



新界鄉議局元朗區中學校友會

鄉橋

2025

新界鄉議局元朗區中學
NT. HEUNG YEE KUK YUEN LONG DISTRICT SECONDARY SCHOOL

www.hykylalumni.org



hykylalumni@gmail.com



新界鄉議局元朗區中學校友會官方群組
NTHYKYLDSS Alumni Association FaceGroup



目錄

主席的話	P. 1
編者的話	P. 1
2023-2025 校友會幹事會	P. 1
2025-2027 校友會幹事會成員分享	P. 2-3
2024-2025 校友會活動回顧	P. 4-6
專題：「藝歷 2.0」—— 鄉中校友視藝展	P. 7-14

吾師校友

鄉中樂韻 弦歌不輟——周琳達老師專訪	P. 15-16
鄉中、鄉中校友、鄉中校友會——袁志生老師與梁佩英主席訪談錄	P. 17-20
藝術人生楊又蓮——陳綺梅	P. 21
記又蓮吾師個人展覽——麥國寶	P. 22
記個人畫展——楊又蓮	P. 22

我的鄉中年代

我的七十年代——尹漢強	P. 23
我的八十年代——黃惠文	P. 24
我的九十年代——吳清	P. 25
我的千禧年代——陳焯穎	P. 26
我的一零年代——梁卓滢	P. 27-28
我的一零年代——吳卓恒	P. 29-30

2024 DSE 鄉中尖子

遲來的——黃靖康	P. 31-32
不孤單——黃曉晴	P. 33
心之所向，素履以往——方諾言	P. 34
繼續追尋——蔡淇淇	P. 35-36

集腋成裘 惠澤鄉中

校友會各類獎學金簡介	P. 37
2024 年鄉中校友 / 老師捐款名錄 捐款表格	P. 38

鄉中校友會幹事會 (2023-2025)

主席	梁佩英	法律顧問	張永良
副主席	冼文駿 曾楚英	會計顧問	莫浩賢
財政	周燕芳	顧問	蔡培華 張慧玲 姜啟邦
文書	黃靖婷		
幹事	陳綺梅	顧問老師	楊又蓮 袁志生 梁美賢
	吳嘉詠		
	劉家嘉		
	盧愷琳		
	黃嘉怡 黃靖淇		

主席的話

梁佩英 鄉中 1976-1981

猶記起2018年深秋時，吳清說鄉中約有一萬個畢業生，但擔任校友會主席的至現在為止只有九位。勇氣與使命感驅使我擔任這個不可能的任務，令人生增加了一筆重要及濃濃的色彩，彌足珍貴。卸任在即，總結自2019至2025年擔任主席這六年間的一些工作匯報：



1. 編制校友會歷史，讓各位校友了解校友會的起源和延續，及歷任主席所作出的貢獻和付出。
2. 致力建立財政穩健的校友會，令校友會健康發展。
3. 成功爭取在學校禮堂設置歷屆校友會主席榮譽錄 (Honour Board)
4. 自2019年在校內推行校友會學生發展經費計劃，鼓勵在校學生發展潛能，資助他們參與不同的活動。

借此一角，衷心感謝三位校友會顧問老師：楊又蓮老師、袁志生老師和梁美賢老師對我的鼓勵、信任和支持；還要多謝在不同屆別一同服務的幹事們，全賴大家默默付出，並肩同行。

祝願校友會會務壯大，母校校譽日隆。

編者的話

冼文駿 鄉中 1976-1982, 1984-1985

今期鄉橋內容非常豐富，來稿及專訪均代表了不同年代的鄉中師生面貌。舉例來說，一群熱愛視覺藝術的師生眾志成城，在2024年11月在元朗劇院舉辦了藝歷 2.0 視藝展，展品琳琅滿目，美不勝收。所以也就成為了我們今期的專題之一，大家可以從中欣賞到各師生的心血之作。服務校友會多年的袁志生老師及梁佩英主席訪談，鄉中周琳達老師的專訪，以及校友來稿紀錄楊又蓮老師的個人藝展，也是不可錯過。

此外，我們邀請了多個不同年代的校友，以「我的……年代」為主題，分別素描出不同年代鄉中學子的生活；而2024年鄉中的DSE成績驕人，喜獲文憑試超級狀元及其他尖子的分享。

最後，由於今年校友會幹事會換屆，所以本期亦有新一屆幹事介紹，希望各位繼續支持校友會的工作，謝謝！

2025-2027 校友會幹事會成員分享

主席 冼文駟 鄉中 1976-1982, 1984-1985

2019年蒙前主席江偉強介紹，時任主席梁佩英邀請，加入校友會幹事會，曾任文書及副主席，至今擔任主席一職，實在既榮幸又惶恐。榮幸的是能回報母校及服務校友，惶恐的是怕自己力有不逮，辜負校友的厚愛。

為此，只好將勤補拙，如各位校友發現本人或校友會有不足之處，亦請不吝賜教。

25-27一屆校友會幹事會的工作不少，所謂守成不易，感謝歷任前主席已為校友會打下穩固的根基，故今年嘗試走多一步，籌辦周年旅行，除聯誼外，亦讓校友和家人能更認識校友會。

2025-27新一屆校友會幹事會成員橫跨70年代到10年代，極富代表性，不論歲月，俱是有幹勁、抱負、理想的校友，冀望一份鄉中情使不同屆別的校友滙集在一起，校友會繼續服務校友、連繫母校；作為校友與母校的橋樑。

希望各校友多多支持，使校友會會務蒸蒸日上。

祝大家生活愉快，身心康泰！



第一副主席 廖浚宏 鄉中 2006-2012

廖浚宏(Peter Liu)，2012年畢業於鄉中，後赴廣州暨南大學修讀中醫學，返港後專研針灸技術與疼痛學。現於醫療慈善機構及中醫診所工作，並積極推廣中醫知識，曾於多間社區中心及學校邀請舉辦講座，提升公眾對中醫養生與疼痛管理的認識。很高興畢業後仍能與鄉中保持聯繫，延續這份寶貴的關係。



財政 江偉強 鄉中 1977-1982

我十分榮幸能再次以校友會幹事身份回饋母校，為校友及師弟師妹服務。

在今屆任期內，我將以「承先啟後」為核心使命，並以此自勉：

「承先」——銘記前人之功，傳承校友會精神

- 向歷屆幹事及顧問老師致敬，感謝他們無私奉獻，以時間、智慧與熱忱奠定校友會的根基。
- 恪守職責，延續優良傳統，確保會務穩健運作，不負歷屆前輩所託。
- 「啟後」——樹立榜樣，鋪就更寬廣的路
- 以責任心與實際行動竭力投入，為未來幹事立下可參考的標準。
- 推動可持續的校友網絡建設，幫助在校師弟師妹拓展資源，讓他們的成長之路更平坦、更光明。

校友會不僅是連結過去與現在的橋樑，更是助力未來發展的平台。我期待與團隊攜手，讓這份使命繼續傳承，生生不息。



第二副主席 朱正發 鄉中 1971-1978

1971年入讀鄉中，78年預科畢業。40年公務員生涯，任天耀邨房屋副經理。已遠離母校的我，三年前為《鄉橋》撰寫了一篇師生聚會文章，參加最近兩次的校友會聚餐，如今成為幹事會的成員，又重投母校懷抱。



文書 謝家寶 鄉中 1980-1987

80年代就讀於鄉中，初中時受老師和學長薰陶對英文及數學產生濃厚興趣，中四時選修理科課程，開始參與相關學會活動，並加入領袖生隊伍，1987年完成鄉中預科課程，大學畢業後投身資訊科技行業，閒時喜歡跟舊同學聚聚，現時兼任港大明原堂舊生會秘書，感恩能回到母校擔任校友會幹事。



幹事 潘麗雲 鄉中 1976-1981

回首往昔歷歷在目，活躍於排球操場上和田徑跑道上的我，成長道上畢生難忘的地方是母校鄉中。

畢業後曾投身香港兩大著名公司，之後經營一般保險業務至今廿多年。

一直支持校友會活動，出席週年聚餐，適逢同窗邀請加入校友會，欣然答允，希望能略盡綿力，服務大家，回饋母校。



幹事 洪鴻鈞 鄉中 1977-1982

我是1977至82年中文部M班學生，在學時成績操行中規中矩。出來社會工作，發展平穩，雖不算出類拔萃，也盡公民責任，並樂善好施，買旗讓座，扶助老弱傷殘。自覺在學校在社會，都是妥妥的基石。



離開學校後經常關心學校或校友會事務。今得到校友會邀請擔任幹事，希望能為各校友老師盡綿力，使會務順利發展。

幹事 陳綺梅 鄉中 1984-1991

2017年，也許是師生緣，也許是校友情，那一年我回歸母校，加入鄉中校友會。



誠然，很大的因素，是因為鄉中的老師們的鼓勵和支持；更因為見證到，退休老師們，也不辭勞苦，出心出力；也被師姐師兄的無私付出所感染……我擔任成為委員。來屆我將會繼續和大家同行，一起努力，完成十年的小小里程。

鄉中人才輩出，寄望未來有更多師弟師妹，願意投入校友會事務，回饋母校，傳承這份珍貴的鄉中情。

幹事 曾楚英 鄉中 1982-1989

2023-2025年加入校友會，今年度再次參與。



在鄉中就讀時，一直是活躍份子，曾任班長、班會主席、學會主席、領袖生等，全因為熱愛校園生活。香港大學畢業後，曾任中學教師，後從商經營製衣生意。近年專注發展兒童成長課程，同時亦為保險公司理財規劃師。更利用工餘時間創辦「快樂小天使」項目，致力於從小孩開始，推動快樂，希望幫助小孩發揮強項與美德，建立美好及豐盛生命。

累積了不同的人生經驗，很想透過校友會，把自己的經驗，傳承給學弟學妹，回饋母校的栽培。更期望藉着校友對母校的支持，老師及同學，齊心合力，繼續使鄉中成為享譽盛名的中學。

幹事 劉家嘉 鄉中 2013-2019

非常榮幸能夠擔任校友會的幹事，我希望能夠為大家提供一個溝通和交流的平台，促進各行各業的校友之間的聯繫。我相信，藉由大家共同的努力和智慧，我們可以創造一個資源共享、互助共贏的環境，讓校友的每一次聚會和活動都能富有意義。



