受學習，不應單單只顧成績，而是多參與活動，找尋自己的興趣，及早定立志向，享受與老師和同學們相處的美好時光。

問：請學長給學弟妹們一些好的忠告和勉勵。

杜學長：希望學弟妹們要好好享受校園生活，更要好好裝備自己，及早定下志向和人生目標。期望學弟妹們能領悟實事求是的精神，關心社會時事及身邊的人，具有同理心和協作精神。

杜志豪學長的校園回憶，令我思考到關於未來的事情。即使學長已經踏入社會工作數年，但學長仍然記得那些帶給他關懷、協助和鼓勵的老師們，相信未來的我也會和他一樣，想念今天的各種人事物。學長關於升學的故事令我印象深刻，學長所選讀的科系，雖然受到家人的強烈反對，但因為有老師一直在背後支持，並與學長的家人調解，最終他的志向還是如願以償，這件事情令我十分感動。除此以外，學長說回想起和同學們分別時的記憶，每個人都為「天下無不散之筵席」而悲傷。學長不僅留下沒齒難忘的回憶，還將校訓銘記於心，並由此向教育者提出建議。由此「實事求是，己立立人」的校訓對學長的影響力和意義可見一斑。

讀後感：FORM4B 黃子聰

在看到杜志豪學長的經歷和回憶，以及對我們的勉勵後，我深深的感受到老師們對我們的幫助和支持的重要性。很慶幸我們也擁有這些無私的老師，他們給予我們支持和鼓勵，也在自己的閒餘時間盡心盡力地幫助我們，例如為我們製作學習海報，張貼在課室裡，為的就是加深我們對一些知識的印象。我未來想就業的職業，和學長一樣都是老師，在看到學長對母校的回憶後，更加強了我在未來想當一名老師的決心。也讓我覺得在中學剩餘的這些時間裡，我一定要更加努力，珍惜和同學相處的這些日子，和老師對我們的栽培。我對歷史科也非常感興趣，所以對未來想授課的科目仍然有些迷茫，希望在接下來這些日子裡可以認真的考慮清楚。希望將來也可以成為一名負責任和有熱誠的老師。最後，祝福我們這些學弟學妹都能在未來和學長一樣，在自己就業的領域中屢創佳績。

讀後感：FORM4B 梁美娜



老實做人，謙虛有禮 ——2005 屆校友施明珠

問：學長對在聖若瑟的學習生活有甚麼印象？

施學長：我初中一年入讀聖中六校，共就讀了六年，印象中這裏的學生除了積極參與常規課堂外，還積極參加興趣班、培養興趣、自信或加強自我表達能力，而老師們很關愛學生。我還記得以前與同學一起在鑽禧台禮堂慶祝聖誕派對，還有班主任和全班同學一起練歌，參加歌唱比賽。校園環境理想，地方很大，同學有足夠地方休息學習及師資好。

問：學長哪些老師最令您印象深刻？請描述一下，他們在什麼方面給您留下深刻的印象？

施學長：黃惠玲及張馨老師最令我印象深刻，她們都非常關愛每一位同學、尊重同學。

問：學長能否講述一下現在工作的近況，以供學弟妹有奮鬥的參考？

施學長：我喜歡設計藝術，因此我在中學讀書時期已對藝術範疇方面作出培養，中學畢業後繼續升讀大學，現在大學畢業後從事相關範疇工作已經十年。

問：學長知道校訓的內容嗎？您對校訓有什麼理解？

施學長：我校校訓是實事求是，己立立人。我理解為要老實做人，謙虛有禮。母校的校訓使我樂於助人、關心事物、態度謙虛和懷著感恩之心。

問：學長認為讀中學時最重要的是什麼？

施學長：我認為讀中學時最重要是正確的學習態度。

問：學長請給學弟妹們一些好的忠告和勉勵。

施學長：我認為我們學習的態度應像海綿努力吸取知識，培養良好的性格和習慣及訓練個人表達能力。

在我看完學姐畢業後的心得後，受到了很大的啟發、受益匪淺。學姐在其中提及到了在中學最重要的是正確的學習態度。對此，我認為我們作為學生在學習上應培養積極的學習心態與學習態度，兩者是相輔相成的，我們有了良好的學習心態才能在失意時不放棄；在成功時亦不驕傲。此外，良好的學習態度也十分重要，我們在上課時應專心的聆聽老師講課，如有不清楚的問題應及時向老師及同學請教與交流等。正如學姐所認為的學習態度一樣，應像海綿一樣努力吸取知識，培養良好性格和習慣及訓練個人表達能力。

讀後感：初三甲 黃迎

在幾篇文章中，最能跟我產生共鳴的就是施學姐的採訪了，因為在這麼多科目中，我最感興趣的就是美術，剛好學姐也是喜歡藝術設計類，並在畢業後從事的工作就是跟藝術相關的。可惜的是，在這篇採訪中學姐並沒有透露她在工作中經歷過的事情，如果有機會，我也希望能跟學姐聊一聊她在這條路上的經歷。

讀後感：高一乙 洪琪



從老師身上感受愛與鼓勵，生命影響生命 ——2005 屆校友 HOI PAK FAN

問：學長談談中學學生時代，或畢業後的工作，或近況等。

許學長：我就讀於青洲六校，在中學讀書時期，遇到不同的老師，在他們的身上各自有著光芒，同學們都很尊敬老師。還記得小息時同學之間的聊天，一齊分享筆記，每次考試前一齊到圖書館溫習，彼此加油。畢業後選擇繼續學業是自己和家人的共同決定，大學學習生活有挑戰，透過身邊朋友的幫忙鼓勵，自己的堅持，逐漸克服各種困難，大學畢業在政府部門工作直到現在。我認為中學生好好學習，完成自己做學生的責任最重要。

問：學長有與昔日的同學有班聚會嗎？你有探訪您們昔日的老師嗎？

許學長：有。不定期的一齊聚會，分享彼此現時生活的點滴、看法，互相鼓勵，充滿正能量。現在還記得老師讀書時期給我們的鼓勵，記得那一句：「人生就像一本書，聰明的人會讀好它，因為他知道這本書只能讀一次。」

問：學長畢業多年，對母校有什麼印象？

許學長：我從 2002 年就讀於青洲六校，在學校 3 年時間，遇到有不少愛學生的好老師。母校的教育給我的意義是愛的傳承。

問：學長對所讀母校的校舍有什麼印象嗎？

許學長：在青洲校舍拆遷前的建築物都有印象，上下課走過的地方雖然都不在，但仍在腦海中。母校昔日的硬體設備挺不錯，其中操場留下最深刻的印象。

問：學長描述您在學生時代，老師給您難忘的印象？

許學長：老師說人生就像一本書：「人生就像一本書，聰明的人會讀好它，因為他知道這本書只能讀一次」。老師給我印象是有愛心，黃惠玲老師，從她身上感受到愛與鼓勵，生命影響生命。

