

退休的第一年——王許翠紅前副校長

我懷着依依不捨的心情離開在沙循接近 40 年的教育工作崗位，亦帶着興奮莫名的心情迎接退休的生活，對我而言最初的感受是很複雜，畢竟工作已經成為我過去人生的主要部份，我能否適應沒有工作，沒有同事和學生共同努力的日子呢？感恩！接近整年的退休生活，大致上我的感受都是幸福及美好的，是人生一個新的體驗及新的學習階段，這個適應基本上是順利，儘管間中仍是很掛念學校，在夢中間或重逢久違了的學生及同事。



去年九月中我用了一個為期六十天的「秋季大旅行」方式與昔日的的生活作一個分水嶺！我與丈夫及另外三位退休朋友一同暢遊美國的大峽谷及黃石國家公園，坐郵輪到阿拉斯加，跟着再去加拿大，在當中體會大自然的鬼斧神工，湖光山色，沉浸在秋色楓林當中，每一天的「工作」就是遊歷，觀賞，欣賞大自然的奇妙傑作：日出日落，森林冰川，星河瀑布，崇山峻嶺……，更欣喜的是可以探望在美國居住的沙循第一任校長周子森牧師及師母。這一趟的旅程讓我的心靈徹底被洗滌，是上帝給予我人生的一份大禮，心中充滿感恩！



60 日旅程完畢後，十一月中回港開展新的生活。十二月初去了一趟柬埔寨，探訪由美國及香港豐榮團契創辦的豐榮女子中小學及幼稚園，看見宣教師及當地的校長和老師對教學的熱誠，對當地兒童及女孩子的愛，心中充滿敬意，也開闊了我的生命。

十二月及一月是慶祝生日，聖誕，新年及農曆年的日子，與摯愛家人共渡天倫之樂，好得無比。退休最珍惜的是可以和母親更多相聚的時間，母親年紀老邁，身體多處毛病，時有發作。現在我不用工作，就可以有多些時間陪伴她，例如去公立醫院覆診，又或陪她飲茶，又或在她家中陪伴在側，看着日漸衰老的媽媽，心中不忍，「樹欲靜而風不息，子欲養而親不在」，所以慶幸現在已經退休，可以隨時陪伴母親，盡表孝道。

二月至四月，我一口氣參加了水墨畫班，健康舞班，西式甜品糕點班，又自學彈琴，生活充實忙碌，三個月的課程，讓我尋找了一些新的樂趣，生活添多一些色彩，令我意想不到的原來我竟然有些繪畫天份，水墨畫帶給我很大的滿足感呢！哈哈！

執筆之際，正是五月，沒想到我竟然在退休的第一年重執教鞭，因為朋友進修，我雖然猶豫，最終都答應幫她代課五個星期。從來未試過在另外一間學校教書的我，心情當然十分緊張，幸好剛剛過了一個星期，一切順利，學生乖巧，看着他們，讓我想起昔日沙循一張張學生純真的笑臉，我由衷感謝天父，祂深知我愛教書，就在此時此刻，一個最適合的時候，給我「望梅止渴」，過一過「教書癮」！生命實在美好，我又再次拿起我藍色的公事包上班了。我相信五個星期的代課時間，不多不少，足以讓我經歷及學習新事物。

退休的第一年，我的感受是生活環境雖然改變，但核心仍是一樣，只要帶着珍惜每時每刻、好好數算自己日子的態度生活，並懷着愛與喜樂的心，對待每一個新相遇，新相識及舊相知的人，生活就會愜意。退休不是沒有工作，只是「工作」環境換了，但核心價值仍是一樣，就是愛——自愛、愛人、愛神。❤

寫於 2025 年 5 月 5 日



《破。地獄》美術指導姚漢文先生分享

電影《破。地獄》上映至今，其票房已突破一億七千萬港幣（截至 2025 年 5 月 18 日），登上香港史上華語電影票房之冠。除了出現在鏡頭面前的演員，一套好的電影離不開幕後工作人員的努力，其中美術指導姚漢文先生是沙循的校友，他憑本片榮獲第 61 屆亞太影展最佳美術指導。姚先生於 3 月 19 日回到沙循分享他的工作，以下是當日他分享的精華節錄，給未能回校的校友細味。

日常工作

很多影像的製作都需要美術指導才能呈現精美的畫面，常見的有電影、廣告、mv 等等。美術指導是一個攝製團隊的核心之一，他們的工作並不簡單，每天都在劇組「負重前行」。美術指導的基本工作大概可以分為四個步驟：資料搜集（Research）、場景設計（Set design）、場景建設（Construction），以及場景佈置（Set dressing）。