期待在校友會的各项活動中與大家見面，分享更多的歡樂與合作機會。我將竭誠為大家服務，並希望能在這個平台上與各位共同成長。



4月26日校友會周年大會，各幹事在袁廣業校長手上接過委任證書，開始兩年的任期。

周年聚餐

校友會於 2024 年 4 月 27 日 (星期六) 晚上在元朗明星皇宮酒家舉行晚宴，是日筵開八席半。



鄉中師生聚首一堂，來張大合照，留下美好回憶。每個人的臉上都寫滿了對彼此的珍惜與感激。



鄧奇漢老師 (左五) 捐出一萬元作抽獎。這份心意不僅增添了活動的趣味，也讓大家感受到滿滿的愛心。參加者們都充滿期待，希望能夠成為幸運兒！



新舊老師與不同年代的校友會幹事會成員合照。這是一張見證歲月流轉、師生情誼不變的珍貴照片。感謝每位老師對教育事業的奉獻。

謝師宴

2024 年 6 月 17 日謝師宴，每位老師都在學生們的心中留下了深刻的印記，見證了他們的成長與成就。同學感謝各位老師多年的教導。



校友會正副主席 (左二及左三) 出席謝師宴。



見證友誼與成長的一刻，每位畢業生的笑容都洋溢著對未來的期待與自信。

2024 屆代表名單

6A: 顏樂漁 6B: 吳家謙 6C: 吳礎好 6D: 范晞晴 6E: 黃曉晴
吳俊灝 白慧萌 鄧曉晴 郭鎧澄 梁衍仲

視藝展

2024年7月2日鄉中視藝展，讓學生們展現藝術才華與獨特視覺。



剪綵儀式，簡單而隆重



(左起): 冼文駿副主席、梁佩英主席、楊又蓮老師、梁美賢老師

2025 鄉橋編委會



編委們正為今期鄉橋努力工作中

陸運會

鄉中陸運會於2024年11月12日於天水圍運動場舉行。家長教師會正、副主席和校友會正、副主席出席捧場。主禮嘉賓為活躍體育界多年的校友鄧根來。



(左起): 羅維恩副校、冼文駿副主席、梁佩英主席、鄧根來校友、袁廣業校長、家教會主席廖陳淑霞女士、家教會副主席陳慧貞女士

鄉中周年畢業頒獎典禮

鄉中第五十三屆周年頒獎典禮於 2024 年 12 月 16 日舉行，民政及青年事務局局長麥美娟女士，SBS, JP 親臨主禮。鄉中學子成績驕人，可喜可賀。



中學文憑考試成績優異獎得獎者與嘉賓和校長們合照。得獎者的臉上都寫滿了對努力成果的肯定與對未來的期許。



(左起): 校友會前任主席江偉強先生、楊又蓮老師、梁佩英主席、麥美娟局長、袁廣業校長、校友李東青校長

2025 年第十七屆元朗區傑出小學生選舉決賽

第十七屆元朗傑出小學生選舉決賽於 2025 年 2 月 15 日舉行。



(左起決賽評判團成員): 陳銳斌教授、梁明堅議員、王清女士及協辦機構新界鄉議局元朗區中學袁廣業校長

開放日 (2025 年 3 月 14 日)



光彩悅目的開幕儀式



鄉中開放日校友與梁佩英主席合照



「藝歷 2.0- 元朗鄉中校友視藝展」回顧



籌委會在佈展前會議



三人組負責在朗屏西鐵站外掛宣傳橫額



陳慧玲校友借出場地進行會議



參展校友交作品至元朗劇院展場



2023 年終茶聚，籌委會雛形



籌委及校友們分工合作佈置會場

撰文：曾婉眉

「藝歷 2.0- 元朗鄉中校友視藝展」的發起人楊又蓮老師，於 1976 年獲調派到鄉中，任教美術科（即現今的視覺藝術科），直至 1999 年退休。離任後，楊老師一直對藝術抱有夢想，而這個夢想，首先在 2002 年與郭孟浩老師和校友籌辦了「尋找鄉中藝術人」展覽；繼而在 15 年後，鄉中 50 週年校慶中再次成真。她召集歷任老師和歷屆同學，包括在校老師和同學，成就了「藝歷 - 鄉中金禧視藝展」。

2024 年，在楊老師的推動下，鄉中校友們再次匯聚，同心協力又來一次藝術的盛放 - 「藝歷 2.0- 元朗鄉中校友視藝展」。

藝歷 2.0 由 10 多位校友及退休老師在 2023 年終組成籌委會，開始策劃。踏入 2024 年 11 月，進入籌備展覽的最後準備階段，各種設計品如劇院展示的宣傳海報、市內宣傳橫額、展覽邀請咭、展覽簡介、簽名板等相繼完成就位。參展校友亦密鑼緊鼓作最後衝刺，裝裱作品預備展出。

2024 年 11 月 28 日上午佈展程序開始，元朗劇院大堂展場準備就緒，由策展組組長賴君昶和周燕芳安排，一眾籌委臨場無分彼此，互相合作，佈置會場，並協助參展校友裝置作品。



展場入口及展覽邀請咭



展覽宣傳海報

下午 2 時準時公開預展，共有 4 位老師和 24 位校友參展，作品具備不同元素及媒介，包括國畫、西洋繪畫、書法、攝影、雕塑、混合媒介、行為藝術等，各有特色，呈現各人的創作理念。

萬眾期待的開幕禮安排於 11 月 30 日下午 2 時 30 分舉行，不同屆別校友和老師陸續到場，一面欣賞作品，一面緬懷當年鄉中點滴，一張張想當年的既陌生又熟識的面孔，隨著笑聲穿梭於劇院大堂每一個角落。眾多已退休的老師，包括周家和老師、周的兒老師、郭孟浩老師、袁志生老師、廖敬珍老師、謝韶強老師和伍麗然老師等，出席支持，校友們相約而來，當中不乏 70 和 80 年代校友，互相寒暄聚舊話當年。

儀式啟動，校友會梁佩英主席歡迎來賓，楊又蓮老師分享感受，展覽籌委會曾婉眉主席答謝各方人士後，郭孟浩老師（蛙王）盛裝出席，分享當年教學經歷，隨即進行「蛙玩臨」即興藝術活動。全體出席人士響應蛙王號召動起來，踏步前行，圍圈靠攏，慢慢貼近；肆意揮手，彩紙、海報隨處飄揚，此起彼落；號令聲、歡笑聲，伴隨銅鑼聲響徹劇院大堂，短短 20 分鐘，大家玩得亦樂乎，完美演繹「蛙玩臨」。



策展組長賴君昶協助掛展品



校友會梁佩英主席及楊又蓮老師在開幕式致辭



考慮展示位置



開幕儀式進行中的司儀陳綺梅、蛙王郭孟浩老師及籌委會曾婉眉主席



合作展開覽簡易拉架



蛙王郭孟浩老師、楊又蓮老師、籌委會成員及贊助展覽校友合照



「蛙玩臨」現場氣氛高漲



佈展完成，在楊老師雕塑作品前合照



預展開始在郭老師作品前合照

展覽結束 曲終人未散

多日來各籌委及校友輪流當值，陸續有校友、老師、坊眾友好參觀，簽名留念。熱鬧的筵席始終有完結的時候，12月1日展覽收場，各參展校友再次共聚，藉此機會，互相靜心交流創作心得，拍照留念，然後展品徐徐拆下。展期雖短暫，但鄉中藝術卻可長存，正如楊又蓮老師的願景，藝歷無限。

展覽落幕，籌委們的情誼更深，相約在 12 月 13 日慶功，楊又蓮老師提供主要食物，曾婉眉主席提供場地，眾籌委及義助校友撥冗光臨，難得郭孟浩老師推掉其他活動，帶備大量應景新作，輕裝出席聚會，大伙兒談笑論藝歷，樂此不疲。飲飲食食，談談笑笑後，眾校友又化身蛙王粉絲，請蛙王在新作上簽名留念，玩至深夜，大家才盡興而歸。

2024 年藝歷 2.0 正式落幕，期待這一點火由校友們繼續承傳下去，呈現藝歷無限。

最後作為籌委會主席，萬分感激鄉中校友會鼎力支持，校友會梁佩英主席、張慧玲校友、香力之校友及楊又蓮老師贊助，籌委及校友們支持，才能實現我們這一班鄉中藝術人的夢想。



郭 SIR 為籌委會慶功宴創作畫作



郭 SIR 即席講解如何創作畫作



展覽結束，參展校友卸下作品，來張大合照



送回作品給郭 SIR，不忘攬作



展覽落幕，收起卷軸



分工合作，拆卸作品



慶功宴上滿桌佳餚，開心滿足



籌委慶功吹水宴上，郭 SIR 扮嘢十足，大家亦收穫甚豐



大伙兒化身蛙王粉絲

參展老師作品



蛙王 - 蛙玩臨



謝韶強 - 水是眼波橫 / 魔法森林 / 落霞孤鶩 / 天水圍晨暉

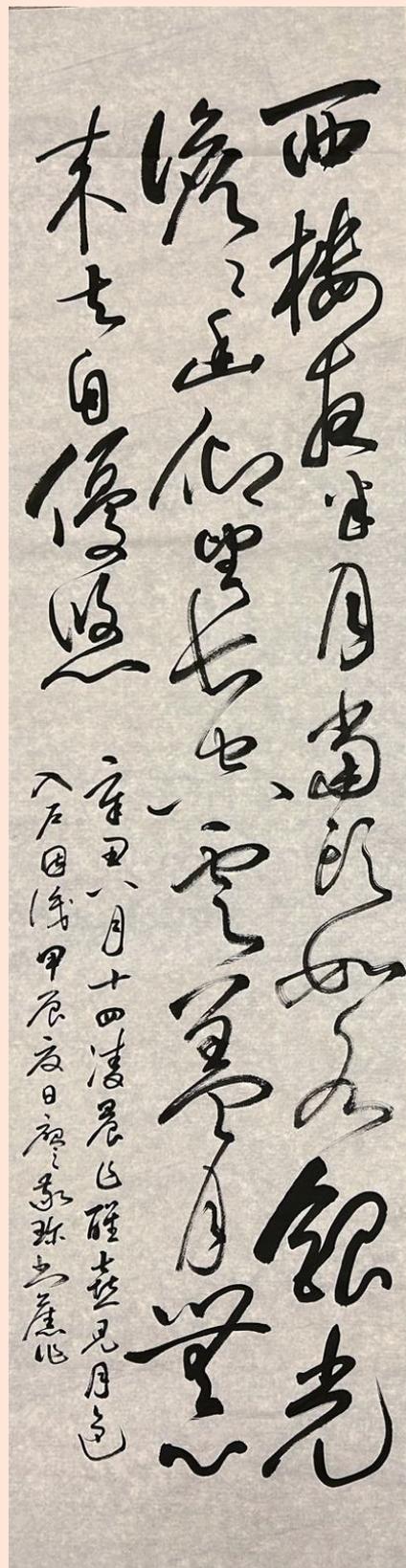


楊又蓮 - 路有未行 / 阿嬌 / 舞翩跹

參展名單

老師：郭孟浩(蛙王) 楊又蓮
廖敬珍 謝韶強

校友：杜之外 周笑梅 張慧玲
趙春蘭 朱麗英 陳惠玲
曾婉眉 韓國禎 文敏儀
孔兆秋 麥國寶 周燕芳
馮玉馨 麥秀蘭 袁艷蘭
范智明 陳綺梅 吳清
謝琬琳 吳嘉詠 楊頌雅
賴君昶 陳紫欣