問：學長對那些課堂有深刻的記憶 / 或那些課程有深刻的記憶？或課外活動？

許學長：中文歷史、經濟學，音樂課的老師唱歌很厲害，以及每年都有校運會都是令人有深刻的印象。

問：學長母校的宗教課給你什麼印象？

許學長：讓我有機會認識宗教初步的內容。

問：學長知道校訓的內容嗎？

許學長：知道，己立立人、實事求是，不斷的鼓勵，在品德和知識都要不斷追求。

問：學長讀中學時對學習有什麼規劃？

許學長：做好學生的責任，幫助家庭，有益於社會。中學時期是多接觸不同的事物、多作嘗試、多了解自己。

問：學長從您現時的職業角度，談你對母校有什麼建議或者寄語？

許學長：母校多提供不同的平台，讓學生認識自己；祝福母校及師生們，生日快樂！辛苦您們了！

問：學長有什麼話，想與昔日的同學說的嗎？

許學長：謝謝中學的學習生活中有大家陪在我身邊。

問：請學長給學弟妹們一些好的忠告和勉勵。

許學長：愛家人、愛學校、愛自己。



不斷學習，提升各方面的能力 ——2005 屆校友劉嘉欣

問：學長聖若瑟學校給你最深刻的印象是什麼？

劉學長：令我印象最深刻的是校舍很大，生物園很吸引，以及校訓實事求是。鑽禧台曾舉辦過很多大型活動，落雨時我們會在鑽禧台上運動課。

問：學長能否講述一下現在工作的近況，以供學弟妹有奮鬥的參考？

劉學長：畢業後我繼續升學，現已有碩士學位。現職是一位衛生局護士，還會到母校為學弟妹接種流感疫苗。

問：學長知道校訓的內容嗎？您對校訓有什麼理解？

劉學長：我校校訓是實事求是，己立立人。我理解為不要做壞人。

問：學長給學弟妹們一些好的忠告和勉勵。

劉學長：不要講粗口，特別是穿著校服的時候。還要不斷學習，提升各方面的能力。



人都是公平的，擁有着相同的二十四小時 ——2005 屆校友黎永浩

問：學長在聖若瑟的學習生活有甚麼收穫？

黎學長：我於聖若瑟教區中學第五校就讀了十五年，在校園學習生活裏最能讓我有所得益的老師，就是汪育德老師。雖然汪老師的教育非常嚴謹，讓我們在學習的過程中都不敢偷懶，正因為這樣，所以我們在準備升學的過程中，反而相對較輕鬆。中學和大學為我們建立了能解決問題的基礎，在培養專業上，需要用已學的知識和實踐相結合，因此在學習知識和實踐的過程中，應加以思考和批判。大學畢業後，我便回到母校任職物理教師，即使現在與曾給於我教導的老師們成為了同事，但不論是過去還是未來，他們在我學習上、工作上仍然是我的良師益友。

問：學長有哪些老師最令您印象深刻？請描述一下，他們在什麼方面給您留下深刻的印象？

黎學長：最能令我印象深刻的老師就是汪育德老師，在很多學生眼中，他是一個專橫霸道的老師，其實他是任何一位老師都更關心學生，他上課講道雖然比講課還要多，但奇怪的是化學科我們學得比任何一科都好。

問：學長對所讀母校的校舍 / 學校（校部）有什麼印象嗎？

黎學長：我們常會笑言自己是山區學校畢業的學生，我們有着會搖晃的天台球場、課室、走廊，太陽猛烈到睜不開眼的操場，但同時有着全澳門最標準的籃球場。

問：學長知道校訓的內容嗎？您對校訓有什麼理解？

黎學長：學校的校訓是「實事求是，己立立人」，希望學生能做到幹實事，說實話，亦令我明白到教人比教書更為重要。

問：請學長給學弟妹們一些好的忠告和勉勵。

黎學長：每一個人都是公平的，擁有着相同的二十四小時，要學會合理分配時間，因為進行有意義的工作比起甚麼事情都來得重要。



在課堂製作澳門文化遺產大型橫額有深刻的記憶 ——2007 屆校友關月兒

問：學長在聖若瑟的學習生活有甚麼印象以及近況？

關學長：我曾讀在三校、四校和六校校部讀書，在幼稚園時就開始入讀聖若瑟學校，直到讀到高中三年級在六校畢業。在聖若瑟的學習生活是多姿多彩，除了課本知識，還透過學校的管樂團學到好多課本以外的知識，因此在中學讀書時期就希望考到心儀大學，在中學畢業後繼續升學，最後澳門理工學院取錄了，升學途徑不算困難。

我們有舉行班聚會，並時常見面，在聚會與昔日的同學講述中學讀書時期課堂，彼此之間分享課後的興趣事及校園生活，聖若瑟學校給我的印象是中學時期參加了管樂團的活動，還記得第一次出百萬行就下大雨及天氣十分寒冷；在課堂中有深刻的記憶是申請澳門文化遺產製作大型橫額；小食部的姨姨煮的麵包，上學前後學校大門關大開的情況，課餘，學校舉行的班際比賽和課外活動。

問：學長有哪些老師最令您印象深刻？請描述一下，他們在什麼方面給您留下深刻的印象？

關學長：在學校的師長中，令我最深刻印象的是陳既詒顧問及劉淑華老師，因為他們給予我入學的機會。最深刻印象初中時因為鄭秀嫻老師的悉心教導及溫柔鼓勵下，令我對中文科產生興趣，高中時因為李兆康老師是高中畢業班主任，與我們全班一起經歷很多開心及不愉快的回憶，他默默在背後為我們全班付出都不求回報，所有事都是事後無意中才發現他的付出。

上學途中母校的體育課薛老師都看見他都是騎單車上學，音樂課的黃老師是一名好有才華及對音樂有熱誠的老師，雖然母校的硬體不是全澳門最好，但是比其他學校優秀。

問：學長能否講述一下現在工作的近況，對母校印象怎樣？

關學長：在聖若瑟就讀時都是比較美術類居多，升大學時自薦報考，因為對讀的科系有興趣，因此畢業後的工作以設計為主，近年在公司擔任室內設計居多，在求學期間曾擔任圖書館管理員。學校有班社聯會但沒有參加，並知道每年聖誕節派對，都由他們舉辦歌唱比賽及課外活動。

那時六校的校舍還在青洲校舍未重建的時候，校園環境較大，體育堂能圍繞學校跑，永遠跑完都進入了救護室。學生時代所學的中文到現在都還記得一部份，還懂得背出來，其他不同科目的內容有部份印象深刻，在工作上都能派上用場。

問：學長知道校訓的內容嗎？您對校訓有什麼理解？

關學長：我校校訓是己立立人，實事求是，這校訓到現在出來社會工作都令我深深感受到，從而影響教導子女互助互愛並秉承母校的校訓，積極面對人生態度改變。

問：學長認為讀中學時最重要的是什麼？

關學長：中學時對學習的前途有規劃，最重要除了知識外，還有待人處事態度，並在宗教課教導我們如何認識耶穌的事。

問：學長給學弟妹們一些好的忠告和勉勵。

關學長：我認為可以在多方面在不同的範疇給學生知識，希望母校能繼續薪火相傳，桃李滿門，繼續注重品德教育，祝願每個同學們健康平安，秉承校訓，做一個己立立人，實事求是的人。



每當遇到困難，想想校訓，或許會找到答案 ——2011 屆校友梁漢輝

問：學長對在聖若瑟的學習生活有甚麼印象？

梁學長：由於我是從幼稚園開始在聖若瑟教區中學第五校就讀，直至高三畢業，在校經歷了十六年的時光，印象最深刻的是當考試結束後，同學們開心的樣子，還有就是和同學相約相聚的時光。至於校舍方面，記得以前的操場，每當下雨過後，操場有點霉霉的感覺，但那裏卻是充滿回憶和感情的地方。

問：學長哪些老師最令你印象深刻？請描述一下，他們什麼方面給您留下深刻印象？

梁學長：我在校印象最深刻的老師有汪育德主任。還有 Miss Lam 和 Miss Lei，她們經常教我人生的道理。還有在我初二留級時，林老師對我說的一番話，是我人生往後的動力。

問：學長能否講述一下現在工作的近況，以供學弟妹有奮鬥的參考？

梁學長：我現時任職病理解剖科，我的大學志向與畢業後的工作是相關的，所以我認為選擇大學的志向時需按自己的喜好，選擇合適自己的學科就讀，不要被別人影響。

問：學長知道校訓內容嗎？您對校訓有什麼理解？

梁學長：實事求是，己立立人。我認為在社會上己立未必一定能立人，但最本基本是要做好自己。每當我遇到困難時，想想校訓，或許會找到答案。

問：學長認為讀中學時最重要是什麼？

梁學長：我認為讀中學最重要是開心，也要好好讀書。有空要想一想自己的愛好，計劃一下自己的未來。

問：請學長給學弟妹們一些好的忠告和勉勵。

梁學長：按照自己喜歡的去選擇，堅持自己的決定。

「實事求是，己立立人。」這句校訓一直陪伴了我六年，而歷年校長及老師們都會以自身經歷或生活故事來給予我們詮釋。這讓我明白到，原來校訓不只是一種訓言，它也可以在日常生活中體現。梁漢輝校友表示在社會上，「己立」未必能「立人」，但求做好自己。我覺得這句說話很有道理，令我獲益良多，我認為當自己站穩了，便有能力將他人扶起，並且樂於幫助有需要的人。在學業中也是如此，希望我在日後遇到問題時，能夠在校訓中找到答案，將「實事求是，己立立人」的精神體現出來。

