

A 基督教	
	AA_走進聖約翰座堂
	AB_教省徽號睇真D
	AC_聖約翰座堂建築的美和聖
	AD_聖公會歷史知多少
	AE_走進聖三一座堂
	AF_東九龍教區知多D
	AG_聖三一座堂建築的美和聖
	AH_宗教禮儀睇真D
	AP_苦路參學體驗
	AQ_敲鐘鳴志體驗
✓	AR_洗腳禮體驗



洗腳禮體驗	
A	領袖素質知多少
B	藉洗腳的體驗培育謙卑的領袖
C	洗腳禮體驗
D	分享與總結
E	體驗活動後的反思與跟進
F	備忘

- ⇒  導師請預先指導學生完成【AH_宗教禮儀睇真 D】，作為知識鋪墊，讓學生對基督教的信仰及禮儀有一概略認識，才進入本學習單元。
- ⇒  這部份附有多段影片，供學生在現場觀看，然後在現場進行實地觀察及反思。若因技術問題，學生不能在現場觀看影片，導師可預先安排時間，指導學生觀看影片；並印備工作紙，讓學生在現場進行觀察與反思。
- ⇒  學生完成洗腳禮體驗之後，可用 10 分鐘分組交流體驗經歷及得著，然後由老師抽取個別小組在大組分享，並進行總結。

A 領袖素質知多少

1. 領袖素質知多少（老師分享）

領袖素質知多少（老師分享）

1. 我們常說現時的年青人，大都缺乏責任感。飽食終日，渾渾噩噩，失去了應有的人生目標，沒有使命，沒有承擔。除了一大堆負面的陳述外，面對這種社會衰象，我們只有無力匡扶之感。但我們撫心自問，自己可有鄭重地向年青一代表達師長對他們的期望？當每次對他們帶有怨懟式的責罵時，能令年青一代奮發有力地承擔社會的責任嗎？究竟這種羣體公德之心是怎樣內化而成的呢？
2. 禮儀是人們生活在不同場合中所應表現的行為規範，其間可透過不同的動作姿態，去育化心中的思想，變化內裏生命的氣質。藉着謙恭屈膝的洗腳過程，讓年青人體驗到服侍別人所感受到的愉悅。這種實踐經驗，使「施比受更為有福」這句話，變得更含內蘊，豐富了我們接觸生命價值的感受。
3. 為甚麼經常強調要服務社會？人於天地間，稟賦萬物的化育，有其獨特的角色，也應有一份責任。因著每一份責任的延伸、凝合，使人類的世界得以延續至永遠。能對生命感恩，便能慢慢加入共同承擔建立生命的大洪流。分擔世間的創痛，並不是一件易事，很多聖賢先哲，不惜犧牲個人生命，以貫徹無私的大同社會。
4. 為別人洗腳的體驗活動，主要源自耶穌的故事。在當時猶太人的社會，耶穌以老師的身份，替門徒洗腳，不以老師尊貴的身份自居，為學生樹立了謙卑的榜樣。這個體驗活動，就是希望讓學生親身體驗，謙卑服侍他人的感受。
5. 這個活動雖然帶點宗教性質，但是卻能讓學生體會謙卑服侍他人的感覺，值得嘗試。

- ⇒  參學活動前，學生上網搜尋資料，作為「啟疑」及「知識鋪墊」的開始
- ⇒  〈1.我的推介〉適合所有學生；〈2. 我的精選〉適合基礎較佳學生

2. 我的推介



- 1 瀏覽（三個或以上）網頁，了解有關「洗腳禮」、「僕人領袖」的資料。
- 2 選出兩個「好網站」，向同學推介，並略為說明推介的理由。

網頁名稱：	我的推介（一）
網址：http://	
下載日期：	
推介的理由：	

網頁名稱：	我的推介（二）
網址：http://	
下載日期：	
推介的理由：	

3. 我的精選



- 1 瀏覽網頁，了解有關「洗腳禮」、「僕人領袖」的資料。
- 2 選出一個「好網站」，向同學推介，並略為說明推介的理由。
- 3 下載圖片，附上簡單說明，介紹當中可學到甚麼價值觀。