庚子八月十四日
廖敬珍書於藝歷2.0

廖敬珍 - 草書條幅

籌委會委員名單

顧問老師：郭孟浩老師 楊又蓮老師
校友會代表：梁佩英主席
主席：曾婉眉 副主席：趙春蘭
文書：周笑梅 財政：袁艷蘭
聯絡：陳綺梅 宣傳：陳惠玲
策展：賴君昶 周燕芳
電子媒體：香力之
總務：伍麗然老師

參展校友作品



袁艷蘭 - 黃金串串



張慧玲 - 喜悅、遇見美好



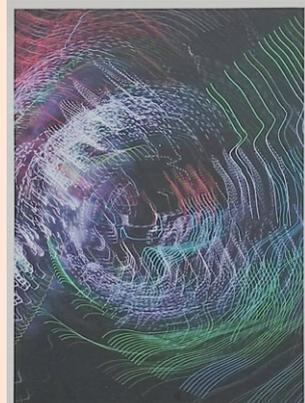
麥秀蘭 - 風景



賴君昶 - Long Jump



謝琬琳 - 喜鵲與狐狸



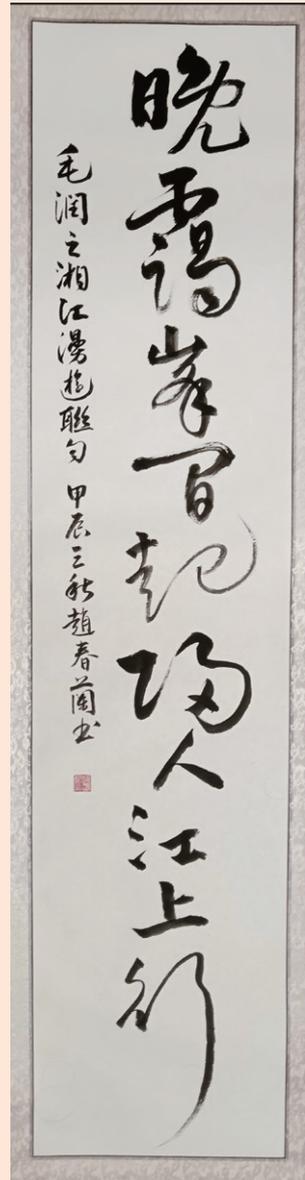
范智明 - Hands on crystal ball



朱麗英 - 向日葵與花田



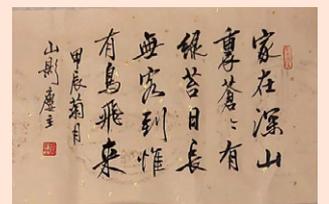
陳紫欣 - Bloom like a flower



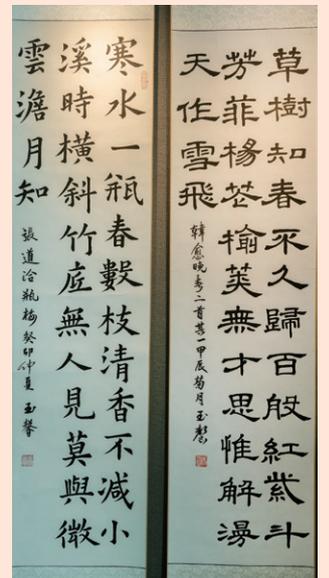
趙春蘭
毛潤之湘江漫遊聯句



周笑梅 - 適者



吳嘉詠 - 山韻



馮玉馨 - 隸書、楷書



杜之外 - 淨



文敏儀 - 你們並不孤獨



陳惠玲 - 越南印象



楊頌雅 - 雪漫天



吳清 - 梧桐寨瀑布



周燕芳 - 遇見粉蝶



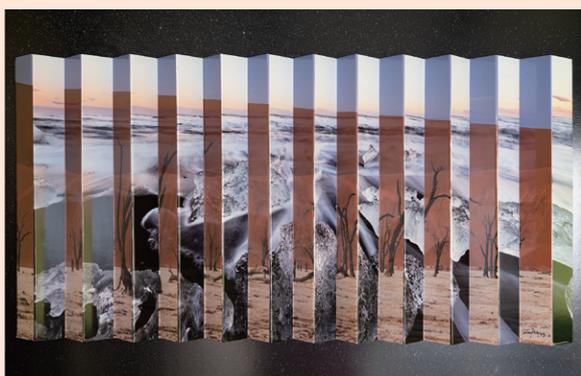
韓國禎 - 一河兩岸



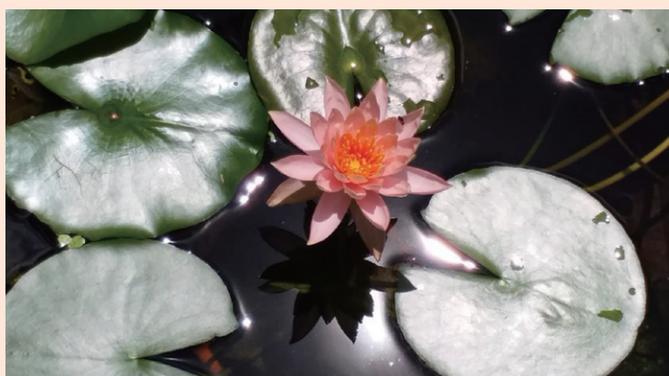
麥國寶 - 白馬過隙



陳綺梅 - 自 Run 其樂



曾婉眉 - 自然的兩極



孔兆秋 - 荷花香

30/11/2024 開幕式花絮

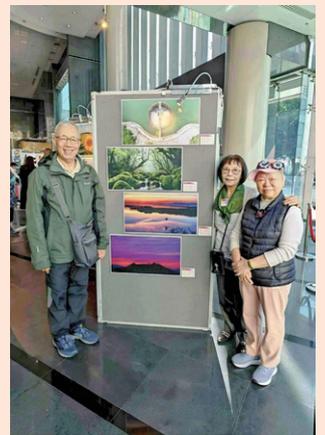


勇敢追夢

由我有一個夢想到夢想成真，我們只花了十一個月的時間，便大功告成，真的有點喜出望外。這完全基於我們有一個了不起的藝歷 2.0 籌委會。真的要感謝我不同年代的學生們。主席曾婉眉阿 Cat，她既有效率，又有經驗，加上其他委員（由 1977 年至 2003 年）全部都是精英，遇到什麼難題，大家都互相協調和互相幫助，一切都能迎刃而解。更難得是有伍麗然老師的仗義幫忙，擔當了最繁瑣的聯繫和文書工作。

我們只開了七次會，絕少有人缺席，大家都全心全意，為這個活動，不介意收工後仍要開會，真是無私的付出，使整個流程都很順暢，開幕禮更是空前成功。主禮嘉賓蛙王（郭孟浩）帶領的遊藝活動，掀起高潮，所有參與者不管男女老少，都全情投入，充滿歡欣的笑聲。

在四天的展期裡，一些多年不見的校友，都在展場不期而遇，出現不少驚喜。而今次參展者跨越由 1974 年至 2009 年的校友，當大家聚首一堂的時候，



夢想成真

撰文：楊又蓮老師 鄉中 1976-1999

都有說不盡的話題。忽然想起：我退休時（1999年），在禮堂跟大家唱了兩段調寄 Over the Rainbow，給我改動了的歌詞。現在讓我們再重溫一下吧！

Somewhere over the rainbow bluebirds fly.
 Birds fly over the rainbow why, oh why can't I?
 Somewhere over the rainbow skies are blue.
 And the dream that you dare to, dreams really do come true.

我的下一個夢就是藝歷的承傳，由 2.0 直至 ∞ 遠，這夢想要就靠大家了。





在鄉中任教多年，周琳達老師是一位熱愛音樂、充滿熱誠的教育者，她為鄉中的音樂教育譜寫了一曲曲動人的樂章。今日，讓我們一同走進周老師的世界，聆聽那些關於音樂、教育與成長的故事。

鄉中樂韻 絃歌不輟

——周琳達老師專訪

採訪：黃靖婷 鄉中 2014-2020 撰文：曾楚英 鄉中 1982-1989

音樂教育之路的開始

「我在2001年進入這所學校，在此之前也有在其他學校任教。來到這裡是一個新的嘗試。」周老師的話語中帶著一絲淡淡的回憶。初到鄉中，當時的她既要了解中學的音樂課程，對中樂的琵琶、柳琴等樂器亦瞭解不多。然而，面對挑戰，老師沒有退卻，她笑言：「幸運的是，學生們也很願意教我，一起成長。」她也很感謝鄉中老師從旁督導，使當時只得幾個中樂樂器班，逐漸發展成現時享譽盛名、在校際音樂節奪獎無數的鄉中中樂團。

周老師深知，音樂教育的精髓不僅在於技藝的傳授，更在於點燃學生內心的熱情。多年來，周老師帶領學校的中樂團、合唱團等音樂組織，讓學生在音樂中找到成就感與歸屬感，同時鼓勵學生積極參與音樂活動，每年的比賽、開放日及畢業典禮表演，都見證了學生們的努力與才華。她憶述：「有一次比賽時甚至試過練到深夜十一點才回到學校，我們還說要拍下在學校樓下那個鐘。這些同學都不會抱怨。」

中西樂團一並前行

時間荏苒，鄉中的音樂教育在周老師的指導下大力發展。不過，音樂的重點仍然圍繞著中樂團，當時有學生建議成立西樂團，雖然發展受到一定的限制，學生們仍滿懷激情地招募新成員，每年的團長都傾盡全力以赴去管理和組織活動，為畢業典禮的演出傾盡心力。「學生們擁有出色的管理能力，能夠自主處理問題。」周老師對學生們的自主性和團隊精神讚不絕口。更重要的是，這些經驗對學生們的成長具有深遠影響。

疫情下的挑戰與堅持

疫情的到來給音樂教育帶來了前所未有的挑戰。「許多學校因無法適應線上授課而停止樂團活動，但我不希望多年來的努力就此消失。」於是，周老師決定開設線上樂器班，她與導師、家長共同克服設備與課程安排的挑戰，最終成功讓樂團得以延續，這份對音樂教育的堅持令人敬佩。

學業與音樂的平衡

面對學業與音樂的取捨，周老師始終相信：「學習並不只是埋頭苦讀。」她認為音樂可以幫助學生建立自信、放鬆心情，甚至成為他們一生的興趣。即便有些學生在高中時退出樂團，她仍鼓勵他們將音樂視為終身學習的一部分，無論未來是否從事音樂相關職業，都能從中獲得樂趣。因此，她更注重培養學生的音樂素養和興趣，而非強迫他們鑽研複雜的音樂理論。在鄉中的校園裡，無論是中樂團、西樂團還是合唱團，都是學生們展示自我、體驗團隊合作的舞臺。這些團隊不僅為學生提供了歸屬感，更讓他們在音樂的海域中找到了自我，成就與滿足。



登峰



世界遺跡



撰文簡介 曾楚英

鄉中畢業後升讀香港大學，2023-25 校友會擔任副主席及學校管理委員會校友委員。現為保險公司理財規劃師，近年亦專注發展兒童成長課程，並創辦「快樂小天使」項目。（對周老師熱愛音樂且全力投入鄉中音樂教育，深感敬佩。）