讀後感：FORM6A 李嘉琪

梁漢輝校友認為讀中學最重要的是要開心，而且要按照自己喜歡的去決定自己將來的道路。我很認同這個觀點，讀書階段是培養生活態度最重要的時期，如果在校園的生活過得不愉快和積極正面的話，可能會令人的價值觀和態度變得扭曲。而且我也認為學生應該要順從自己的意願去做任何抉擇，例如不要為了滿足別人對自己的期望，而去選擇自己不喜歡的科系。因為人生是屬於自己的，要怎樣過只能由自己去決定。

讀後感：FORM6B 蔡雪敏



養成有效的學習方法及培養正確的人生觀 ——2012 屆校友蘇兆偉

問：學長對在聖若瑟的學習生活有甚麼印象？

蘇學長：我在五校的高中部文組畢業，其後到台灣升學尚算順利。在學期間的校風較保守，對學生的要求也較嚴格，很多課外活動都不被批准，每天只有上課和下課的生活，現在學弟妹幸福得多。台灣畢業回來後，便回澳門發展，現在任職於澳門電視台，閒時對有興趣的活動也會多加參與。

問：學長有哪些老師或活動最令您印象深刻？請描述一下，他們在麼方面給您留下深刻的印象？

蘇學長：1998 年，由幼稚園讀到高中畢業。由於有親人就讀也是父母選擇這所學校的原因。而令我印象最深刻的是古 SIR。有些老師很用心教育，教導我們如何做個好人，使我銘記於心。學校的體育老師還是比較用心教導的。我很喜歡學校舉辦的班際籃球賽。秋季旅行，中樂欣賞，這些課外活動令我留下深刻的印象。

問：學長知道校訓的內容嗎？您對校訓有什麼理解？

蘇學長：我校校訓是實事求是，己立立人。我理解為要腳踏實地，尋求事物的真理，做一個正直、誠實的人。

問：您認為讀中學時最重要的是什麼？

蘇學長：我認為讀中學時最重要養成有效的學習方法，不要讀死書，就讀自己有興趣的學科，培養出正確的人生觀。

問：請學長給學弟妹們一些好的忠告和勉勵。

蘇學長：學生不能只顧著死讀書，要開闊視野，學習多方面思考問題，訓練自主思考更重要。同時也要注意德行的培育，多看有益的課外書和參加課外活動，從中找出自身發展的方向。



培養時事觸覺，應付萬變的社會 ——2012 屆校友潘智鵬

問：學長對在聖若瑟的學習生活有甚麼印象？

潘學長：我原是聖若瑟五校高二年級中途插班生，因此回憶談不上太多，但我還記得有不少老師對初來步到的我提供了不少幫助，而當時升學的壓力已經近在眼前，所以備考成了我在聖若瑟回憶中最大的一部分。我認為聖若瑟的學習模式較靈活自由，大家可以選修自己感興趣或對自己有幫助的科目，非常適合有升學需求的同學。

問：學長對所讀母校的校舍 / 學校（校部）有什麼印象嗎？

潘學長：我剛入學時，當時因校舍維修而搬到了天神巷的校舍，同學們需要在不同的校舍間走動，而體育課是在海星學校上的，體育社團也安排在傍晚時分，我覺得算是非常特別的體驗。母校校舍給了我一種「麻雀雖小，五臟俱全」的感覺，人與人之間比較親近，也成了我腦海中一段特別的回憶。

問：學長哪些老師最令您印象深刻？請描述一下，他們在什麼方面給您留下深刻的印象？

潘學長：王森老師，因為他是我剛插班進來的班主任，對我幫助了很多。我也特別喜歡聽他的課，他的上課風格比較靈活，不會單純照本宣科，令我獲益良多，更令我知道懂做人比懂做事更為重要。

問：學長知道校訓的內容嗎？您對校訓有什麼理解？

潘學長：我校校訓是實事求是，己立立人。前句出自《論語》，我理解為作為一個學生，要時刻謹記：品行比成績更為重要。校訓其實無時無刻都在提醒我們修身的重要性。

問：學長認為讀中學時最重要的是什麼？

潘學長：我認為讀中學時最重要是訂立「升學目標」，當我們有了畢業後的目標，才能有動力行動起來，所謂「一寸光陰一寸金」，時間十分寶貴，別讓時間在我們身邊悄悄溜走。

問：請學長給學弟妹們一些好的忠告和勉勵。

潘學長：我希望學弟妹從高中開始就要慎重考慮自己的未來，儘早規劃好道路，然後實行起來。同時，也要學懂關注時事，我們生於動盪的世代，社會瞬息萬變，舊時代的經驗很多已不再適用，因此大家要從現在開始培養時事觸覺，將來才能應付萬變的社會。

問：學長有什麼話，想與昔日的同學說的嗎？

潘學長：願大家不忘初心。

問：學長有什麼話要送給母校嗎？

潘學長：願百年過去，母校依然美麗。



知識重要，人際關係也不能忽略 ——2014 屆校友袁德豪

問：學長對在聖若瑟的學習生活有甚麼印象？

袁學長：我在五校就讀十七年，從幼稚園一直讀到高三畢業，印象中同班同學都一起經常一起玩樂，共同度過美好的中學時期。

問：學長您能否講述一下現在工作的近況，以供學弟妹有奮鬥的參考？

袁學長：我現時工作從出社會就業到現在一直都很好。

問：學長知道校訓的內容嗎？您對校訓有什麼理解？

袁學長：我校校訓是實事求是，己立立人。

問：學長給學弟妹們一些好的忠告和勉勵。

袁學長：知識固然重要，但人際關係也不能忽略。



好好珍惜眼前老師為你們付出的一切 ——2015 屆校友 Jason

問：學長對在聖若瑟教區中學第五校的印象及近況？

Jason 學長：我從初中開始，便一心想成為一名歷史老師。為了舉辦萬聖節派對活動項目，排練到晚上 8 點 9 點也不覺疲倦，也算是難忘的回憶。我在英文部畢業後留在澳門升學。坦白說升學的壓力不算太大，因為老師們給予我們很多信心，另外當年的升學選擇頗多。幾年後，我很幸運能完成中學時立下的目標，有幸成為一名老師。

問：學長對母校印象怎樣？

Jason 學長：我三歲入讀幼稚園低班，一直到中學畢業。在 15 年裏已立立人就是最深刻的影響。

問：學長寄語母校，同學及學弟妹的忠告和勉勵。

Jason 學長：我希望母校能堅守最初的辦學理念，以學生為本。學弟妹要珍惜在校時光。人生路上總會遇到困難，但只有在校期間才會得到老師們不求回報的付出。離開校園後，所獲得的支持只能當作是一種獎勵，不是必然的。因此好好珍惜眼前老師為你們付出的一切。要獨立思考，自主學習。



認真學習，打好基礎，培養動手能力 ——2015 屆校友梁冠笙

問：學長對在聖若瑟的學習生活有甚麼印象？

梁學長：當時校園生活非常簡單，本人就讀理組，當時理組只有一班，故三年的高中生涯都是與相同的一群同學渡過，所以大家都非常親近，與老師是亦師亦友。也還記得有一屆的班際籃球比賽我們班以一分之差惜敗，非常遺憾。畢業後學校已經進行大翻新，所以現在和當時已經很不同，很多設施也已更新了。

問：學長有哪些老師最令您印象深刻？請描述一下，他們在什麼方面給您留下深刻的印象？

梁學長：汪育德老師是最令我印象深刻的。何永耀老師、霍征達老師、崔美櫻老師和蕭明敏老師也令我頗有印象。

問：學長能否講述一下現在工作的近況，以及在中學時期的人生規劃？

梁學長：在中學時期，我的夢想是當飛機師，那時我有去研究相關書籍、影片。大學時我亦就讀相關專業。

問：學長知道校訓的內容嗎？您對校訓有什麼理解？

梁學長：校訓是實事求是，己立立人。我理解為要腳踏實地做人。

問：學長在校期間學校如何幫助您升學？

梁學長：我在五校的中文部理組畢業。然後到外國升學，去外國升學的難處是將英文考好，由於要到外國升學要報考雅思並合格，所以學校都對我們提供一些練習。

問：請學長給學弟妹們一些好的忠告和勉勵。

梁學長：選擇大學科目應以興趣先行，因為如無興趣的話讀下去會沒有衝勁。學弟妹們更要認真學習，打好基礎，並培養動手能力。

說起來我也在聖若瑟五校讀了兩年半。看了梁冠笙學長寫的內容，當中提及到幾位老師對他的教導和生活陪伴。其中有些老師也教過我，我也認為梁學長說的很對，老師教我們知識的同時也在生活上是我們的朋友，亦師亦友，教學相長。對於校訓：實事求是，己立立人。我與學長的理解一樣，都覺得是：正確對待和處理問題，腳踏實地做人。