網頁名稱：	我的精選
網址：http://	
下載日期：	
推介的理由：	(圖片)
當中可學到的價值觀：	(圖片)

4. 網站推介

⇒  老師參考資料。

網站推介
〈「強勢」與「僕人領袖」〉 https://www.cccowe.org/content/b5/pub/ps200609-30.html
〈僕人式領導〉 https://m337337.pixnet.net/blog/post/119084407-%E5%83%95%E4%BA%BA%E5%BC%8F%E9%A0%98%E5%B0%8E-servant-leadership
〈洗腳禮〉(維基百科) https://zh.m.wikipedia.org/zh-hk/%E6%B4%97%E8%85%B3%E7%A6%AE

5. 我認識的「領袖人物」

- 5.1 請上網搜集三位「領袖人物」的資料，寫成三篇簡單的傳記，以作介紹。這些人物可以包括政治、軍事、宗教等不同領域的人物，以下是一個例子（如果學生沒有甚麼頭緒，老師可考慮介紹德蘭修女、馬丁路德金、甘地、孫中山等）。

⇒  為照顧未能上網的學生，本資源套附有相關網站資料，以便閱覽。

網頁名稱：	〈亞歷山大大帝〉(維基百科)
網址：	https://zh.m.wikipedia.org/zh-hk/%E4%BA%9A%E5%8E%86%E5%B1%B1%E5%A4%A7%E5%A4%A7%E5%B8%9D
內容節錄 ¹ ：	馬其頓的亞歷山大大帝，其名字亞歷山大意為「人類的守護者」；前 356 年 7 月 20 日或 21 日—前 323 年 6 月 10 日或 11 日)，世稱亞歷山大大帝，古希臘馬其頓王國國王，是古希臘王室阿吉德王朝成員。亞歷山大出生於前 356 年的佩拉，在二十歲時從他的父王腓力二世手上繼承馬其頓王位，幾乎他的統治期間都在進行前無古人的大型軍事征服活動。直到他三十歲時他已經建立了疆域最大的帝國之一，範圍從希臘、小亞細亞、埃及、波斯、兩河流域、阿富汗以及印度西北部[18]。他在戰場上從未被擊敗，且被認為是歷史上最偉大的將軍之一。

¹ 維基百科（2022）。〈亞歷山大大帝〉。取自 <https://zh.m.wikipedia.org/zh-hk/%E4%BA%9A%E5%8E%86%E5%B1%B1%E5%A4%A7%E5%A4%A7%E5%B8%9D>。

⇒  為照顧未能上網的學生，本資源套附有相關網站資料，以便閱覽。

網頁名稱：	〈阿道夫·希特勒〉(百度百科)
網址：	https://baike.baidu.hk/item/%E9%98%BF%E9%81%93%E5%A4%AB%C2%B7%E5%B8%8C%E7%89%B9%E5%8B%92/288484
<p>內容節錄²：</p> <p>阿道夫·希特勒（德語：Adolf Hitler，1889年4月20日～1945年4月30日），納粹德國元首、總理，納粹黨黨魁，第二次世界大戰的發動者。</p> <p>1889年4月20日，希特勒出生於當時奧匈帝國的因河畔布勞瑙，1914年8月，參加第一次世界大戰，1919年9月，加入德國工人黨（納粹黨）並擔任黨主席團委員，1921年7月，成為納粹黨元首，享有指揮一切的權力。1923年11月8日，希特勒發動啤酒館暴動失敗，1933年上台成為德國元首。1939年9月1日，入侵波蘭，掀起第二次世界大戰歐洲戰場的序幕，1939年到1941年相繼佔領了歐洲的14個國家，並且把羅馬尼亞、匈牙利、保加利亞、南斯拉夫變為自己的僕從國。1941年6月22日，進攻蘇聯，之後陷入蘇德戰爭的不利局面。1945年4月28日希特勒和愛娃·布勞恩正式結為夫婦，1945年4月30日下午3點30分，希特勒在德國總理府地下室開槍自殺。</p> <p>希特勒積極宣揚法西斯主義、極端民族主義、反共產主義、反資本主義、反猶太主義，改組並建立國家社會主義工人黨（即納粹黨）。試圖在歐陸建立以納粹德國為首的新秩序，力主擴大日耳曼人的生存空間並重新武裝德國。第二次世界大戰期間犯下種種罪行，並迫害和屠殺600萬的猶太人。</p>	