音樂教育的核心與發展

在初中的音樂課程中，周老師注重「聆聽、演奏與創作」三大元素。她安排學生參與音樂會並撰寫報告，訓練他們表達感受；透過合唱與樂器演奏，提升學生的自信與表現能力；更鼓勵學生嘗試創作，讓音樂成為他們生活的一部分。

至於高中選修音樂課程，學校未有開設相關課程。但周老師仍為有興趣的學生提供建議，推薦他們至校外機構進修，儘管課程嚴格、時間緊湊，仍有學生願意堅持，並取得優異成績。

難忘的教學經驗

多年來，周老師的教學生涯中充滿了挑戰與難忘的經歷。剛加入學校時，前任老師嚴格指導，使她迅速成長，雖然過程並不輕鬆，但卻對她的音樂教育之路幫助很大。另一個難忘的經歷，發生在教學初期，一次畢業典禮的演出，因疏忽而導致指揮的導師缺席，當時學校大為緊張，幸得學生團長臨場指揮、成功完成演出，她不禁道出：「在學校組織音樂活動時，每一個細節都不容忽視。」

對周老師來說，音樂教育的核心價值是培養興趣，讓學生欣賞並享受音樂，而音樂亦為學生成長提供了的養分，讓學生在音樂的陪伴下找到方向，綻放光彩。即使學生因各種原因暫時放下音樂，她深信他們終會重新拾起樂器，讓音樂成為一生的良伴。



生日紀念

訪者簡介 黃靖婷

熱衷中樂，尤其擅長古箏、柳琴、琵琶，並考取了演奏級資歷，在鄉中也是中樂團成員，中學畢業後升讀香港中文大學。





袁志生老師和梁佩英主席在鄉中五十周年校慶晚宴合照



Kitty 2017 年回歸校友會，與袁志生老師喜相逢。

作為鄉中校友，我們當中有多少人與鄉中仍有聯繫或思考過可以為學校做甚麼？這一天，我們邀請擔任校友會顧問老師十年的袁志生老師（袁 Sir）以及兩度擔當校友會主席的梁佩英女士（Kitty）對談，分享這些年參與校友會事務的逸事和成果，並討論如何連繫鄉中校友和壯大校友會。

鄉中、鄉中校友、鄉中校友會

——袁志生老師與梁佩英主席訪談錄



● 受訪者：袁志生老師 ■ 受訪者：梁佩英主席 撰文：趙潔芬 鄉中 1983-1989

校友 要在在學期間對老師和學習生活建立感情，離校後才會對校友會和母校有感情。這點值得大家思考。

你 2014 年接受前校友會主席蘇玉玲女士邀請加入校友會，是抱着甚麼心態和期望？

- 心態方面，由 1979 至 1997 年共十八年我是鄉中的老師，後來有七年角色是家長。2013 年我退休，當時身體情況許可，想以另一個角色跟鄉中有聯繫，故接受蘇玉玲主席的邀請。我的期望很簡單，就是貢獻自己的力量，以顧問老師這角色支持校友會。

在校友會首四年每次開會長達四小時，你經常不發言或發言極短，為甚麼呢？

- 加入校友會初期我的角色難免是觀察居多。蘇玉玲任主席時，Kitty 你也在，各位核心成員合作已久，提出的意見都很充實，不用我太多補充。亦可能我和他們相對不太熟稔，難三言兩語討論。回想起來，確很難想像當時校友會會議長達四小時。

為何往後幾年你變成最踴躍發言的顧問老師，參與程度亦大大提高？

- 往後校友會主席按次序是姜啟邦、江偉強、梁佩英、張一村，然後又是你梁佩英。幾位主席風格各異。江和梁熟識校友會務且積極參與多年，我和他們較熟，較為容易提意見。

蘇玉玲任主席時會務推進已相對成熟。江和梁的時代會務更成熟，更精益求精。

姜啟邦和張一村的變化較多。姜是成功商人，校友會事務經驗較少，他參與初期要學習和摸索，我便提多點意見。張 2004 年畢業，當時我和他初次認識，大家對校友會事務看法有所不同，我對他的處事作風不敢苟同，主動提出我的意見。

你一直非常支持校友會獎學金項目並向校友募捐獎學金。甚麼驅使你這樣做？

- 捐助獎學金是我與鄉中的聯繫之一，也代表感恩。一年捐一個獎學金，猶如「多飲一餐」婚宴而已，但可以回饋並聯繫母校。我相信工作十年以上的校友，解囊千餘元應不成問題。有些校友在校時並非尖子，亦非受重視的一群，但畢業後經濟許可下也很樂意捐助，令我十分感動和鼓舞。

至於獎學金科目，中樂是我個人喜好，中樂團在校內也做得很出色。中國文學獎學金，我作為中文科老師當然支持。新增的生物科獎學金旨在鼓勵在生物科一直有輝煌成績的鄉中學生，現時已有一些醫生校友捐助，我衷心期望更多人支持。傑出辯論員獎學金有分中、英文，由於不是每次比賽都能取勝，故贏出兩次校外比賽的同學已可獲獎學金，近年英文隊在校外賽事有一定表現。但中文辯論自從我和黎少明老師離開鄉中之後，成績乏善足陳，學校參與的比賽少，又何來最佳辯論員？

我最感觸的是，第一屆畢業校友成立「李柏基老師紀念基金物理科獎學金」，他們對李老師和母校感覺強烈，獎學金年期長達二十年。校友若對鄉中有情，最簡單的做法是提供捐助。

聽聞有校友說袁 Sir 對校友會主席人選有很大影響力。你有何回應？

- 就算我想做幕後推手，也要有一個願意做和有能力做主席的人讓我去推。我在幕後要做許多工作激勵和支持，對方才有動力做下去。我的確曾經要努力聯絡、解釋及鼓勵，才成功邀請到校友加入校友會。



袁志生老師（左三）與梁佩英主席（右二）出席鄉中畢業典禮與張吳玉枝校長（左四）及校友合照



鄉情不止於校友會公務：
校友會成員出席袁志生老師于歸之喜婚宴



舉行幹事會會議，
也祝賀袁志生老師生日快樂。



鄉情延續：
校友會成員出席梁佩英主席于歸之喜婚宴



梁佩英主席頒發由袁志生老師捐出的
校友會中國文學科獎學金



鄉中中文辯論隊榮獲第四屆星島全港中文辯論比賽季軍（1988）。袁志生老師與撰稿趙潔芬同學（左三）合照。

參與校友會十年來你有甚麼感想？離開後對校友會又有甚麼期望？

- 感想，一言難盡。

期望，我想起張一村任主席時提過，他帶兒子去英華小學面試，覺得該校校友會做得有聲有色，好大感觸。英華是過百年名校，鄉中2027年才六十週年，我們的校友會難免望塵莫及。若要校友會壯大，校友要在在學期間對老師和學習生活建立感情，離校後才會對校友會和母校有感情。這點值得大家思考。

每個人對人和物的感情有所不同，不能苛求所有人回饋母校，這純粹是個人選擇，我選擇了。有些校友會幹事，學生時代並非活躍分子，並非尖子。校友會組織校友，互相聯繫，是學校的重要資產。但政府對學校的資助非常充裕，學校不一定為尋求更多資源，重視經營校友會。



主席出席鄉中陸運會並擔任主禮嘉賓



主席出席鄉中水運會，擔任主禮嘉賓致辭



校友會

角色應聚焦於聯繫校友和與校方溝通等。參與校內與學生有關的活動或可以酌量減少。

談談妳參與校友會的源起和經歷？

- 源起，這要追溯至 2010 年，我參加當年中四中五班主任周家和老師所舉辦的「向山舉目」韶關助學活動，在是次活動認識了 2009-2015 年度校友會主席蘇玉玲和江偉強。蘇主席於 2011 年 3 月聯絡我，告知校友會幹事會尚欠一人才可以組閣成功，邀請我加入幹事會。在這機緣下，我加入了校友會，展開十四年奇妙之旅。

經歷，真是一言難盡。加入校友會時職位是財政，做過文書、幹事和副主席。2019 至 2024 年得到袁 Sir 的鼓勵和支持以及幹事的信任，加上少少勇氣與使命感，驅使我擔起主席這個不可能的任務，令人生添上一筆重要和濃濃的色彩。

是甚麼力量支持妳服務校友會那麼長的時間呢？

- 身為鄉中人，我希望可以透過服務校友會連繫校友，繼而為鄉中學生作出少少貢獻，以回饋母校。

從妳的經驗出發，妳覺得校友會的主要角色是甚麼？

- 早期校友會的角色以聯繫校友為主。袁 Sir 加入成為顧問老師之後，開始設立多項冠名獎學金，獎勵在校不同範疇活動表現優秀的鄉中學生。

個人覺得隨著時代的發展，校友會角色應聚焦聯繫校友和與校方溝通等，參與校內與學生有關的活動或可以酌量減少。當然，獎學金項目方面我同意袁 sir 所講，越多校友捐助，越多學生受惠越好。

近幾年的《鄉橋》成為聯絡校友的其中一個橋樑，讓校友知道校友會和學校的近況，較過往做得出色很多。

- 以前《鄉橋》篇幅只有幾頁，現在增至 28 至 36 頁，邀請了不少的鄉中老師及校友作專訪。以前刊物自家做稿排版，《鄉橋 2018》便是由時任幹事香力之主理的，現在交由外判公司負責，我想藉此機會感謝黃麗嫻校友，近幾年《鄉橋》內容和編排上不斷求進，她居功不少，我只是負責配合，包括搜集資料和籌集資金。以前自家做稿，出版開支二千多元，現在三十多頁的《鄉橋》，支出一萬多元，所以要努力籌集常務經費。



近年校友會製作的《鄉橋》



2017-19 校友會幹事香力之負責製作《鄉橋 2018》



與黃麗嫻校友 (右) 到印刷公司跟進《鄉橋》事宜



《鄉橋》編委會的工作會議



校友與校友會成員出席母校畢業典禮的盆菜宴



2019-2021
校友會成員與校長、副校長茶聚



2021-23
校友會幹事會聚餐



2021-23
校友會會議

你和江偉強整理校友會歷史，進行詳盡紀錄，堪稱校友會大事記，實在很難得和有心思，希望有關工作能夠延續。另外，獎學金和常務經費的金額在你任內大幅增加。

■ 當年著手整理校友會歷史，是因為常有人問校友會是如何誕生及其歷史，無人說得上來，包括我自己，於是趁此機會整理一下，就像查案般，找出第一屆有哪些畢業生、老師、校長等，然後訪問他們以找出校友會源頭總算，現時已成功整理了校友會每一屆的一些重要發展了。