讀後感：高一乙 鄭基靈

比起學長那個年代的學校，如今的學校已經煥然一新，硬件和軟件上都升級了許多。我從幼稚園開始就已經在聖若瑟讀書，看着學校一步一步的變化，漸漸地變得愈來愈好，雖然學習的環境和資源得到了很大的改善，但總是有種感覺，現在先進完善的校舍相對以前少了些人情味，同學們之間好像也沒有以前學長姐看來那樣親近，偶爾還是會懷念以前雖然簡陋但是單純而又充滿人情冷暖的時光。時代的改變使我們能在舒適完善的環境學習，但是人與人之間的關係好像也因為時代的進步而疏遠，對於我們來說，不知道是好事還是壞事呢。

讀後感：高二甲 李采瑜



培養人際溝通和獨立思考的能力 ——2015 屆校友陳珀欽

問：學長對在聖若瑟的學習生活有甚麼印象？

陳學長：我在五校就讀十三年，從幼稚園一直讀到高三畢業。我記得高三的時候每天都沒日沒夜地念書，老師們給我們充足的應試練習題。上課時我們就是不斷地做練習。最後努力有所回報，我考到理想的大學。除了學習外，我與同學一起玩樂，都是美好的回憶。我曾參加過太陽能動力四驅車校際比賽，那次比賽豐富了課堂以外的學習經驗。

問：學長有哪些老師最令您印象深刻？請描述一下，他們在什麼方面給您留下深刻的印象？

陳學長：我還記得初中的有林文漢老師，高中的林鎮翔老師和蕭明敏老師。他們教會我很多知識和人生道理，在我徬徨無助的時候給我指明方向，令我找到自己的人生目標。另外，劉景俊老師是良師摯友，有段時間我們更是無所不談。劉老師真的給了我許多金玉良言，至今記憶仍歷歷在目。

問：學長能否講述一下現在工作的近況，以供學弟妹有奮鬥的參考？

陳學長：我現時擔任太陽能系統工程師，主要工作是負責設計工業用太陽能建設與調度能源計劃方案。近來澳門因疫情問題導致就業困難，我建議對台灣有興趣的學弟可以嘗試來台進修與就業。

問：學長知道校訓的內容嗎？您對校訓有什麼理解？

陳學長：我校校訓是實事求是，己立立人。

問：學長認為讀中學時最重要的是什麼？

陳學長：我認為讀中學時最重要是學習待人處事的態度、培養和發展自己的興趣，同時培養人際交通和獨立自主的思考的能力。

在學校十三年，陳珀欽學長印象最深的老師是劉景俊老師。這位老師也曾教過我。在課上，他是大家嚴厲的老師給予我們很多忠告與金玉良言；在課後，他是和我們無所不談的好朋友，他總會用一些方式減輕我們學業上的壓力。學長認為在中學時期最重要的是學習待人處事的態度，培養及發展自己的興趣。我也覺得培養人際交通和獨立思考的能力也是很重要的，所以我會以這作為目標，努力前進。

讀後感：高一乙 鄭基靈

看完學長的答案後，我十分認同當中提到的中學時最重要的是學習待人處事的態度和培養自己的興趣，以及培養獨立自主的思考能力，有時我們只在意學習的成績，而忽略其他方面的發展，其實求學不是求分數，良好的品德和人際關係比分數更加重要，更應該被重視，在保持成績穩定的同時也要多參與課外活動，與班裏的同學融洽相處，建立良好的人際關係，為將來立足社會奠下基礎。

讀後感：高二甲 李采瑜



機會永遠都是留給有準備的人 ——2016 屆校友王駿穎

問：學長在中學讀書時期，對人生有甚麼規劃？

王學長：我在中學讀書時期並沒有想太多有關人生規劃的事情，一直只是努力認真讀書。因為讀書就是學生的工作。但讀書並不是指死讀書，而是有技巧地涉獵有用的知識，做到學以致用，而一些不感興趣的科目，要學會接納，做到從課題上學習解決問題的方法，因為大部分人生中必須解決的問題都不是我們感興趣的，所以要學會適應。學生對人生有規劃是重要的，因為能讓自己少走點冤枉路，始終機會永遠都是留給有準備的人。但對自己人生還沒有規劃的人也不用過份著急，因為要知道，在這個信息量爆炸的時代，周邊的事物轉變得特別快，而有時也會出現「計劃是趕不上變化」的情況，但是有規劃永遠是對自己人生負責的一種行為。可能有些人會說，這不是很矛盾嗎？一邊說要有規劃，一邊說計劃趕不上變化，這聽起來這麼像是船到橋頭自然直？沒錯，記得大學時期的我特別迷茫、對人生缺乏方向感，而有位學業出色的同學竟也曾與我一樣面對同樣的問題，他跟我透露過他的父母過份干涉他的學業，導致他對自己的人生缺乏方向，經常把船到橋頭自然直這句話掛在嘴邊。但我能從他的口吻中感覺到一絲自信，因為背後的他非常努力，除了應付學業外，他還參加了各種社團，有時也會抽空閱讀以擴闊視野。所以缺乏規劃但努力的人，船到橋頭自然直這句話並不是安慰自己的藉口，而是隱藏實力等待時機的語言藝術。

問：學長能否描述一下昔日的校園生活？

王學長：我從小在聖若瑟五校長大，從幼稚園到中學畢業這十四年間校園也在不斷地變化，操場也從六個減至三個。從小學起，我就感到老師們特別嚴厲，可能這就是為什麼我校的校風特別好的原因。以往小學只有中文部，要想小學畢業後進入英文部就要通過一個月的暑期班跟考試，而且難度也不低，只有大約一半的小六同學成功進入英文部，可能是因為英文部每級只有一班的關係吧。進入英文部後，才發現英文部是沒有高三的，進入英文部兩年後才設有高三級別。英文部是一個有趣的地方，初一至高三六個班級都在同一層，所以想認識到各級的學兄學姐、學弟學妹都不是一件難事。同學們會到其他班上借紙巾，問作業和在某處打打鬧鬧，場面十分溫馨和熱鬧！另外，老師與同學的感情也特別深厚，這都是建基於樓層內的兩張乒乓球桌上。記得以前小息鐘聲一響起，前一秒還在課堂上與老師交流的同學，下一秒就變成了在乒乓球桌上與老師交流的對手，場景十分有趣。但可惜這樣的場景維持不到三年，英文部發生了變化。學校突然來了一位新校長，一整校風與班別，把英文部的班級擴大至一級兩個班，從六班變成了十二班。因為班別多了的關係，教室便移動到了另一棟大樓上，一層樓擁有六級六班的溫馨熱鬧時代，從此成為了歷史傳說。

問：學長在中學畢業後有繼續升學嗎？升學的途徑困難嗎？

王學長：我在聖若瑟五校英文部畢業，中學畢業後赴美升學，升學途徑方便直接，通過了最低要求的 TOEFL 後就讀美國的大學是非常容易的。但如果 TOEFL 沒有達標的話也不用怕，可以先到社區大學把大學基礎班學分修滿，只要盡快在一年半至兩年內把所有大學基礎班與英文班學分修滿，然後就能直接申請大學。從大學三年級開始就讀，而這樣的選擇既能節省時間也能節省金錢，但這需要一定的自制力與決心才能順利完成，因為在社區大學就讀超過三年，還沒能轉到正式大學的同學屢見不鮮。