⇒  為照顧未能上網的學生，本資源套附有相關網站資料，以便閱覽。

網頁名稱：	〈聖雄甘地〉(維基百科)
網址：	https://zh.m.wikipedia.org/zh-hk/%E5%9C%A3%E9%9B%84%E7%94%98%E5%9C%B0
<p>內容節錄³：</p> <p>莫罕達斯·卡拉姆昌德·甘地（英語：Mohandas Karamchand Gandhi，1869年10月2日－1948年1月30日），英屬印度政治人物，印度國父，印度民族主義運動和國大黨領袖，他帶領印度獨立，脫離英國殖民地統治。他的非暴力哲學思想影響了全世界的民族主義者和那些爭取和平變革的國際運動。</p>	

² 百度百科（無日期）。阿道夫·希特勒。取自

<https://baike.baidu.hk/item/%E9%98%BF%E9%81%93%E5%A4%AB%C2%B7%E5%B8%8C%E7%89%B9%E5%8B%92/288484>。

³ 維基百科（2022）。〈聖雄甘地〉。取自 <https://zh.m.wikipedia.org/zh-hk/%E5%9C%A3%E9%9B%84%E7%94%98%E5%9C%B0>

<https://zh.m.wikipedia.org/zh-hk/%E5%9C%A3%E9%9B%84%E7%94%98%E5%9C%B0>。

⇒  為照顧未能上網的學生，本資源套附有相關網站資料，以便閱覽。

網頁名稱：	〈德蘭修女〉(香港大學)
網址：	https://www4.hku.hk/hongrads/tc/graduates/m-c-o-m-o-b-e-hon-d-d-hon-dr-med-mary-bojaxhiu-teresa-the-reverend-mother-teresa
<p>內容節錄：</p> <p>德蘭修女 1910 年生於南斯拉夫，父母是阿爾巴尼亞人，她曾在南斯拉夫一所政府學校受教育，其後，在愛爾蘭加入了 Sister of Loretto at Rathfarnam 修院。1929 年，這位年青的修女前往加爾各答出任聖瑪利中學校長。</p> <p>1950 年，德蘭修女創辦了仁愛傳教女修會 (Missionaries of Charity (Sisters))。其後多年，德蘭修女一直給予貧困無依的人士免費援助和服務，不分階級、國籍、種族、宗教或地域。</p> <p>德蘭修女在貧民窟設立孤兒院和收容所，又設立庇護所收容棄兒、傷殘病童或弱智兒童。還致力把愛心和關懷推廣予有需要的人，籌辦流動診所，照顧營養不良人士的營養中心，專為麻瘋病人而設的流動診所及康復中心，為吸毒者及酗酒人士而設的復康所，以及為無處棲身人士提供夜間收容所。</p>	

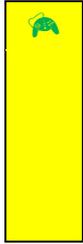
5.2 思考與討論

1. 當中你最崇敬的領袖是誰？
答 學生可自由作答，言之成理則可。
2. 你最欣賞他/她甚麼特質？
答 學生可自由作答，言之成理則可。
3. 這些特質是領袖所必須具備的嗎？
答 學生可自由作答，言之成理則可。

5.3 老師小結

在歷史的長河中，不少英雄人物締造時勢，令世界翻天覆地，開創歷史新的一頁；也有一些人默默耕耘，以堅毅的道德感召他人，到底那些人對世界更有影響力呢？

6. 完成以下遊戲



【GAR A1 領袖素質】

< <https://wordwall.net/play/34943/944/952> >

如果學生無法上網玩電子遊戲，教師可設計工作紙如下

【GAR A1 領袖素質】	< https://wordwall.net/play/34943/944/952 >
哪些是強勢的領袖？哪些是以德行感染人跟隨他的領袖？	
強勢領導：	亞歷山大、成吉思汗、希特勒、商紂王
德行感染：	甘地、馬丁路德•金、德蘭修女