任內還有哪些工作成果你比較滿意？

■ 在校內設立校友會主席榮譽榜 (Honour Board)。但其他方面也沒甚麼，其他工作都是每一屆主席應做的事，我只是盡力而為，希望做到只問耕耘，不問收穫。

辭任校友會主席在即，妳對校友會的發展有何期望？

■ 順其自然。提出太多期望會令下屆有壓力，我相信願意做校友會主席的校友都是有承擔的人。

往後妳會在校友會扮演甚麼角色？

■ 「頭號粉絲」、「鐵粉」！所有校友會舉辦的活動我都會盡量參與和支持。如下屆幹事對校友會處事程序有疑問，本人會樂意分享和參與。

專輯 校友會歷史

緣起

要追溯鄉中校友會的歷史，就不得不從1981年的一個下午，當時，鄉中副校長向時任副系主任梁佩英建議：「每間學校都有校友會，為何鄉中還沒有呢？」

梁氏解釋說：「鄉中在1967年創校，第一屆學生在1972年畢業，1981年剛畢業的同學還是一位畢業的不足一輩，而大學畢業出來的只有幾年時間，人數也不多，不如順便借其他校友的學校舉，校友會覺得那麼感，我同校友們聯絡由社會打理，多動些在工作或在商場場，更可能自己辦。」

「唔，整邊校友們都唔好整呢！」

「唔不是，以我所知，以新舊、交際為目的校友已有活動，例如不定期有校友茶聚。」

「唔，不如就以這為基礎，找幾位熱心校友和剛畢業並比較熱心校友的同學的同學幫手，看看能不能搞得成呢？」

於是，鄉中校友會就這樣誕生了。

校友會歷屆主席名錄

主席 梁佩英 任期：1978-1984	主席 梁佩英 任期：1984-1996	主席 梁佩英 任期：2000-2002	主席 梁佩英 任期：2007-2009	主席 梁佩英 任期：2016-2017	主席 梁佩英 任期：2019-2021
主席 馮錦平 任期：1982-1984 1997-2000	主席 何美鈞 任期：1996-1997	主席 梁佩英 任期：2003-2006 2005-2007	主席 梁佩英 任期：2009-2013 2011-2013 2013-2015	主席 梁佩英 任期：2017-2019	

(續) 2021

至於校友會財政方面，我接手時不算充裕，所以走多一步，邀請目標校友捐助。鄉中好多校友懷感恩之心，願意捐助，現時，校友會獎學金戶口及常務經費戶口已不再是捉襟見肘了。

訪者簡介 趙潔芬

趙潔芬——1989年鄉中畢業，1988-89擔任總領袖生，1989年升讀香港中文大學。曾任職記者，採訪九七前後香港主權移交及相關的新聞。其後在本地和國際上市公司以及香港金融監管機構，從事企業傳訊、市場推廣及廣告等工作。工餘時間喜愛戶外活動、看電影。



鄉中校友會歷史文獻的相片



人像雕塑

西式繪畫

各類創作

畫作及攝影



共享八彩人生

師生校友與 Miss Yeung 合照

藝術人生楊又蓮

撰文：陳綺梅 鄉中 1984-1991

楊又蓮老師，這真是一個長青的名字，因為這個名字，在不同年代，就有不同的故事，感覺是歷久彌新的。

上世紀 80 年代中，她是我美術和設計科的啟蒙老師；90 年代末，她是「又蓮 36」的退休老師；來到 21 世紀，又迎來彷彿不曾被歲月痕跡過的楊又蓮。她是其中一位為鄉中校友會貢獻良多的顧問老師，事事親力親為及盡心盡力。2018 鄉中金禧視藝展，楊又蓮的名字和作品，又像是我們鄉中同學們的一份子，一起協作，一起創作，鼓動我們，完成母校的一件盛事。

更在大家意料之外的，是 6 年後的今年，2024……80 歲的楊又蓮比起我們諸位 58 的，48 的，甚至 18 的，更像 18 歲。她再一次帶領我們，又來一次視藝展。

在大家回味 2024 年 12 月的視藝展時，一個不留神，Miss Yeung 在 2025 年 1 月，在錦繡花園的家居，為大家送上「阿又的八彩人生」作品展。正如蛙王題字所言，「Life came without Color, Ah Yau turned it into a Rainbow」。

這個「八彩」，Miss Yeung 豐盛了自己的人生，也豐富了我們的美育世界。更瀟灑地「斷捨離」，把「八八九九」的數量，自己數十年來創作，包括油畫、雕塑、中國書畫、攝影等，以分享比擁有更活出精彩人生的態度，送贈給她的學生和朋友們。很幸運，我也擁有 Miss Yeung 的青銅雕塑呢！

Miss Yeung 那種豁達的態度，那份可愛的童真，那份活力和創意，令我們由衷欣賞，也非常珍惜和感恩，畢業後數十年，仍能與楊又蓮老師亦師亦友的交流共處，真令人感到溫暖和幸福。

Miss Yeung 為我們展示了退休生活的嶄新意義，真是我們學習的榜樣，衷心祝福我們親愛的 Miss Yeung，繼續享受藝術世界的美好生活和人生。

亦藉此恭賀楊又蓮老師，獲得由香港美術教育協會主辦「視覺藝術教師表揚計劃 2024」，榮獲「30 年視覺藝術教育貢獻獎」。Miss Yeung，你是實至名歸，我們的驕傲！

作者簡介 陳綺梅

陳綺梅(鄉中1984-1991)，1991鄉中預科畢業。從小立志當老師，幸運地，在鄉中的歲月，讓我遇到好老師，言教身教，樹立榜樣，銘記於心。近十多年，熱愛長跑和登山，繼續保持熱情和熱誠，熱愛工作和生活。





樂在藝中

記又蓮吾師個人展覽

寒天暖陽美時光

撰文：麥國寶 鄉中 1975-1982

10/1-12/1 這三天，Ms Yeung 在錦繡花園的家辦了個人視覺藝術展覽，邀請好友到來參觀，還可把喜歡的作品（中西畫、銅像、攝影、書法……）帶回家。

我在 10/1, 11/1 前去幫忙，亦欣賞作品，感受氣氛，與我相識或本來不相識的朋友聊天歡聚，樂洋洋得連吃飯時吃了什麼都不記得。

在第一、二天，作品大多已有人認領，就送出作品角度而言，展覽已成功了。在冬日暖陽下樂聚，欣言歡語間溫情窩心，更完全是日人所謂的「大成功」！

Ms Yeung 常叫我們叫她阿又，想是大家更像是朋友。但改不了口，仍是叫 Ms Yeung。可能是因為「Ms Yeung」在我們學生來說，就是涵蓋各方面認知的代號，要是改了，便又是另一番感受了。

這麼多舊雨笑瞇瞇地來到家門前，又笑又抱又拉手，是累積多年情誼的自然流露。我想 Ms Yeung 待人接物的細膩婉約，不是三言兩語或一時三刻可體察領會。儼然是藝術、天賦、歷練的結晶。

人際間的細意柔情，真像這幾天的寒冬豔陽，令心內暖意盈盈，萬分舒泰。

十分美妙的時光。



師生校友與 Miss Yeung 合照

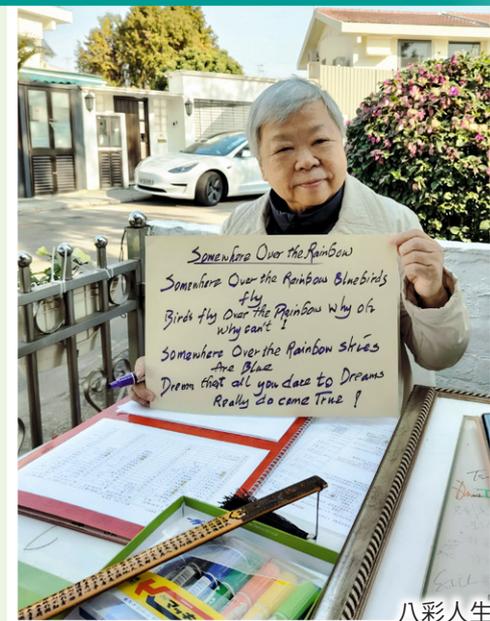
作者簡介 麥國寶

麥國寶，1975-1982 就讀鄉中，之後升讀香港大學，主修藝術，副修哲學。畢業後從事廣告創作，企業傳訊的領域。



記個人畫展

撰文：楊又蓮 鄉中 1976-1999



八彩人生

2024 的確是忙碌又豐盛的一年！猶幸終能於 2025 年初，順利完成這個斷捨離繁複且疲累的工程。唯一有點遺憾的是：由於家居淺窄，未能邀請所有的好友學生光臨參觀；又因為拙作實在不多，未能滿足所有想認領的好友同學。

至於集合很多人力物力編印的畫集，與其說那是畫集，不如說它是我這輩子，充滿感恩的總結。

感謝文藝製作公司把我雜亂無章的內容，整理得井然，圖片也悅目；好友們所贈的序言，把我抬上半空，實令我感到飄飄然！

為了環保，畫集只印了四百本，幸好不少朋友都喜歡看電子版，故此可以不太擔心不夠分發。展覽期間是整個冬天最寒冷的三天，是你們把和煦的陽光帶來，令這三天份外窩心溫暖，讓她永留我心中，溢滿甜美回憶。



師生校友與 Miss Yeung 合照

我的七十年代



鄉中健兒揚威新界區陸運會 1975，前排右四是尹漢強先生



鄉中聚餐時相片，左起：陳志剛、朱正發和尹漢強都是 1971 年入讀的同班同學。



● 撰文：尹漢強 鄉中 1971-1978

時光飛逝，轉瞬間，不知不覺已離開鄉中母校有近五十個年頭，每次回程元朗，車駛進教育路，在腦海內湧現不少昔日快樂的片段。

皇儲訪元朗

依稀記得，從我第一天步踏進鄉中，就覺得這校舍十分壯觀，設備齊全，華麗的大禮堂更覺驚艷，心想我真是一個幸運兒，可以在校園這裡接受教育和成長，而在我求學期間，亦有親身目睹英皇查理斯（當時為皇儲）到訪元朗，而多位新界知名人士亦曾蒞臨鄉中，在校內進行活動。

學習風氣

鄉中學子，多半是升中試成績卓越的，同學的自發性，在課餘時間，互相交流，當年也沒有什麼補習社之類，亦礙於經濟條件關係，我們的「補習天王」一般是上一屆的師兄師姐，遇上更棘手的疑難，唯有請教於老師，鄉中老師團隊，包括老中青，各有特長，皆抱着春風化雨的使命，作育英才，使我們獲益良多，所以鄉中成績，在新界區一直位列前茅。

體壇精英

除在學業表現出色外，田徑場上的健兒也發光發亮，七十年代中，鄉中擁有新界區短跑精英，在新界區甲乙組賽事包攬不少獎牌，就當年在全港學界公開賽也名列三甲，每逢友校運動會的邀請賽中，鄉中男女子接力隊大都能摘取桂冠，為校增光，而球類運動，鄉中女子排球隊和羽毛球隊憑精湛球技，加上課餘的刻苦訓練，大小比賽贏盡掌聲。