資料搜集多數是從書本、互聯網及以往的電影作品中參考，例如有關舊時代的歷史便要靠閱讀歷史書籍來參考。每一套電影的主題都有不同，因此美術指導於製作每一套電影之前都會閱讀大量書籍，以了解電影的真實背景。

場景設計方面，美術指導會用影像處理軟體（如 Photoshop）來進行繪圖。繪製好的概念圖（concept drawing）需要展示出不同場景的佈局，然後再繪製細緻的 3D 施工圖（construction drawing），展示不同場景中的細節，例如客廳裡的裝潢、茶几擺放的位置等等。

場景建設方面，《破。地獄》搭景所需要的舊時代建築物料（例如門窗）是由二手市場中購買，比親手製作物資省時省力，電影中一些磚頭等的建築材料更是由舊唐樓拆卸得來。

場景佈置中，姚先生需要考慮家具的擺放、場景的裝飾等。一些細緻裝飾要和角色的心境或形象相配合，《破。地獄》中客廳的牆身塗鴉能反映演員衛詩雅心境的轉變，一開始塗鴉被雜物遮擋，後來移走障礙物後，整個塗鴉隨即展示出來，達到展現角色的蛻變與成長的最終效果。

佈景的道具需要呈現細節，例如電影中的重要道具桃木劍是用燒過的鋁片製作，需要先設計整把劍，然後製作 6-10 把，當中要考慮安全、重量、使用手感的問題，然後進行測試。又例如演員黃子華坐的紙紮車，不但要與一般汽車的大小進行 1:1 復刻，更要考慮承重問題，姚先生提到印象最深刻的是試坐紙紮車，坐上紙紮車時覺得很神奇，他很欽佩於紙紮師傅的手藝。

成長經歷

姚先生自覺不是一塊讀書的好材料，中學時他的成績並不理想，而且經常為自己的前程感到迷茫。深受家人影響，他打算跟從家人從事裝修，但經過學習後卻發現自己對此不感興趣。而姚先生在修讀數碼媒體時發現自己喜愛拍攝，因此他決定繼續深鑿於拍攝，讓自己的技術更精。然而，畢業後不是馬上就能就職，姚先生的入行之路也是佈滿坎坷，幾經輾轉才成為美術指導。畢業後，由於沒有人脈，姚先生只能向一個一個電影導演求職，最後通過一張海報，找到當時著名的麥曦茵導演，她看過姚先生的個人履歷及畢業作品後，決定讓姚先生加入劇組。他跟著當時的美術指導學習，經過兩年的時間終於成為一名正式的美術指導，開始從事電影的美術工作。成為美術指導後，還要不斷進修，例如姚先生曾自學軟件，又不斷翻看其他電影作品學習如何拍攝更有美感的畫面等等。正是因為他的精益求精，才讓每一部作品都越來越好地向觀眾呈現。

他入行之前並沒有閱讀的習慣，因為工作需要，他開始閱讀大量書籍，到現在已閱書無數，並能夠享受閱讀帶來的樂趣。他向我們展示了他的書架的照片，不同顏色、厚度的書整齊地擺放在書架上，像戰利品般展示著他的知識淵博。



迎刃而上

美術指導的工作不只是一要設計場景，更要與導演、演員溝通配合，其中需要面對很多挑戰。姚先生分享了他在拍攝武打電影時，有一位演員突然提出要一面可以輕鬆打爛的牆。於是在只有幾個小時的準備情況下，他成功砌出一面只要稍用力打就會坍塌瓦解的牆，既令演員不會受傷，又能呈現有實感的武打場面。因此身為一個美術指導，需要靈活變通，即使面對壓力，也要於短時間內調整心態，不要求盡善盡美，只是要盡力做到最好。

對姚先生來說最難的項目就是拍攝《悟空傳》中需要搭建一個帶有唐朝元素的大船場景，這次搭景不能一味地套用唐代風格，也是要融入自己的創作。姚先生在搭景前看了大量的書籍及資料，學習歷史及唐朝的建築風格。最終，他用了兩個月進行資料搜集，三個月完成搭景，向觀眾呈現一個極具唐代特色，又不失生活氣息的大船。

