



柏立基教育學院校友會

盧光輝紀念學校

S.R.B.C.E.P.S.A. Lu Kwong Fai Memorial School

校長的話

2024年1月刊



《每天擁抱十二次》

各位親愛的家長：

一年之計在於春，你們有沒有在年初與小朋友定立新年大計呢？在1月3日的早會上，我給全校同學一份功課，就是每天放學回家後，擁抱家人十二次！當我的兒子年紀還小的時候，大概是小學一年級吧，有一天放學回家後，他緊張地告訴我：「媽媽！媽媽！老師告訴我，如果父母能每天擁抱小孩子十二次，小孩子就會活得更健康、更有自信！你可以每天抱我十二次嗎？」聽到兒子這個「小小的請求」後，我不禁慚愧起來——是啊！我應該好好地擁抱我的孩子，讓他感受到我對他的愛與關心，多謝老師的提醒！這個擁抱的重點不在於次數，而在於一家人能夠每天進行「愛的操練」，而每次擁抱都必須帶着感恩與祝福！我告訴所有在場的同學，請把這份功課帶回家，並告訴爸爸、媽媽：「校長說，請爸爸媽媽每天擁抱我十二次，讓我活得更健康、更有自信！」

各位家長，這確是一個既簡單又有效去獲得健康與自信的方法，但必須每天堅持及彼此信任。這個擁抱可以把愛與關懷迅速傳遞，請大家不要吝嗇，以最簡單直接的方法去表達你們對孩子的愛。我深信，如果大家都能夠堅持每天操練這個「愛的擁抱」，十年、二十年後，孩子一定能茁壯成長，到時孩子們會自信又滿足地告訴大家，很感謝父母過去對他們所付出的愛！

在此祝福每個家庭在新的一年都能夠健康快樂！幸福平安！



二零二四年一月
校長 鄧瑞瑩博士