問：學長在中學畢業後有考慮過就業嗎？能否描述一下你的近況或工作成就，以供學弟妹們有奮鬥的參考？

王學長：我選擇了出國留學，原因是感到自己長期居住在澳門這個小城市，未能擁有世界觀與國際視野而得出的決定。其實中學畢業後就業，在外國人的角度是一個正常的選擇，因為外國更重視個人能力成長，學歷再高也不能代表一切，而且外國的工作範疇特別多，部分人會選擇高中畢業後先到企業實習，能吸取社會經驗之餘，還能找到自己的方向。但澳門就業市場局限性較大，一般公司對沒有大學證書的社會新鮮人並不友好，到企業實習也並不會獲得太多的工作機會，所以離開澳門出外繼續修讀學士課程是一個比高中畢業後就業更好的選擇。現在的我剛從美國取得經濟學士學位，早上在澳門一間銀行裏實習，晚上就讀金融碩士學位課程，並且同時準備考取金融分析師牌照。有這樣的安排是因為未來打算在澳門發展，所以沒有選擇留在美國就讀碩士課程。另一方面，我考慮到將來對學歷的要求而選擇繼續修讀碩士，亦由於在澳門就讀金融碩士缺乏認可的可能性，決定考取受國際認可的金融分析師牌照。

問：學長能描述一下對母校的印象嗎？如老師的教誨、活動、比賽。

王學長：五校的老師非常地為同學著想。我還記得在教務處的老師，總是會在下課或放學的時候耐心地教導同學，解答同學們在課堂上的疑問，並主動關心同學的學習情況。例如英文部麥主任給我留下了對學生非常負責任的印象、還有一位連續當了我們班三年班主任的李老師，他待同學親切，處理學生與學生之間的矛盾非常到位，永遠都以最圓滑的方法處理最棘手的學生問題。母校的課外活動亦非常多，從音樂體育到文藝活動，其中管樂團給我留下了非常深刻的印象。還有羽毛球班際賽，我與我同班的同學組隊進行團隊賽，場面非常熱鬧，有很多喜歡打羽毛球的同學都會來觀賽，給我們隊非常大的支持，最後獲得了冠軍，印象非常深刻。

王駿穎學長用他的經歷告訴我們，但凡成績很好的人，表面上都沒有溫習，其實私底下很拼搏，很努力的用功學習，並且說“船到橋頭自然直”這句話並不是安慰自己的借口，而是隱藏實力等待時機的語言藝術。出國留學後覺得外國人的社會工作態度與澳門是不同的，也拓展了廣大的知識層面。也述說我校的多元化活動，讓學生們朝著“德育體智”的方向全面發展。隨著社會的不斷發展，我校有良好的資源給予我們學習，希望我們能成為社會上有用的壹份子，傳揚聖五的精神。

讀後感：初二甲 汪玥

讀完這篇文章，我覺得十分感同身受。作為一個即將畢業的高三學生，我很多時候都會像學長一樣覺得迷茫，並且愈發不清楚自己前進的方向是否正確……所以在看完學長對人生的規劃以及就業情況的想法後，我內心也變得更加堅定：即使現在不知道自己的選擇是否正確，也有可能走了“歪路”，但是只要為實現自己當下的目標下定決心不斷努力，功夫終究不會負有心人。

讀後感：高三乙 崔穎茵



辛苦得來的，永遠是最珍貴 ——2016 屆校友周浩源

問：學長在中學讀書時期，對人生有甚麼規劃？

周學長：我在當時沒有很多規劃，所以現在後悔。不過當時對升讀大學沒有概念，只是隨心地選擇了一科，幸好後來發現自己也是喜歡那一科的。不過勸勉各位學弟學妹，大學選科一定要想清楚，要選對自己未來人生有幫助的，是否困難，都是後來的努力可以跨越的事情，亦建議未來選科要取決於自己的興趣，多做一些不同類型的兼職，了解不同的行業，這樣對你的未來肯定會有幫助。

問：學長有與昔日的同學有班聚會嗎？你有探訪您們昔日的老師嗎？或對母校的校舍有什麼回憶嗎？

周學長：老師們都沒有太大改變，都很年輕。回憶就是以前許多校園設施都整修了，以前上課的教室都變化很大，還有地下操場增設了玻璃門，學習環境更理想了，感覺老師與學生之間的互動也比從前更多。最深刻的校舍，就是從前金魚缸旁邊的體育館，那個體育館有很多回憶。以前初中的羽毛球比賽、小學的體育課很多時候都是在這個體育館裏上課，不過後來因為改建圖書館及地陷的關係就消失了。

問：學長描述您在學生時代，老師給您的印象、難忘的教晦或教學的內容。

周學長：最難忘的一定是幼稚園老師，由我們甚麼都不懂到現在投身社會，他們就像我們的第二父母一樣，在學校扮演父母的角色照顧我們。中學老師的話，最深刻的一定是李衛全老師，他對待我們亦師亦友，雖然他出題比較難，但我覺得上他的課，是學到東西的，他很多時候也會分享他的人生經歷，我覺得獲益良多。

問：學長對昔日母校的活動有甚麼深刻印象？

周學長：首先是國防教育營，我記得當時不懂耍軍體拳，被教官罰了很多次拳上壓，回家的時候雙手都是紅腫的。另外，以前的體育課因為場地不多，很多球類活動都不能進行，就好像羽毛球，沒有一個比較好的室內場地可以打，令我覺得十分可惜。

問：學長認為中學時最重要的是甚麼？

周學長：我認為中學除了讀書外，最重要就是要有屬於自己和大家的回憶，這些回憶會是你人生當中最珍貴的回憶，而且是用金錢也買不到的。不要害怕辛苦，因為辛苦得來的東西，永遠是你最珍貴的。多參加一些課外活動，多發掘一些興趣。

看完周浩源學長的心得後，我認為其中提及的國防教育營最讓我感同身受。國防教育營和慈青營是我們這一代學生在中學階段最深刻的課外活動和生活體驗，在那短短的幾天內，同學之間會因為各式各樣的活動與交流而變得更加團結，亦更了解對方，留下深刻而且美好的回憶。此外，我很認同周浩源學長在說的一句話：「中學除了讀書外，最重要就是要有屬於自己和大家的回憶。」中學可以說是人生中最開心的一個階段，沒有踏出社會後的那些負擔和顧慮，可以毫不保留地去努力做好每一件事，而這些事將會是人生中最深刻的回憶。

讀後感：F4A 連亨楠



回顧，學會成熟和堅強 ——2016 屆校友張宇

問：學長知道校訓的內容嗎？你對校訓有什麼理解？

張學長：我校的校訓是實事求是，己立立人。我理解為要我們自身做好本分，學會如何做人，然後學到的知識才是真正有用，才能給別人做好榜樣。

問：學長在聖若瑟的學習生活有什麼描述？

張學長：我是小學五年級才入讀聖若瑟中學第五校英文部的，初中時自身不夠努力，但在老師的幫助下順利升班。高中時有所覺悟，加上課業較為輕鬆，故順利升班。校內有着很多老師，有隨和的、有嚴格的，但為我們好的，也有亦師亦友的。

問：學長在學校的師長中，給你留下最深刻印象的老師是？他們那些方面給您留下深刻的印象？

張學長：在聖若瑟五校就讀時，有幾位印象特別深刻的老師。
麥副校，她總是告訴我們很多人生道理，而她也以身作則，她對待每位問題學生都特別有耐性，是她讓我感受到學校的溫暖，所以她一直是我學習的對象，感謝她沒有放棄每一位學生。做了我們很多年的班主任 Mr. Lee，他不只在數學上幫助了我很多，身為班主任的他也盡心盡力，常以我們能接受的方式教導我們人生道理。高中時教中文的魏 sir，他曾做過我們的班主任，由於年紀相近，喜好相同，我們的關係亦師亦友，他的教學方式，我們也比較能夠接受，並且不會覺得沉悶，平日的我們也常玩在一起。

問：學長為什麼會選讀這些學系？

張學長：在高二時老師提供了一些升讀大學的方法，最後我透過台灣個人申請的方式入讀台灣的大學，因為我個人對數學較感興趣，所以選擇了統計學。

問：學長當年中學畢業就就業嗎？

張學長：剛剛臺灣畢業回澳時，知道自己對專業沒有興趣便放棄繼續升學的念頭，早早進入社會，第一份工作與大學就讀的專業沒什麼關係，但因為高中和周圍人的相處、大學參加社團活動、打暑期工的經驗，讓我很快便適應現在的工作，所以我覺得學業固然重要，但各種不同的經驗和見識也不可以忽略。