面對困難時，姚先生勤奮、堅持，並對工作永遠保持熱誠。在劇組中，很多時候美術指導要通宵工作，然後清早就要開會，有時還要身兼場務的責任，幫忙做一些雜活。即使他的工作再辛苦，因為出於對這個職業的熱愛，他仍然堅持工作。姚先生：「如果發現做一件事辛苦，那是因為不夠對它熱誠。」

希望姚先生能在往後的工作生涯創造更多高質的電影作品，讓我們一起期待他站在更大的舞台的一天。



沙循人

1 小時前 · 🌐

沙循校友必備！實用美觀兼具的手機掛繩登場

沙循校友一向重視紀念品的實用性，是次校友會推出了兩款手機掛繩，希望能夠滿足需要經常使用手機的校友，讓校友們可以擁有一款既實用、美觀，同時能回憶起校園時光的手機繩。

本次推出的手機繩共有兩款顏色：清新的淺藍白間以及沉穩的深藍色。設計靈感來自我們熟悉的沙循校服，配以印有「stmc」英文字夾片，以及一個可拆卸的校徽亞克力吊飾，處處都充滿著校園回憶。

另外，這款手機繩的實用性也非常高。不僅可以隨意調整長度，還配備了三個堅固的扣環，除了手機之外，還可以扣上耳機、鑰匙、飾品等小物。我們也考慮到大家戴手機繩時最擔心的問題，這次特別選用了粗 7mm 的繩子，確保在掛上電話後既不會感到厚重，也不會勒痛肩膀，絕對是實用又時尚的紀念品！誠意推薦各位校友入手！

美觀！

靈感來自熟悉的沙循校服，配以印有「stmc」的夾片，以及一個可拆卸的校徽亞克力吊飾，處處都充滿著校園回憶。

實用！

配備三個堅固的扣環，除了手機之外，還可以扣上耳機、鑰匙、飾品等小物。掛繩特別選用粗 7mm 的繩子，既不會感到厚重，也不會勒痛肩膀。

配備兩款顏色：

• 淺藍白間 • 深藍色



校友會顧問老師 周紅影老師

沙循人手機掛繩

實用！美觀！

※圖片僅供參考



👍 1,983

👍 讚好

💬 回應

➦ 分享



沙循人



alumni_stmc

校友會幹事名單 (2023-2025)

學校顧問 黃妙嫻副校長·顧問老師 周紅影老師、劉炬廷老師、馬思進老師·主席 葉寶玲·副主席 張文曦·司庫 蔣泓鋒·文書 楊曉瑤·技術支援 劉昕悅、梁珈佑·康樂 李啟恩·總務 羅栢瑩·出版 張曉麟、李嘉樂



呼籲捐款校友助學金

校友助學金於 2015 年成立，由一位熱心校友為家境清貧的學弟學妹捐款而設立的助學專款。在這十年間，幸得校友們持續捐款，讓有經濟需要支援的同學獲助學金的資助，能及時就診、參與課外活動或境外交流、並解決家庭突發的經濟需要。由於近年經濟環境轉差，需要資助的學生倍增，預計來年助學金餘款已不足資助有需要的同學。現呼籲校友捐款校友助學金，讓有需要的學弟學妹得以受惠，解燃眉之急。有意捐款者，可掃描右方二維碼，填寫捐款表格。

如有查詢，可聯絡黃妙嫻副校長。

填寫表格及支票
寄回學校



轉賬至學校銀行
戶口



沙循人

1 小時前 · 🌐

校友回校共聚 溫馨燒烤話當年

二零二五年一月四日傍晚，母校迎來了逾百位校友攜家帶眷重返校園。暮色中的校園燈火點點，燒烤爐升起裊裊炊煙，歡聲笑語中夾雜著孩童的嬉鬧聲。

早到的校友們興致勃勃地參與校園導覽，細數校園今昔。負責導覽的 Mrs Wong 細心講解每個角落的故事，校友們駐足細看，一同回顧青春歲月。

燒烤爐備好，校友們圍坐在燈光下暢談人生經歷。特別令人感動的是，許多校友帶著配偶、子女前來，讓下一代感受母校的溫暖氛圍。孩子在燈光映照的球場上嬉戲，大人們則與昔日師長同窗談天說地。台上的遊戲更一度將活動氣氛推向高潮。

活動在溫馨的氛圍中圓滿結束。校友們依依不捨地告別，相約下次再聚。這次聚會重溫了同窗情誼，更見證了母校的發展。期待來年能與更多校友一起續寫這份珍貴的情緣。



👍 1,983

👍 讚好

💬 回應

➦ 分享