多元活動

每年學校的活動百花盛放，包括陸運會，「鄉中中學四社」，全力以赴，爭取佳績，體驗體育精神。另外，年度開放日，展示同學們的精心傑作，琳瑯滿目，美不勝收。聖誕節時舉行的化裝比賽，在普天同慶氣氛下，參賽者絞盡心思，借用古代人物，迪士尼人物為題材，打扮維肖維妙。音樂比賽方面，參賽者，卧虎藏龍，主唱當時流行歌曲，音樂造詣隨時給你帶來驚喜。

鄉中傳承

和中學校園一別半世紀，仍情繫鄉中，我以鄉中人為傲，在社會工作多年，在活動或交流時，不時碰上初認識的師兄弟姊妹，感覺特別親切，一起侃談鄉中往事，好比品嚐茗茶。藉此機會，特別向所有尊敬的老師們致敬，感謝你們的付出，培育莘莘學子，令鄉中人才輩出。

作者簡介

尹漢強（好友稱之 Lo One）71-78 年鄉中人，曾任領袖生，元社社長，田徑球隊成員，熱愛體育和學習，曾代表學校參加全新界校際陸運會，取得二銀一銅個人成績。78 年預科畢業，考進港大社會科學學院，主修經濟及管理，畢業後，學以致用，在省港澳和加國銀行界，擔任商業貸款，助企業發展業務，貢獻一分力量。

八十年代

撰文：黃惠文 鄉中 1977-1982

錙銖必計

鴻興、帆船、華盛頓、奇趣屋、馬德里……；這些親切的店鋪名稱，全部都認識的人，應該在社區也有好一段歷練了。一客快餐（一碟湯[當時快餐店多用湯碟盛湯]、一碟飯和一杯普通熱飲），盛惠二元正，凍飲加二角。其後每年加價一兩次，出現過二元五角、二元八角、三元、三元五角等等；畢業年代已接近五元了。特別需要儲錢時，可到水邊村一間麵店，油麵底每個五角，每款饅五角，一元至一元五角已可飽肚。儲錢原因，各有不同，例如，買心頭好 - 漫畫主角所穿的，藍色布配三條白間，生膠鞋底的百搭運動鞋（買完後已沒錢買其他鞋而成為了百搭）；初中年代，印象中，未聽過有同學為買參考書而節衣縮食。



黃惠文鄉中時代

應付會考

需要買參考書時，已是中四中五，參考成份其實不多，純為考好會考；所以，有很多是模擬試題練習，例如，中國歷史選擇題，一個練習少則也幾十題。中四開始，讀書氣氛迅速增加，有些同學放學後會留在校內溫習，有些於星期六日回校讀書；初中階段時，會考感覺遙遠，星期六日回校是為打波或參與活動，而平日放學後留在校內也是打波、下棋和玩橋牌等等。



與校友共聚鄉中校園

各奔前程

中五開始，離愁別緒漸生，第二學期更加嚴重；壁佈板開始出現簽名和留言，當中有這兩句——「三入鄉中枉化雨」「唸二韶光徒伴霜」；見過它的人未必多，認識的人相信多是我班同學。這兩句是丘錫材老師的大作，他更親手寫在壁佈板作為贈予我班一份畢業留念。很多同學不明白「唸二」的意思，但又沒有向作者求教，反而請嚴志強老師解釋，嚴老師解讀為客家話的「廿二」，更指丘老師自謙地說自己教書廿二年沒甚麼成就。

最後，我班在黃宜洲青年營舉行中五畢業宿營，嚴志強老師和另一位老師，長途跋涉前來探望，上岸時，嚴老師左右手各抽著一個西瓜，此情此境有心思的同學即時心領神會，無言感激！八十年代點點滴滴無盡思憶。

作者簡介

黃惠文（校內外號 Y Man）1977 年入讀 F.1A，曾任班長、領袖生、羽毛球校隊成員、元社運動組組長等。曾於陸運會跳高，獲兩金一銀。擁工商管理碩士及其他證書文憑，包括項目管理、人事管理、企業教練、佛學、WSET Level 3、宗教學學士等。初投身人事及行政管理，後於資訊科技公司擔任顧問及總監等職至今。曾為培訓機構編寫人事管理及辦公室行政教材。

我的九十年代

撰文：吳清 鄉中 1988-1994

百花盛放

光陰似箭，日月如梭，時間真的過得很快，回憶起90年代的鄉中。學校在教育方面秉承有教無類，學術自由，老師們敬業樂業，鄉中學生人才濟濟，學校給予學生有很多機會盡展所長，各項活動的負責老師經常帶領學生參與學界各項比賽，學校的社工隊亦為社區的長者或弱勢社群，提供一些大型活動讓學生學習關愛社區。



社工隊園遊會 1991年12月



鄉中水運會 1993年10月啦啦隊表演

動感節拍

另外在90年代與舞蹈有關的課外活動，必定是鄉中四社啦啦隊。那些年的鄉中水運會和陸運會，四社啦啦隊表演必然是壓軸的比賽項目，而每

當公佈啦啦隊的比賽成績時刻，總會見到有部分啦啦隊的隊員淚流滿臉，當中有些啦啦隊因為獲得冠軍的喜泣，亦有些啦啦隊未能如願而表露出來的失望情緒，更有一些啦啦隊隊員是因為最後一次跳啦啦隊，從而流露出依依不捨的心情。

鄉中四社啦啦隊在元朗區也是頗負盛名的，90年代的中學陸運會，並不是所有的中學都有啦啦隊表演，在元朗區只有鄉中、趙中和商中在舉辦陸運會時會有啦啦隊表演和比賽，而且各自都有自己的特式和水準。

起舞弄影

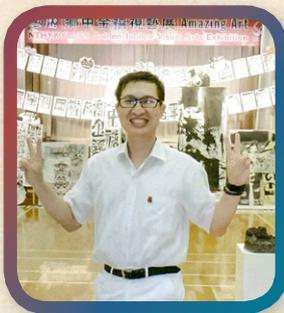
在1990年，鄉中學生會首次於聖誕節期間，在學校禮堂舉辦聖誕聯歡舞會，只接受中四至中七的學生報名參與；我當年只是中三的學生，應當是不能參與舞會的，因為我當年擔任了舞蹈學會的副主席，亦有跟隨體育科老師去學習過社交舞課程，於是被邀請加入籌委會，協助負責老師教授基本的社交舞舞步，在舞會進行期間領跳一些集體舞蹈。

在聖誕聯歡舞會當晚，儀式開始之後，進入了同學們期待已久的跳舞環節，首先由學生會代表、總領袖生代表、四社的社代表、舞蹈學會代表，在禮堂台上表演第一隻社交舞；而我是全場唯一一個初中生，實在是很榮幸及感恩，對鄉中亦有加強了歸屬感。由於當年的我熱愛舞蹈，即使在中學畢業後，學校的活動負責老師亦有繼續邀請我回校協助學生會的聖誕聯歡舞會，直到1997年，是我最後一次協助學校的聖誕聯歡舞會。



聖誕節舞會 1992年12月

之後的聖誕聯歡舞會在甚麼年份暫停就不清楚了，但對於90年代的鄉中學生，有份參與學生會舉辦的聖誕聯歡舞會，相信都會有些深刻的印象，也會留下美好的回憶。



作者簡介

吳清，鄉中1988-94，中五畢業後，在一大一設計學院完成室內設計文憑。自幼喜歡參與校內課外活動及社區服務：曾任教會全職自費義工兩年及擔任鄉中校友會幹事十多年。現職半農半工，仍擔任佛教榮茵學校家長教師會會長及童軍領袖，定期參與自費清徑淨灘義工活動。

雲想衣裳

90年代的鄉中學生能有這麼多空間發揮所長，當然是有賴當年的鄉中領導人梁桂沖校長，梁校長當年領導元朗鄉中成為老師們的夢工場和學生們的英雄地。特別是1992年，鄉中創校25周年，鄉中銀禧開放日是連續舉辦兩天，而且所有班房都會開放，讓每一個學會都有自己的空間，全校師生們都全程投入籌備、報置和參與。特別是美術學會在學校禮堂台前設計了時裝表演的行人天橋表演台，令到表演者與觀眾的距離更加拉近，時裝表演的主題既環保又有特色，贏到不少掌聲。

那些年的鄉中人對鄉中俱有歸屬感，鄉中師生互敬互愛，老師們悉心教導，學生們專心學習，各有空間發展才能。

正是：本源鄉中一條龍，務本力學誰不懂？十離九別八減七，知足常樂在鄉中。



銀禧開放日 1992年5月
左起：梁桂沖校長、張賢登校友、楊又蓮老師、謝詔強老師



銀禧開放日 1992年5月
時裝表演行人天橋 Fashion Show

我的千禧年代

每當 木棉花絮漫天飛舞時，總會想起鄉中後花園那數棵高大筆直の木棉樹，它陪伴我在鄉中走過七年的春夏秋冬。對於木棉花，我又愛又恨，愛它的花絮如雪隨風飄揚，就像鄉中校園那自由的氛圍；恨它的花絮時不時使鼻子痕癢或不慎跌進嘴巴裡，下雨時更甚，操場地上滿是黑黑灰灰的棉絮。還好的是，一年下來只有五月份才會如此，更多時候會看見那火紅盛開的木棉花，依舊記著它的美好。

撰文： **陳焯穎** 鄉中 1996-2003

想當年

初入鄉中，由於我是插班生的關係，更能體會鄉中既自由也自律的氛圍，特別是教員室「門常開」，彷彿歡迎學生來找老師，師生關係互動緊密。這是我在之前的學校所少見的。那時候，教員室外還設有麥克風讓學生用來透過「嗶咪」方式請老師出來見面，相比鄉中容許學生自由進出教員室的校園文化，實在不同呢！而且鄉中同學們都很純樸，既善良且易相處，沒有因我是深度弱聽而排斥或為難，有時還會提供手抄筆記從旁協助。時至今日，仍記得葉嘉文同學向我說道：「其實妳聽不到身後的流言蜚語，也是好事。至少妳可免卻一些不必要的煩惱。」回頭再看，很感恩在鄉中良師益友的陪伴下，我才會擁有愉快的校園生活。



作者簡介

陳焯穎，一九九六年入讀鄉中，初中時從坐在吹著風扇的課室到高中時坐在設有空調的課室，在學期間見證鄉中新翼建成，校舍日益完善，二零零三年最後一屆中六中文班畢業。現職政府文職，閒時喜歡與丈夫及女兒一起外遊。

憶良師

鄉中是孕育我成長的好地方，初中時懵懂的我，老師們有如明燈般一直指引及教導我去探索前路。回首從前，梁美賢老師邀請我加入女童軍，嘗試不少新事物，如學習繩結紮作、搭建營帳、歷奇活動等，這有助我擴闊眼界，接觸更多的人和事；彭詠梅老師和藹可親，教英文文法生動有趣，鼓勵我多看範文，打好英文根基；韓綺玲老師是位非常盡責的數學老師，在數學解題中，凡錯一步便要求再做一次改正，雖然我對數理資質奇差，但仍於會考數學科獲得合格的成績；丁淑雯老師鞭策我多寫英文作文，提升英語詞彙量，使我高考英文科合格，得以順利升讀大學。