問：學長有與昔日的同學有班聚會嗎？你有探訪您們昔日的老師嗎？

張學長：有些時候我也會與一些較熟的同學聚會和聯絡，也有定期回校探望老師們，共同回憶中學時同學們之間做的幼稚事情，雖然當年給老師們添了不少麻煩，但還是心懷感激。

問：學長給學弟妹一些好的忠告和勉勵。

張學長：我認為在你們學習的階段裏，各科都要兼顧好，不精通也至少要及格，不能放棄任何一科，而在擅長和有興趣的科裏更要重點學習。平日裏要好好享受每一刻的時光，尤其不開心的時刻，因為日後當你回顧這些事情時，你會明白這都是人生裏必經的一個過程，為的只是讓你學會成熟和堅強。

讀了學長的親身經歷後，我深有體會。讓我知道了在學習的過程中，我們會遇到許多挫折與壓力，這都是人生中必經的階段。我們必須學會披荊斬棘，這樣才能有所成就。我們會有自己不喜歡的科目與弱項，但不能抗拒它，更要下功夫。就如學長所說的，各科都要兼顧好，在擅長和有興趣的科目裡更要重點學習。中學時期是夢想飛翔的起跑線，珍惜每一天，奮鬥每一天。今天的自己可能不是最優秀的，但通過不懈的努力，明天的自己一定會有更大的成就。相信自己，超越自己，才能邁向更高遠的未來！

讀後感：初三甲 梁芷晴

張宇校友在文中給予我們學弟妹的忠告和勉勵，令我明白要堅持學習、不放棄每一個學科的道理，也明白這是一個歷練的過程。文中更說到除了學業之外，也要吸取不同的經驗和見識，能令我早早知道這些經驗，也使我們學弟妹往後能早作準備。我們不會辜負校友的期望，必定秉承著聖中精神繼續努力。

讀後感：高一甲 余澤昊



高三應對未來早作規劃 ——2017 屆校友呂煜斌

問：學長在中學讀書時期，對人生有甚麼規劃？

呂學長：我是高二才到聖五讀書的，讀了兩年。選擇入讀有一部分原因都是因為表姐和表妹都在聖五就讀。我現在是武漢大學大四學生，大一曾經在學院體育部擔任部委，大二在學院體育部擔任副部長，在學校學習過程中有參加過一些社會實踐活動，例如在湖北各地各宗教場所進行調研等。大一至大四都在學院籃球隊。我是在聖若瑟教區中學第五校畢業的，在中學畢業後，到內地武漢大學就讀。因為我在中學學習還算不錯，所以升學並不算太困難。我是保送到武漢大學的，選擇的是哲學系，選擇該學系是因為對這方面有興趣。我對學習的規劃其實有點遲，我是到高三下學期才思考自己大學該學什麼。所以我認為學弟學妹們應該對未來早作規劃，想好該讀什麼，在中學的空餘時間中，可以多了解這方面的事情。

問：學長在聖若瑟的學習生活有什麼回憶？可否說明一下，讓學弟妹可以了解昔日的校園生活和印象深刻的老師。

呂學長：在中學的學習生活其實是較為輕鬆的，學校的各種活動對學生的學習也是有相輔相成的作用，各類文娛和體育活動令學生有多方面發展的空間。

回想當年，我在假期經常和同學、老師們見面、聚餐、一起打球。還有一些校園活動，例如黑沙燒烤、畢業旅行、學界手球比賽等，對我來說，班際籃球賽是最難忘的。

對母校的回憶，其實就是老師和學生之間有很好的交流。每個能一起玩的同學和每個能一起交流的老師，都是難忘的。其中給我最深刻印象的老師是黃健威老師，他是教中文科的。有一次小測的部分內容，因為我在之前的學校沒有學過，他主動把該內容的書籍借給我，希望我能努力學習，這對於當時的我來說是莫大的鼓勵。

問：學長可以給母校一些寄語嗎？

呂學長：希望母校可以在未來發展得越來越好，教育出更多的人才。

在閱讀呂煜斌學長的校園回憶後，令我更不捨現在眼前和校園有關的人事物。雖然我現在才高一年級，而學長也是從高二才轉學到我們的學校，但卻在這短短兩年間製造了許多畢生難忘的回憶。儘管學長現在已經是一位大四的學生，但當學長回想起中學的活動時，例如：秋季旅行、畢業旅行、學界手球比賽等，也令我彷彿身在其中，與他一起經歷這些令人感動的時刻。其中，學長對班際籃球比賽最為深刻，也許是因為和同學一起並肩作戰的團結精神吧！學長還給了學弟學妹們一些建議，亦可見學長仍惦記着母校的教育事業，令我獲益良多，視他為一個好榜樣。

讀後感：FORM4B 黃子聰

看了呂煜斌學長對母校的回憶，以及對我們的建議和忠告後，讓我對自己未來的人生規劃又有了一些想法。我未來想修讀的學系不只一個，看了學長的建議後，我認為在剩下來的時間內，一定要認真地想清楚自己未來真正想修讀的學系。學長對母校的回憶，讓我非常感同身受，我同樣認為我的學習生活是輕鬆的，有很多很好的老師願意用自己空餘的時間幫我和同學們補習，給予我們很大的幫助。同學們之間也非常有愛，經常互相幫助，也非常團結。學校現在也經常舉辦一些不同的活動和比賽，讓我們在參加這些活動的同時，可以藉此發掘自己對不同方面的興趣。最後祝願我們的母校和學長，在未來都能朝著更好的方向前進和發展。

讀後感：FORM4B 梁美娜



好好珍惜校園生活 ——2017 屆校友張舒雅

問：學長在哪個學部就讀？母校給你的印象是什麼？

張學長：我是畢業於聖若瑟五校的張舒雅，也是台山區的街坊，所以這校園一直都伴我成長。我在校六年，校園內的設施不斷更新，而且越來越好，但如果學校外部都可以像內部一樣更新就最好了！回想中學的生活，記憶深刻的當然不只是新穎的科普堂，或者每次秋季旅行必落雨，而是我銘記一生的校訓及老師的教誨。

問：學長知道母校校訓內容嗎？對你有什麼影響？

張學長：“己立立人、實事求是”這校訓對我的影響很大，因為很有正能量。

問：學長請描述在學生時代，老師給您的印象？

張學長：在學生時代除了校訓外，給我正能量的另一泉源，就是各位老師的身教言教。初三班主任和高中很多老師，都令我印象深刻，尤其初三的班主任更為我們帶出很多道理。

問：學長在升學上有遇到困難嗎？母校在升讀大學上有什麼指導？

張學長：我記得某次，學校為了幫助對升讀大學的同學，除了提供本澳、台灣及國內學校的詳細的資料外，更有一位學校領導，為了協助我們呈交申請表，獲取面試名額，竟特意帶上校印到招生辦，親身在現場支援我們。當年，我很多朋友都是通過那次招生而順利就讀大學呢！

問：學長在升學方面，請學姐給學弟妹一些忠告和勉勵。

張學長：說到升學，作為過來人的我，想以聖五師姐的身分向各位仍然在學的師弟師妹分享一點心得：首先是要好好享受校園生活，因為到了大學的時候，想享受也沒有時間。其次是，我當時的心態是只要全科合格升班就可以，但這其實是不可以的，因為留學需要提交的文件有很多，太遲準備會影響入學時間。海外升學不容易，一定要深思熟慮再選擇，選擇錯誤等於浪費時間及金錢。基本上，留學的所有問題都要自行解決。

問：學長對現在還在就讀的學弟妹們有什麼寄語？

張學長：在外讀書時每遇困難，我都想起當年中學老師說過：“去到大學就沒有老師會像我們，整天的照顧你們的了！”各位師弟師妹，我以我的經歷，證明了這句話是真的，所以仍在聖若瑟中學享受生活的同學們，請好好珍惜。

學姐以親身的經歷來勉勵我們認真讀書、珍惜中學的校園生活，讓我知道在無憂無慮的中學階段裏，我可以盡情地在浩瀚的知識海洋裏遨遊、在老師們的關愛與照顧下，我們得以茁壯成長，可是當我們畢業後，就要告別中學歡樂的校園生活，步入大學的生活了，很多事情都需要自己處理，也沒有太多時間享受校園生活。在我看完學姐的畢業心得後，令我更加地珍惜中學校園裏的寶貴時光、更多地檢討與反省在學習上是否有做得不足的地方，以端正自己的學習態度。