B 藉洗腳的體驗培育謙卑的領袖

1 耶穌為門徒洗腳的故事背景



老師介紹

耶穌為門徒洗腳的故事背景

在巴勒斯坦的地方，塵土飛揚，許多人家裡都僱用僕人為到訪的賓客洗腳，然後才延請入內屋。

洗腳盆並非真正的盆子，只是一個普通盛水的器具，以猶太人潔淨的觀念，一般人不會沾染不潔的器具，所以為客人洗腳是一種待客之道，一般人也不願意放下身份去服事別人。耶穌為我們樹立「僕人領導」的謙卑模式，要提醒我們是以「僕人」的心態來帶領別人，時刻注意對付自己本性的驕傲，使自我不致過度膨脹，最終為權力所腐化。

2 經文研讀

2.1 約翰福音 13:1-5 耶穌立下洗腳榜樣

第 1-3 節是耶穌知道自己快要被害，但亦明白這是神的旨意，將來要歸到神那裏去。第 4-5 講述耶穌在席間起來，脫了衣服，拿手巾束腰，為門徒洗起腳來。耶穌的舉動肯定使門徒十分驚訝，因為從來只有僕人為他人洗腳，卻沒有夫子為人洗腳。但耶穌因為知道自己快要離開他們，故他便站起來為眾人立下榜樣，可見耶穌認為謙卑待人十分重要，他也要令門徒知道，真正的領袖應該是為他人服務的，而並不是政治上的領導。因為門徒曾因為要耶穌在天國給他們位分而爭吵，而且他們也曾跟隨耶穌入耶路撒冷，受過極大的光榮，可見他們曾以為耶穌就是政治上的彌賽亞，故此耶穌要向門徒清楚表明他的期望。

2.2 約翰福音 13:6-11 彼得不明白耶穌的行動

此段寫彼得不讓耶穌為他洗腳，主耶穌回答說：「我所作的，你如今不知道，將來必然明白。」(13:7) 可見彼得不明白耶穌。後來聽見耶穌說：「我若不洗你，你就與我無分了。」(13:8) 彼得就立即要求耶穌把他全身都洗淨，因為他怕在耶穌的國中無分。彼得此處仍認為耶穌是個政治上的主，而非為人罪而死的主。彼得在耶穌死後雖然三次不認主，但後來卻成為了教會的領袖，並且殉道。可見彼得後來也漸學習成為主耶穌的樣式。

2.3 約翰福音 13:12-17 耶穌吩咐門徒謙卑互相服事

耶穌對門徒說：「你們的夫子，尚且洗你們的腳，你們也當彼此洗腳。」(13:14) 耶穌知道門徒不明白他洗腳的用意，所以叫他們如此行。耶穌也明白門徒的憂慮，所以說：「我實實在在地告訴你們，僕人不能大於主人，差人也不能大於差他的人。你們既知道這事，若是去行就有福了。」(13:16-17) 耶穌要告訴他們，無論領袖作甚麼事，他的身分也是不變的，不是因為他為別人洗了腳，就變成了僕人。要做一個好的領袖，應先感受他人的辛勞。領袖的職分，不是掌握權力的統治，而是為別人服務，使人別人感到快樂。

C 洗腳禮體驗

1. 洗腳禮安排備忘

1. 物品安排：洗腳盆、水（預備熱水，以溫水洗腳較佳）、毛巾（抹腳用，每人一條），大毛巾（可用作蓋在穿裙同學的大腿）。最後須有工友幫忙換水。
2. 洗腳禮適宜以班為單位進行，一方面彼此認識，關係較深；另一方面可避免太多人而失去注目焦點及時間太長。
3. 請四位師長先幫同學洗腳，樹立榜樣。然後接受師長洗腳的同學去幫同學洗腳，接受洗腳的同學再為下一批同學洗腳，循環下去，直到每一位同學都有被人洗腳的經驗。
4. 開始洗腳前，老師可重新講述這次洗腳禮的意義及目的，讓同學以嚴肅的態度完