最為感謝的是我會考時班主任周妮璇老師，既教導書本上的知識外，還有啟發我們很多人生哲理。她在開學初期於班房上壁報版寫道「業精於勤荒於嬉」，每每回班房總會看見這句座右銘，初時並不太在意；後來會考成績不太理想，被迫外出「撲」學校，在他校面試時，真切感受社會上的冷暖。在煩惱該如何選擇前路下，接到鄉中收取我重讀中五學位的消息，才開始珍惜重讀機會。這時才悟出周老師勉勵我們銘記學業要勤奮努力之箇中真諦，放諸今天也能適用，在此與各位鄉中人共勉之。



陳焯穎與家人



藍牆是必拍的

我的



台灣留學生活照

年

撰文：梁卓滢 鄉中 2010-2016

我是於 2010 年入讀鄉中的梁卓滢校友，很高興藉是次機會，回憶中學時期的快樂時光，和各位讀者分享過往的校園生活點滴。

校服下的青春：憶當年鄉中點滴

新界鄉議局元朗區中學，人所皆知，是元朗區頂尖的學校，所以對我來說能夠就讀鄉中，是一件光榮的事。當年中一入學第一天，第一次穿上漂亮的校服，來到校門口就被學生會的師兄姐熱烈歡迎而感到震撼，上課室後坐下來還是處於比較緊張的狀態，因為我需要進入新階段，認識新老師，同學和適應讀書環境。我的中學校園生活，就此開啟了。

我的六年鄉中日子裡，經歷過三任校長，分別是張吳玉枝校長，李志深校長和林家耀校長，三位都是很親切的校長。

我是一個不太擅長但又很渴望把書讀好的學生，一直無法找到適合自己的讀書方式，所以很多科目的成績都只是剛好及格。到高中的時候，學業成績會關乎我是否能夠順利考大學，因此學校會比較關注，但我也很感謝，鄉中的老師會關懷我的學習情況，並適切提供課後輔導小組，有的老師還幫我「私人課後輔導」。令我印象深刻的是，曾老師把我帶到她的座位旁，一邊批改功課，一邊和我溫習化學課本的內容；而威 sir（廖國威老師）為了讓我們可以在考 DSE 前，不帶疑惑地進入考場，提供聯繫方式讓我們課後有問題隨時發問。

鄉中海外交流點燃留學夢

除了學業外，鄉中的課外活動也多姿多彩，我的個性屬於文靜書生類型，在參與過的課外活動中，我最為期待的課外活動，就是高年級時期的海外交流團，台灣交流之旅讓我對於台灣留學產生了興趣。我和鄉中老師的情誼也因為我參加過三年的交流團而增進了不少感情，到現在我仍然與老師們保持聯繫。

那些年，我們一起追過的青春

另一項課外活動，班際歌唱比賽是最使我感動的，因為一直不敢在舞臺上表現自己，所以我直到最後一年才參與比賽，回想起來難免覺得少了一些熱血的回憶。最後一年在比賽前，我和同學們下課後一起排練，從中我感覺到自己與同學在舞台上閃閃發亮，那一年很多同學都參加了比賽，也為中學的美好回憶中增添了许多歡笑、青春、粉紅泡泡以及威 sir 唱歌的畫面。

台灣留學生活
(五月天演唱會)



左起：周妮璇老師，梁卓滢，彭詩韻老師，梁美賢老師

點滴在心頭

還有一些值得一提的趣事，威 sir 會用紙卷叫醒同學和特有招牌安靜手勢；我們「唔怯班的抽籤筒」，後期是包含部分老師在內的；前衛的李 sir 當年已經帶着平板電腦上課；數學測驗卷失蹤事件；「唔怯班語錄」等。篇幅有限，不能盡錄。

鄉中情，台北夢

我於鄉中畢業後，選擇了到台灣繼續升學，已經完成了大學學位課程，目前正在修讀碩士學位課程，現居於台北，歡迎各位讀者有空來台灣遊玩。

最後我想感謝陪我度過中學生涯的好朋友和好老師，有你們的陪伴，讓我得以在枯燥的學術歷程中，獲得不少溫暖。

目前的我平常除了專注學業以外，也作出不同的嘗試，希望自己的人生能有不同的體驗，在台灣的這些年我嘗試參加留學生攝影比賽，插畫大賽，參與市集擺攤買賣等活動。而我最愛的活動是閒暇時間去台中四處走訪，我也自稱為台中推廣大使，而為了方便移動更是考取了機車駕照，心願是希望未來能在台中生活。



唔怯班

溫馨提示

唔怯班的同學，想回味更多，可以重溫 Tracy



台灣校園生活照

作者簡介

我是梁卓滢校友，2010年入讀新界鄉議局元朗區中學，於2016年畢業。中學時期的我是一個平靜平淡的普通學生，經過六年寒窗苦讀，畢業後我前往台灣繼續升學，如願就讀想要的醫療科系。很榮幸這次獲邀撰文，轉眼間從鄉中畢業已經八年多，期望日後有機會，可以和各位再分享更多台灣留學生活。

我的



個人照：攝於龍脊金坑大寨



2017-18 屆鄉社幹事成員（部分）

年代

記憶裏的鄉中

撰文：吳卓恆 鄉中 2013-2019

十二年前踏足鄉中參加分享會時，映入眼簾的藍白色是對這所學校最初的記憶。當天耐心講解的學生讓我鄉中留下很好的印象，讓我產生想在這裏讀書的念頭。一年多後我成功成為鄉中學生。

中一時的課室在五樓南側尾端，靠近後花園，我們能從窗戶看到木棉樹。我看着它從夏天綠葉成蔭、秋天黃葉紛紛，到冬天落葉蕭瑟，在春天紅花盛放，然後開始長葉子、結果實，果實成熟後棉絮隨風飄散，成為學校的獨特風光。不過看了六遍，我就畢業了。

回想鄉中生活，不可不提的是每年的水陸運會。它除了是運動健兒比賽，也為學生提供了一個展現創意和想像力的平台，各社都會精心製作橫幅裝飾，點綴賽場；又會設計貼紙交換留念。賽場上的同學盡力比賽為社添分，看台上的啦啦隊員為他們聲嘶力竭打氣。陽光映出一張張紅彤彤的臉龐，他們的熱情瀰漫在整個運動場所。啦啦隊舞蹈比賽更是華彩段落，把陸運會的氣氛推向高潮。跑道上的五分鐘表演是大家兩個月的努力結晶——表演服裝、舞步設計，無不包含汗水與心思。比賽結果揭曉後，有歡笑、有淚水，然後一起在球場奔跑一圈，意味著比賽的圓滿落幕。雖然比賽激烈，但比賽過後，不同社的同學還會互相擁抱，欣賞彼此的努力。陸運會結束後的一段時間總會悵然若失，校園裏少了練習聲，讓人不

太習慣。我從中二開始參加啦啦隊，直到中五成為社幹事，當年的名牌、服裝和貼紙我都好好保存了。不知道今天的鄉中學生，還對啦啦隊比賽有同樣的熱情嗎？

除了學校盛大的運動會，中六時我們班還舉辦了「奇葩體育會」，成為我們班的獨特記憶。中六的體育課，自由活動時間充裕，於是我們發揮奇思妙想，把誇張荒誕的動作變成比賽項目，例如倒後跑、四肢爬行、青蛙跳、螃蟹走路等。每個參與比賽的人都以詼諧的姿態努力，跌跌撞撞到達終點。旁觀的人看見也忍俊不禁。在一片歡聲笑語中，煩惱與壓力一掃而空。在這裏，快樂比勝負更重要。

我選讀了地理，於是高中很多時光都在地理室度過。學校在編課程表的時候也許很難避免各組上課的時間重疊，所以會出現搶佔地理室的事情，時隔多年，如此情景依然歷歷在目。我還記得地理室內的燈光比較昏暗，牆壁桌椅也有些老舊，還有一股說不上來的潮濕氣味，但我對於探索世界的好奇也是從這裏萌芽。高中時曾跟隨 Ms Leung（梁美賢老師）到萬宜水庫東壩、荔枝窩、橋咀島等地方考察；也有幸參加了南澳洲的遊學團，在那裏看到埃迪卡拉紀的地層和化石，也看見人生第一顆流星和第一個沙龍卷。現在鄉中學生到外交流的機會越來越多，除亞太地區如中國內地、新加坡等，更有機會到訪歐洲如法國、德國、英國等遊覽，使學生大開眼界，見多識廣。



6E 同學於鄉中排球場合照

於元朗泳池合照

轉眼間我已畢業五年多，很多以前認識的老師也已退休或離校。鄉中校園這幾年也變化甚多，每次回來都會有些不同：主樓梯的木扶手，已變成金屬，縱然感到可惜，也明白這是必然的結果；學校搭起了一個水耕溫室，讓同學體驗種植的樂趣，還可以和家人分享耕作的收成；操場也幾經修葺，為學生提供更良好的運動環境，就連對面的元朗大球場也在升級維修中。唯獨木棉樹和校園的藍白色牆壁一直沒變。

直到現在，我偶爾還會想起在這裏唸書的日子：胡副校（胡麗蘊副校長）上課時派發各式零食，歐淑英老師穿著短袖迎接冬風，Ms. Tang（鄧穎怡老師）分享她的畫作構想和用色……還有太多印象深刻的片段，難以盡數。樸實的校園、純真的歲月；所有回憶如同夜空中的點點星辰。這六年時光是一份無價的禮物。

作者簡介

吳卓恆，2019年畢業生，為香港大學牙醫學院六年級學生。就讀鄉中時曾擔任鄉社社幹事，參與各種社際活動；也曾擔任AYP學會和Alumni Association committee的主席



2018年南澳洲海外考察，作者（左一）、梁美賢老師（左三）和其他同學合照



新界鄉議局元朗區中學
53屆周年頒獎典禮
(2024年12月16日)

香港中學文憑考試優異成績獎

6E 黃靖康

7科5**級



獲民政及青年事務局長麥美娟 SBS,JP. 頒發 DSE 優異成績獎



與大學同學合照

撰文：黃靖康 鄉中 2018-2024

遲來的

一切總是來得太遲

駐足豐年路站月台，穿梭眼前的列車化作一抹抹色彩，車窗彷彿映射出我過去六年通勤的候車身影，既熟悉，又陌生。驀然回首，過去種種，來去匆匆。從初來到埗，到疫情肆虐，又及生活復常，繼而認真備試，中學時光如時空被壓縮般，眨眼即逝，一去不復返。現在才有機會靜下心，來一個遲來的回想。

先前抽空重遊鄉中，碰巧遇上中六鄉中一叮，便乘機竄進人群中，欣賞一番精彩的表演。眾人在台上隨著配樂跳起整齊舞步，螢幕播放回顧中學生活的點滴，令我的腦海頓時湧現去年與同班同學表演的畫面。要是數年前的我，必定是不會參加這類活動的，因為排練過程只會令我心力交瘁，最終會以敷衍了事作罷。然而，我卻因為那股「最後一次」的衝勁，決然踏上被鎂光燈照亮的舞台，嘗試一次，也是最

