愈感恩、愈寬恕、愈快樂

計劃分享會2020/21

佛教慧因法師紀念中學 秦珊輝助理校長

2021年6月9日

本校校訓:

明等智調問點

活動內容	<u>舉行時段</u>	參與/感恩/寬恕對象	<u>恆常活動</u>	增加活動
開學禮	9	全校參與: 感恩自己、 醫護、身邊人、大自然	✓	
珍愛校園、珍愛同行	29/9	全校參與:感恩、珍惜		\checkmark
校園快閃FUN	每月	全校參與	✓	
初中德育課 感恩篇	11	初中		✓
法寶節祈願法會	1	全校參與		✓
敬師活動	3	全校參與: 感恩老師	\checkmark	
惜別周會	5	全校參與: 感恩同伴成 長學習的人	✓	
社區服務活動	2	全校參與:社區內長者	\checkmark	
好書分享		全校參與:大自然	✓	



不一樣的開學禮

感恩珍惜、同心抗疫: 我的行動承諾啟動禮

積極

感恩

關愛

尊重他人

珍惜

樂觀

承擔

我的行動承諾網上資源



珍愛校園、珍愛同行活動



生命教育基金會網上資源



初中德育課:感恩篇

感恩教育課活動內容



清走黑氣石活動

活動目標:

- 活動可讓同學有表達負面情緒的機會
- 活動能讓同學有表達感恩的機會
- 活動可令同學檢視自已情緒反應
- 活動可培養寬恕和感恩的美德

推行方法:

- 填寫蘋果卡向大自然、其他人或自己表達感恩之情,壯大各班的蘋果樹。
- 填寫黑氣石卡,向身邊人透露出自己的不滿或負面情緒,把石頭送走, 學習寬恕別人等如放過自己,走出黑氣石的纏繞。

推行流程:

- 由同學自由填寫,把卡片投進社工室的收集箱,收集箱貼上卡片樣本。
- 由班主任、社工及訓育老師推薦,如發現同學有黑氣石的纏繞,影響同學的狀況,鼓勵同學學習主動寬恕,寬恕別人、放過別人、並填寫感恩卡感謝自己對自己的愛護。
- 由訓育組統籌定期交班主任引領同學填寫。

清走黑氣石活計劃



法寶節祈願法會

慈悲觀

慈悲觀是禪修的其中一種法門,就是透過觀想令我們有感恩、 柔軟的心去對待身邊的人和處理事情

「眾願成就」—菩提葉祈願

對象:

- 1. 自己
- 2. 他人(家人、朋友、老師、社會'國家)
- 3. 中六同學

祈願語

吉祥如意 笑口常開 生活愉快 工作順利 身體健康 家庭和睦 事事順心 學業進步 心安平安 合家平安 順緣增長 六時吉祥 福慧雙增 心無罜疑 身心自在 平安喜樂

初心





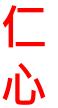
心

吸入:

感恩、喜悅、平安

呼出:貪、嗔、痴

寛心





敬師活動:好花獻給你



惜別周會

班主任課(中六)感恩我遇上





社會服務

農曆年



捐血日

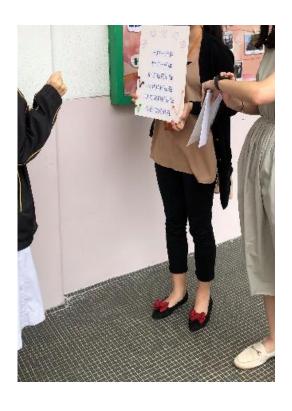


佛誕日派贈結緣福袋



校園快閃FUN活動

急口令比賽



衝破籃框



經驗分享

- 預先規劃,群策群力
- 在恆常活動中加入配合感恩的元素

- 善用其他資源
- 新常態下修訂計劃,彈性處理

佛化德育與價值教育

自覺自利

誠信

堅毅

守法

1. 成為一個優質的人

佛教常言:「人生難得。」 我們有幸成為人,首先要 覺生命有無限的可能,從 發心珍惜當下和善用因緣 好好活下去,成為一個優質 的人。

覺他利他

尊重他人 同理心 關愛

2. 成為一個懂得愛的人

要學會關心別人和明白別 人想法,繼而成就共同的 幸福。己所不欲,勿施於 人,互相尊重和成就對方, 一起共建和諧包容的社會 成為一個懂得愛的人

緣起依他

責任感 國民身份認同 承擔

3. 成為一個明理通達的人

世界一切的人和事,都依仗眾多因緣才得以出現和存在。假若天下不平,國不能治,家不能齊,人又如何得到幸福呢?因此我們要成為一個守法和有責任感的明理達人。

感恩 共同踐願

圓滿眾生