成整個體驗過程。

5. 師長開始為同學洗腳的過程自以為重要，請細緻、用心及溫柔地完成整個過程，讓學生感受到關心，使他們為同學洗腳時能用領受到的態度去對待同學。
6. 旁觀的同學必須安坐在座位上，不得交談。完成體驗的同學，可在座位上靜思剛才的感受，然後記下。

2. 觀看以下錄像，並回答問題

- 認識洗腳禮的形式與過程
- 注意牧師的講話，藉以了解耶穌為門徒洗腳的意義

⇒  **【AR CVa 洗腳禮 01 牧師介紹】**

1. 耶穌說要為門徒洗腳，誰人立刻拒絕？

答 門徒彼得

2. 洗腳後，耶穌表明這時為門徒立了一條新命令。它是甚麼？

答 門徒要彼此相愛

⇒  **【AR CVb 洗腳禮 02 A 同學】**

1. 據聖經記載，耶穌在甚麼日子為門徒洗腳？

答 受難的前一夜。

2. 耶穌為門徒洗腳，信徒應學習他甚麼行為？

答 彼此謙卑服侍。

⇒  **【AR CVc 洗腳禮 03 B 同學】**

1. 耶穌藉洗腳說明進入天國，不是靠權力、威望、異能，乃是靠甚麼？

答 乃是人願意謙卑服侍。

2. 耶穌為門徒作了謙卑的榜樣，他教導門徒「僕人不能大於」甚麼人？

答 主人。

⇒  **【AR CVd 洗腳禮 04 C 同學】**

1. 從影片所見，牧師怎樣為同學洗腳？

答 跪在同學面前，灑水在同學的腳上，然後以毛巾抹乾。

2. 耶穌不單作了眾人的僕人，最後還做了甚麼？

答 甚至犧牲他的生命。

⇒  [【AR_CVe_洗腳禮 05 D 同學】](#)

1. 耶穌教導門徒，服侍最小的弟兄等同甚麼？

答 服侍在耶穌身上

2. 接受了為人洗腳後，耶穌勉勵我們有何立志？

答 作眾人的僕人

D	分享與總結	體驗活動後
----------	--------------	--------------

1. 學生分享：

觀看以下錄像，並回答問題：

⇒  [【AR_CVf_洗腳禮 06 學生分享】](#)

1. 學生被牧師為他們洗腳，普遍有甚麼感覺？

答 答：尷尬、緊張、享受

2. 同學在過程中有放鬆的感覺，令她願意考慮做甚麼？

答 答：為父母洗腳，讓他們也享受放鬆。

3. 訪問提到同學會否為老師洗腳時，各人都表達了意願。你較認同哪一點呢？

答 (同學可自由發揮)

2. 牧師總結分享：

觀看以下錄像，並回答問題：

 ⇒ [【AR_CVg_洗腳禮 07 牧師總結】](#)