讀後感：初三甲 黃迎

讀完這篇文章後，令我印象最深刻的就是師姐提到的要好好享受校園生活。我本來以為升上大學還可以像現在一樣，但是看到師姐說到了大學想享受校園生活也沒有時間，因此我一定會好好珍惜在學校餘下的每一天。此外，在最後師姐有說到：“到了大學就沒有老師像現在這樣照顧我們了。”這句話在小學的時候我也曾聽過，不同的是現在我已經是初中生了。當我升上初中，我覺得老師依然很關顧我們，可是聽到師姐這麼說，我才知道到了大學就真的跟以往不一樣了。

讀後感：高一乙 洪琪



發掘專長，為校爭光 ——2017 屆校友黃展騰

問：學長對在聖若瑟的學習生活有甚麼印象？

黃學長：我在五校就讀十五年，從幼稚園一直讀到高三畢業，在中學讀書時期，對人生規劃是做公務員，中學畢業後繼續升學，升學的途徑並不困難，現時還在讀大學中，校園生活使我改變很多，嚴師的教導使自己沒有走上歪道。

問：學長知道校訓的內容嗎？您對校訓有什麼理解？

黃學長：「實事求是，己立立人」是我校校訓，我由小學開始一直銘記於心，母校的校訓亦一直應用在我的生活中。

問：學長，哪些老師最令您印象深刻？請描述一下，他們在什麼方面給您留下深刻的印象？

黃學長：在學校的師長中，給你留下最深刻印象的是汪主任、初中中文馮老師和高中中文李老師。

問：學長認為讀中學時最重要的是什麼？

黃學長：我認為讀中學時最重要是培養良好的品格，「求學不是求分數」成績不是最重要，更重要的是緊記校訓及學習人生道理，並發掘自己專長，不但能發展個人潛能，還能為校爭光。



做好立身處世的修養 ——2017 屆校友鍾嘉渝

問：學長對聖若瑟的學習生活有甚麼印象？

鍾學長：我在聖若瑟教區中學第五校畢業的，在這裏就讀十五年，曾經發生了許多的事情，但是在我記憶中，記憶最為深刻的就是我參與了小學部圖書館義工和中學部的學生會，讓我能夠在校園的生活中，體會到無窮的歡樂。中學時上學的情境是回到學校後，同學們都要步行五層樓才到達課室，當時我還感覺有點難受，如今我卻十分回味那時的校園生活。

問：學長有哪些老師最令您印象深刻？請描述一下，他們在什麼方面給您留下深刻的印象？

鍾學長：聖若瑟教區中學第五校的全體老師教給了我知識，讓我學懂了禮貌，讓我知道世界的真善美。李修女給予我信心和無私的關愛。

問：學長知道校訓的內容嗎？您對校訓有甚麼理解？

鍾學長：我校的校訓是實事求是，己立立人。我的理解為腳踏實地，按照事物的實際情況來辦事，自己做好立身處世的修養，也幫助別人比自己做得更好。

問：請學長給學弟妹們一些好的忠告和勉勵。

鍾學長：我希望學弟妹們清楚知道英語是一科主課，其學得好不好是直接影響升學情況，因此我們必須重視它。認真讀書讓我充分認識到讀書對改善生活的重要意義。



培養學生服務社會，造福人群的美德 ——2018 屆校友黃凱淇

問：請學長談談的中學時代，或畢業後的工作，或近況等。

黃學長：我在中學讀書的時期，本來在美術方面就很有興趣，從而對設計產生了濃厚的興趣，希望將來可以對設計這個行業有新的發展和突破，今後會報多些有關設計之類的課程，從而提升自身的能力。

回顧在聖若瑟的學習生活，感受到學校很有人情味，老師對學生的循循善誘，學習的氛圍更是非常濃厚，更加有團隊合作精神，可以集思廣益，擁有共同的理想，可以一起奮鬥，為自己的將來創出一片天。本人在五校英文部畢業之後就讀台灣中原大學，升學不太難，只要掌握好基本知識，用心去學習，就能升讀自己理想的大學了。升讀大學以後，現就讀商業設計系。

我是一個喜歡留在學校不願回家的學姐最近就讀大三已經有開始接本科系（影視，攝影）相關的工作我認為不要一直埋怨自己學校的不好反而嘗試去發掘自己學校的好處才能從中學習無論在天堂或是地獄都一定有那地方能學習的東西，沒有班聚但一直有跟昔日老師們聯絡，每年回澳門一定會回學校跟老師們敘舊，甚至會約出來吃飯，感情深厚。

問：請學長談談對母校印象？

黃學長：我在高一時轉學到聖若瑟五校英文部，曾經有表哥們就讀聖若瑟，在表哥的描述後，對學校產生了很濃厚的興趣，所以選擇了這所學校就讀，希望在這裏學有所成，有另一番成就。我在母校就讀了三年，帶給我最深刻的印象是學校給我的心靈慰藉，凡事不要只看一面，細心觀察每一件事所發生的理由。放鬆愉快的上課環境，老師的活動教學生動有趣，再也不是書面的教學，其他科目，更有實驗體驗學習的知識，令課堂更加活躍有趣，更可以鍛煉自己的動手能力。以前的校舍在台山街市後面，第一印象就像進入了工廠一樣，但之後卻使我難忘的回憶。不要忘記初衷，以實現自己的理想為目的。最深印象的是第一屆嘅手球隊和學生學會，第一個獎項是在手球比賽中取得的。母校的宗教理念濃厚，在這可以深刻體會到天主愛世人的精神，深入每一位同學的心。

音樂課的氣氛是愉快的，對於升讀大學是根據自己的個人興趣去選擇的。我自己認為圖書館是學校最美的地方，寧靜的環境，可以陶冶性情。

問：請學長談談關於校訓的感受。

黃學長：我校的校訓是實事求是，己立立人。培養學生服務社會，造福人群的美德。學校亦以天主教教義“信、望、愛”的精神為根基，糅合中國傳統文化精髓，幫助學生在靈、德、智、體、群、美六育方面均衡發展，並以培養學生良好的品格，啟發創新精神，建立積極的人生觀為目標。

問：學長認為讀中學時最重要的是什麼？

黃學長：我認為讀中學最重要除了知識的積累外，團隊的合作精神也是很重要的，除了學習以外，體育活動也是很重要的，從而可以勞逸結合。



時刻記著校訓和天主經 ——2018 屆校友鄭炯文

問：學長在中學讀書時期，對人生有什麼規劃？

鄭學長：首先最重要的是品行，其次就是想清楚將來要做什麼或者有興趣做什麼。

問：學長在聖若瑟的學習生活有什麼描述？

鄭學長：參加多些活動，尤其是交流團或者比賽。

問：學長有與昔日的同學有班聚會嗎？

鄭學長：有。邀請班主任共聚聊天吃飯。

問：學長聖若瑟學校給你最深刻的印象是什麼？

鄭學長：我在聖若瑟五校讀了 4 年，令我最深刻的是校訓“實事求是，己立立人”，還有天主經。



奮勇向前，方能行遠 ——2019 屆校友歐陽智弘

問：學長對在聖若瑟的學習生活有甚麼印象？

歐陽學長：我於 2016 年入讀聖若瑟五校，印象中的校舍建築、設備都很新，給人一種舒適、寬敞的感覺，也令我感受到無拘無束和快樂的學習氛圍，能夠入讀聖五，我相信是上天安排的緣份。聖五的學習非常多姿多彩，除了在校內上課，我還記得曾經到杭州浙大附中參與交流，那次的學習交流令我更深入認識到澳門和內地兩者間的教學文化差異及其優良之處，令我對之後的升學考量，有一定的參考價值。在聖五的校園生活令我深入認識自己，瞭解自己真正的興趣，定下人生的目標，並努力朝着目標不斷前進。

