

香港中文大學  
沈祖堯校長致全體員工感謝信

各位同事：

今年的 12 月 16 日是大學正向工作間及員工發展委員會倡議的「員工感謝日」，容我藉此電郵，再次跟大家分享一下對感謝的看法。

我最近決意要減輕體重，初步成效希望是「有目共睹」。每餐飯量由兩碗變為兩湯匙是一個奇妙的經歷，我發現自己賴以為生的真正需要原來不多。而當我們能夠明辨渴求與需要，學習珍惜，把每天的事、身邊的人都視作珍貴的禮物時，感謝的心便會油然而生。

另一個讓自己常懷感謝之心的竅門是學習稍稍放下自我。當我們在關注自身需要之餘，如果能夠體察別人的立場與付出，往往會轉化心境，從批判變為包容，進而達致欣賞感謝。

大學已開始招聘下任校長，讓我感到自己離卸任不遠。回想大學過去數年所面對的挑戰，實非我一人有限之力所能夠克服。大家每天殷勤付出，方為我最大助力，為此我要向每一位同事再次獻上衷心的感謝！

放下自我，學習珍惜，讓我們在感謝日當天以至今後，多向你我的工作夥伴表達謝意！無論是心意短句、手作美食，又或者一同參加當日的感恩講座，以至於其他更具創意的的方法，都必能如冬日太陽，令我們的工作間暖意盎然！

沈祖堯

二〇一六年十二月六日