1. 耶穌要門徒「彼此相愛」是一條命令，有甚麼涵意？

答 必須要做，不是一個選擇或立志。

2. 這個洗腳的活動，怎樣會令人感受深刻？

答 身分愈是不對等，你卻肯放下身段服侍，那種被愛的感覺就愈強烈。

E 體驗活動後的反思與跟進

⇒ 體驗活動後，老師要給予學生空間寫下自己的感受，然後派發下列思考的問題，讓學生作為家課，多些時間思考與沉澱，才在校內向老師及同學報告

1. 體驗活動學習經歷整理

學生可細閱以下問題，反思並寫下簡單學習筆記

1.1 知

1. 你認為耶穌為門徒洗腳有甚麼用意？

答 以老師的身分為學生洗腳，放下身段，存心謙卑

2. 一般人心目中的領袖是期望領導、權力，僕人領袖可行嗎？

答 無固定答案，自由發揮，言之成理，持之有據即可

3. （對施洗的同學）在你的崗位上，有想過要怎樣為別人服務嗎？

答 無固定答案，自由發揮，言之成理，持之有據即可

4. （對受洗的同學）作為一個學生，有沒有想過有人會無條件為你服務呢？

答 無固定答案，自由發揮，言之成理，持之有據即可

1.2 情

1. （對施洗的同學）承上題，今天施洗時，有何感覺與體會？

答 無固定答案，自由發揮，言之成理，持之有據即可

2. （對受洗的同學）承上題，今天接受洗腳服務時，有何感覺與體會？

答 無固定答案，自由發揮，言之成理，持之有據即可

1.3 意

1. (對施洗的同學) 承上題，你能如何學習謙卑服事的功課？

答 無固定答案，自由發揮，言之成理，持之有據即可

2. (對受洗的同學) 承上題，你能如何學習感恩？

答 無固定答案，自由發揮，言之成理，持之有據即可

1.4 行

1. (對全體同學) 經過今天洗腳體驗的你，有想過要怎樣為別人服務嗎？

答 無固定答案，自由發揮，言之成理，持之有據即可

2 老師總結

總結洗腳的體驗活動，可分為施洗者及被洗者兩個身份，為人洗腳是要自己學習謙卑，放下身段，學習服務別人的心志；被人洗腳則學習放下自己的框框，接受別人幫助而心存感恩。以上兩種態度同樣需要開放自己去接受。

在群體中我們不能單單注目於領袖，其他角色或身份也很重要，尤其重要的是每個人也可以發揮自己的長處，貢獻個人的力量。故此這個單元討論領袖，不等於其他角色崗位不重要，因為社會裏有不同的崗位，不同的分工；而且從耶穌在服侍的教導中，強調不是少數在「領袖崗位」的人才是領袖，而是人人都有這種身份和特質，成為服侍人的人，人想要成為領袖，就必須學習謙卑服侍的態度。故此，這種觀點可能與我們一向的觀念不同，如果以一般權力階級來看，似乎只有少數人是領袖，他們也應高高在上擔任領導的工作。在社會中爭名位，搞關係，要得人尊崇，以權勢欺壓人。但作為「僕人領袖」是以「僕人」的心態來帶領別人，無私地、主動地服事別人。

F 備忘

1. 老師向學生講解事項

- 1 洗腳體驗活動，應在嚴肅的氣氛進行。同學參與時，請以安靜的態度感受整個洗腳的過程，切勿以嬉戲的態度對待，破壞整個活動的意義。
- 2 整個過程，同學必須保持安靜，旁觀者切勿嘲笑洗腳的同學，破壞整個活動的氣氛。
- 3 同學會分批進行洗腳體驗活動，每位同學都會替人洗腳及被人洗腳，洗腳對象會安排同性別同學進行，避免同學感到尷尬。

2. 負責活動老師注意事項

- 1 洗腳的體驗最重要是整個活動的氣氛，因過程中難免會有尷尬的表現，所以必須在嚴肅的氣氛中進行，若以嬉戲的態度完成，過程必定不能達到效果。
- 2 若要同學有更深的體會，為他們洗腳的人必須是他們尊敬的人。若能由校監、校長、副校長或班主任為同學洗腳，樹立榜樣，則後果必然更佳。
- 3 活動最好以班為單位進行，一方面規模較小，氣氛容易掌握；另一方面同學互相認識，彼此洗腳，這樣的接觸更有感染力。
- 4 洗腳過程中，應安排同性進行洗腳，會減少尷尬的情況出現。
- 5 可能會有學生申請不參與活動，老師應持開放的態度了解其原因，或因身體皮膚問題，又或心理上感尷尬等，老師應聆聽其難處，盡量鼓勵參與，但不應強迫之。

備註：除附有註腳或鳴謝的圖片外，本教材所有圖片均由香港教育大學宗教教育與心靈教育中心團隊拍攝，並可作教材製作用途。