問：學長有哪些老師最令您印象深刻？請描述一下，他們在什麼方面給您留下深刻的印象？

歐陽學長：這裏的老師認真教學，有時還犧牲自己的休息時間教導學生，而我就是其中受惠的一個。還記得在我畢業之際，郭老師送贈我一張書籤，書籤上寫了八字——「弘毅寬厚，智圓行方」，句首意取我名，未來的人生，我會好好踐行這簡樸但意義不凡的座右銘。令我印象深刻的老師還有很多，林鎮翔主任，畢業於清華大學，有着幽默風趣的言行舉止及過硬的物理知識功底，令我由衷敬佩，還有李盈盈老師的誨人不倦、蕭明敏老師的辛勤教導、黃健威老師的博學多才，還有很多很多老師，未能一一列舉，敬望各位老師見諒。

問：學長有與昔日的同學有班聚會嗎？你有探訪您們昔日的老師嗎？如果有，可以分享一些點滴嗎？

歐陽學長：我有參加班聚會，也曾回校探訪老師。回校探訪時深感中學時光的輕鬆愉快，也很感恩老師們一路提攜。至於點滴還是藏在心裏好，畢竟每個人的經歷都是獨一無二且珍貴的。總而言之，在聖五讀書期間，與老師的關係可以算得上亦師亦友，在返校探訪的期間，老師讓懵懂的我得到開導，也獲得了與老朋友傾談心事的機會。

問：學長能否講述一下現在的近況，以供學弟妹有奮鬥的參考？

歐陽學長：當年多得學校推薦保送，加上老師們用心教授各種面試及做題技巧，使我能夠順利升學，有幸被復旦大學錄取，朝着自己的志向逐步努力。在復旦大學的學習生活雖然很勞累，但也是快樂的。現在的我，一洗中學時懶散、渾噩的生活，積極地過每一天，也讓我真正明白到學習、工作是人生的一大樂事。

問：學長知道校訓的內容嗎？您對校訓有什麼理解？

歐陽學長：我校的校訓—實事求是，己立立人，校訓一直讓我銘記做人要腳踏實地，奮勇向前，方能行遠。

問：學長認為讀中學時最重要的是什麼？

歐陽學長：我認為要有求知若渴的精神，要抱有對求知的慾望，我們才會想學習更多不同的知識，令自己變得更加強大。

問：學長給學弟妹們一些好的忠告和勉勵。

歐陽學長：多讀書、多運動、多交友，做一個全面發展的學生，也希望你們能夠自主學習，做好自己的生涯規劃，創造更好的未來。

問：學長今年母校 90 周年，有什麼說話要送給母校嗎？

歐陽學長：望母校桃李滿天下。



中學生最重要是認真做好每一件事 ——2019 屆校友馬偉傑

問：你在中學讀書時期，對人生有什麼規劃？

馬學長：我規劃了未來 5 年就讀的大學同專業。

問：聖若瑟學校給你最深刻的印象是什麼？

馬學長：我在聖五讀了 6 年，印象最深的是老師很好，很關懷我們的未來。而昔日的校舍有些舊，但近年更新了不少校舍設施，相信當我再次回到聖五時會大不一樣。

問：您認為讀中學時最重要的是什麼？

馬學長：我認為最重要培養專注力，認真做好每一件事，讀好書比「打爆機」來得重要，且與人相處更為重要。

問：母校 90 周年你對母校有什麼寄語？

馬學長：越來越好。



課程輕鬆，容易尋找自己的方向 ——2020 屆校友馬世泉

問：您能否講述一下現在工作的近況、以供學弟妹有奮鬥的參考？

馬學長：我曾在五校就讀，在中學讀書時期，我能感到我的人生充滿色彩，並且覺得當時的讀書生涯是生活大於學習的，我與五校的老師關係良好，畢業後有時間，也會回去逛逛。中學畢業後，我選擇繼續升學，因為澳門升學的途徑有很多，而且門檻不高，不需過於擔心。在選擇學科方面，我覺得還是該選擇自己感興趣的專業，才有堅持下去的動力。另外，我覺得大學是青春最後的四年，學弟妹也要好好珍惜，創造更多的回憶。

學長：學長對母校的印象是怎樣的？

馬學長：現今的五校，籃球場的上蓋已被拆卸，外觀和設施上也一直在變化、完善，不過進步空間仍然很大，例如可以嘗試改造圖書館的天臺小花園，並在那裏設置咖啡廳，吸引更多學生使用。在五校就讀，讓我學會從多方面處理問題，思考的角度也更全面。五校的課程對我來說尚算輕鬆，上課的內容也多元化，曾經有老師透過電影教學，讓我印象深刻。而令我有深刻印象的課堂還有 **general science** 的 **presentation**。母校的體育課比較多元化，自由度高，我們班還曾獲得班際籃球賽冠軍。而宗教課則需要留意生字的串法，否則很容易會不合格。另外，母校的音樂老師都非常和藹可親，之後再回校，我希望可以再見到我的音樂老師。母校提供給學生的升學資訊也非常多而且清晰，令畢業生都能找到自己方向。

問：學長知道校訓的內容嗎？

馬學長：母校的校訓是實事求是，己立立人。

問：學長認為讀中學時最重要的是甚麼？

馬學長：我認為在中學時期應該儘可能多體驗各種活動和事情，學習雖然重要，但生活更重要。

問：學長有什麼話寄語母校、同學及學弟妹嗎？

馬學長：母校九十週年校慶，在此我想對母校說一句：「生日快樂！」。我希望和昔日的中學同學能保持聯絡，偶爾出來相聚，也希望學弟妹也應嘗試更多學習以外的活動。

後記

文。編輯部

聖若瑟教區中學 1931-2021 年創辦以來，至今 90 年，鑄造出多所有著深厚文化和優質辦學質量的學校，培養出眾多人品高尚，情趣高雅，為社會作出各種貢獻的畢業生。

一所學校的校友的回憶便成了一所母校的校史。九十年的校史不短，為了廣徵校史之材料，自 2019 年八月起，由聖若瑟教區中學第一至六校幾位校長發起共同整理校史，邀請各地校友會及校友一起參與校友回憶錄的徵集校史的活動。校友回憶錄是透過 Google form 填寫問卷的方式徵集校友的為主，也有學長以文本自述的方式回憶，採集聖中校友專訪、校友自述對母校的回憶，以博雅傳承聖若瑟的精神，藉此傳遞正能量。以這種方式徵集學長的回憶稿，有不足之處，始終不是面對面訪談，當學長談及的內容，學弟妹想了解多些時，卻不能即時提出，有點美中不足。

每篇回憶完稿後，由各校部的老師編輯後，讓在校學弟妹寫讀後感，以傳承學長宏揚校訓之精神。透過在校學生寫讀後感是了解學校過去，認識學校的發展；同時表達愛學校的機會，以促進學校未來的發展；同時，期望促進三個校部師生及校友交流的好機會，為校慶活動增加多重意義。回憶錄印刊時，學長自述或回憶的文稿經編輯後與學生的讀後感同版刊出。

出版少不了排版，排版工作是既繁瑣又枯燥，幸得施明珠校友的鼎力支持，印刷方面有賴校友周紹湘先生華輝印刷公司及其團隊不懼繁瑣，才得以順利付梓，特此致熱烈謝忱！

〈博雅傳承九十載——聖中校友回憶錄〉是九十周年校慶的紀錄，實屬不易，三所聖中學校的師生及近百位學長的參與，才有的成果。唯因時間所限，內容如有不成熟或疏陋之處企盼各方好友和學長不吝指正，並提出改善和補充之良方。本問卷現時仍然繼續徵集學長們的分享和回憶，期待可以了解更多學長們過去經驗或現在的生活，這些回憶正是一所母校的校史，將是學弟妹成長的最好榜樣，更是母校不斷進步的動力，願學長不吝指導及分享。

期望 學長有空一定要回母校走走！

祝願 學長身體健康！萬事勝意！天主保佑！

請登入以下連結為〈博雅傳承九十載——聖中校友回憶錄〉續篇，賦上新的篇章。

<https://forms.gle/6TMYyE4HWx8oVZi37>





聖若瑟教區中學
COLÉGIO DIOCESANO DE SÃO JOSÉ



聖若瑟教區中學第五校
Colégio Diocesano de São José (5ª)



聖若瑟教區中學第六校
COLÉGIO DIOCESANO DE SÃO JOSÉ 6



電子版，請掃描以上QRcode查閱