後一次。如今我仍對此無悔，還記得當時把握時間練習的片段、在後台為彼此打氣的畫面、奪冠後共享榮譽的歡笑聲。遲來的，是我對盡展青春幹勁魄力的渴求。

假若要我概括六年的鄉中生活，大概會是「戴著腳鐐跳舞」。儘管我參加了各式各樣的課外活動，拓展不同興趣，但綁在雙腳上的學業重擔，始終如影隨形、永不鬆脫。或許是周圍的人不斷渲染學業的重要性，又或許是我內心無聲的追求，我總是將學業置於一切之前。到頭來生活褪去了色彩，不復探頭看看周遭風景，唯有低頭默默快步前行。進入截然不同的大學環境後，隨著我把重心漸漸從學業轉移至其他方面，我才驚覺自己原來可以同時兼顧學業、興趣、宿舍生活、莊務等多個範疇。如今偶爾我會心想，若當時我奮力跳得更高，會否為我的人生增添更多色彩？對此我並不明瞭，可我深知，遲來的，是我對權衡事情輕重的覺悟。



校園生活

談及遲來的覺悟，還有我對職涯的看法。在年少剛接觸職業的概念時，我異想天開地把要當一位發明家的想法掛在口邊，其後又天真爛漫地說要成為一位數學老師，未來志向在眾多選項中徘徊不定。然而，隨著我與時俱長，眼界寬廣，知識積累，我很快便認清了自己真正的興趣所在，並非設計宇宙飛船，也不是鑽研深邃數理，而是解構引人入勝的人類身體。我心中的抱負因而開始有了轉變，期望能在杏壇全面發揮自己，藉著直接接觸和服務病人，利用生命影響生命，特別是挽救岌岌可危、脆弱可貴的小生命。直到如今，我終於為「我的志願」這一貌似簡單的命題填上最終答案，確定人生路向的規劃，趕上這班列車，馬不停蹄地向夢想奔馳。或許在很多人的眼中，比起一些牙牙學語時就篤志從醫的人而言，我這方面的醒悟來得有點太遲，但我卻慶幸它及時到來，讓我認清自己，點燃熱情，邁步向前。

轉眼間闊別鄉中近一載，流連社交媒體，只見往昔懵懂稚嫩的師弟妹，經已毅然接起承傳大棒，引領鄉中在各領域繼續發光發亮。我當然為此感到欣喜，卻按捺不住心中油然而生的唏噓，感慨自己早已成為校友，離母校這麼近，可離母校也那麼遠。如今我在遲來的注目和祝賀聲中，從鄉中護蔭離去，漸走漸遠，細味當初，才察覺遲來的事物一直都是我生活中的常客。心中不是滋味，卻又無可奈何。人生，就是不盡的悔疚和緬懷交織而成。與其等到一切化為過去，錯失改變的機會，不如好好把握此時此刻，活在當下。現在未算太遲，只要你緊握列車的扶手，一切還來得及，你終究能到更遠的地方，成就更多。

沿途望出車外，心中木棉盛開。



作者

黃靖康，鄉中首位文憑試超級狀元，2024年鄉中畢業後升讀香港中文大學醫科一年級。立志成為兒科醫生，未來在本地醫療體系打拼，守護年幼孩童的健康和性命；取諸社會、用諸社會，以生命影響生命。



港大醫學院高桌晚宴的準醫生



陸運會美少女

不孤單

撰文：黃曉晴 鄉中 2018-2024

還記得第一次踏入鄉中校門時，我懷抱著滿滿的憧憬，期待著未來六年在這校園裡多姿多彩的生活，同時對不熟悉的環境及未知的未來的忐忑不安，但人生就是充滿了許多未知數，就像初入校園時，我從未想過會在這藍白相間的校園裡，留下這麼多美好的回憶。

說到印象最深刻，最多回憶的一定是中六那年。中六，不同於高中的前兩年，是很特別的一年。在學期初，大家對於上課模式的轉變大多都感到不適應，由從前輕鬆歡快的課堂氛圍，轉變成人人都低著頭奮筆疾書，課室內安靜得像在自修室內，這種嚴肅緊張的氣氛使我常常感到不安，壓力倍增；幸好，每逢小休和午膳時間，課室內大家又恢復到從前那種「吱吱喳喳」的狀態，瞬間使我安心不少。對我來說，中六這一年這麼特別的原因是因為大家在這一年特別團結，一起朝著相同的目標前進，那種一大群人一起做同一件事的感覺真好，不只為 DSE 而努力，更有為 Talent Show 和 Christmas Show 作準備的日子。作為其中一位籌辦者，我很感激我的同學們願意犧牲自己的時間，無論是午膳時間，放學後，甚至是假期，都願意為這個表演作許多許多的準備：排舞、練舞、練歌和走位等等。而最後我們共同完成了一場在我們的青春裡盛大又熱烈的表演，為我們的校園生活添上了濃墨重彩的一筆，直到現在，那些我們一起揮灑汗水的畫面仍歷歷在目。

說到讀書心得，自問我並不是一個特別有一套方式方法去讀書的人，而我又不是那種用補習班將自己的行程填得滿滿的人，對我來說，最重要的是充足的休息，朋友的激勵和輕鬆愉快的心態。中六的每一個上學天都過得很快，課堂總是充實的，大家握筆的手從未停下過，因此，每到放學時份，回到家中，我總是感到疲憊不堪，這時，我便會拋下沈重的書包，小憩一會兒，將自己充滿電後，再做功課或為明天的測驗做準備，疲憊的身軀和心靈會大大減低做事的效率，因此，適當的休息尤其重要。其次，有一群陪你一起努力奮鬥的朋友也是十分重要的。在你不自覺鬆懈時，看到身邊的人都在奮鬥，鬥志自然會被激起，有一種再不努力便會跟不上他們的腳步的感覺；在你沮喪失落時，他們又會陪伴著你並鼓勵安慰你。

最後，我在此祝願各位師弟師妹能通過自己的努力，獲得自己想得到的成果。有時候努力未必會即時看到回報，但總會有收成的。對於初中的師弟妹來說，DSE 彷彿很遙遠，但你現在腳踏實地走的每一步都將會為你的將來奠定穩固的基礎；對於高中的師弟妹，尤其是中六來說，DSE 在逐步逐步向你們逼近，但也要時刻謹記在適當的時候停一停，不要將自己逼得太緊，人總是需要休息的。祝各位前程似錦，在人生的悠悠旅途上尋找到獨屬於你自己的意義和目標！



作者

黃曉晴，2024 新界鄉議局元朗區中學畢業生，現時就讀香港大學李嘉誠醫學院內外全科醫學士一年級。曾於鄉中擔任接待組學生負責人之一，德育，公民及國民教育學會主席以及班會主席。



與中學同學合照，左一為鄧穎怡老師。



攝於鄉中校園



升讀香港大學醫學院，展開新的一頁。



在新學年開始時，披上綠長袍參加港大醫學院的高桌晚宴，是港大醫科生的傳統。



穿上白袍，開始踏上學醫之路。

心之所向 素履以往

撰文：方諾言 鄉中 2018-2024

時間總在不知不覺間悄然流逝，偶然與中學好友談天，回味起中學生活的點滴，翻開手機相冊，才驚覺定格在照片中的每個瞬間都已變作了過去式。這些美好的回憶都仿似是昨天才發生的事，轉眼間，相中人卻已然從鄉中畢業，步入大學校園，迎接人生的另一階段。

「成長」——這是在鄉中六年來最大的得着。一直以來，我也覺得自己十分幸運，能夠帶領女童軍和 Reception Team。當中大家見證着我剛上任時懵懵懂懂，不懂怎去表達，在負責老師的鼓勵和包容下慢慢進步，到後來能夠清晰地講解整個流程、分工、安排人手、甚至面對突發情況也能冷靜面對。雖然偶爾認真時會被師弟妹們笑我嚴肅，但幸好也能和大家打成一片，不少在我畢業後還能保持聯絡。另外也要感謝鄉中老師們一直鼓勵我在校外參加不同比賽，不斷累積經驗，擴闊眼界。在鄉中六年，除了個人成長外，更重要的便是收獲了珍貴的友誼。六年以來互相扶持，有笑有淚，漸漸成為了彼此生活中重要的部份。

上到大學，許多事情都對我來說特別新鮮，好像不斷有着要求你踏出舒適圈的事。一切充滿着未知，也許

會遇上不同挑戰，但在這過程中，最重要的還是享受每一個當下。或許在認識更多有着不同來歷，但同樣優秀的同學後，你會忽然覺得自己很渺小，但也不要忘記，你自己也是經過了多番努力，才來到這裡，和這些優秀的人成為同學。所以希望大家記住，在欣賞別人的同時，也不要忽略了自己值得別人欣賞的地方呢。

「未知的放手去擁抱一趟」——這是我經常用來鼓勵自己的一句歌詞，現在也希望用來鼓勵一下師弟妹們。不知此刻閱讀這篇文章的你們，正在經歷甚麼？也許有些人正為着未來發生的事而擔憂吧。可是未來又有誰能估計到？讀中學從來不只是為了得到一紙文憑考試證書，當中和同學相處的日常，各種活動，才是多年後我們回想起最寶貴的回憶。而人生也是如此，在追求目標的同時，沿途的經歷，努力的過程，才是最重要的。

「心之所向，素履以往」，假如大家已經找到了自己的理想和志向，希望大家都能一直抓緊自己的信念，慢慢朝著自己的目標前進，路途或許遙遠，夢想也未必一朝一夕間就能達成，但我相信，只要堅定不移，不論遇上甚麼困難，你們定必也能夠走出屬於自己的路。加油！



作者

方諾言，2024 新界鄉議局元朗區中學畢業生，現時就讀香港大學醫學院。從中學上到大學，經歷了身份的轉變，有許多事情要重新適應，亦面對了不少新的機遇和挑戰。希望藉此文章，與大家分享一下我最近心態上的轉變吧！



繼續追尋

撰文：蔡淇淇 鄉中 2018-2024

我覺得，人生不是一場比賽，更不是一個任務；人生是一個機會，給予我們數十年的光陰，去體驗種種可能。任何失敗都可以是一種體驗，任何成功也不過是一場體驗。

中學點滴

我的中學時光，如果拍成電視劇，恐怕無聊得沒人願意看。下課後去學校圖書館當值，給新書分門別類，每一本都覺得有意思，但最後一本也沒看。興致上來的時候，和好友到學校琴房，彈一首曲子，雖然錯漏百出，但朋友聽不出來，鬆了一口氣的同時沾沾自喜。但更多時候還是一放學便和好友一起衝向元朗公共圖書館，在熟悉的書架之間梭巡。功課多的時候就在自修室泡到傍晚，走出自修室，望見元朗公園百鳥塔的剪影，喃喃道“暝色入高樓”，感懷無限。後來總覺得圖書館自修室憋悶，就走去隔壁的元朗公園找張長凳坐下背書。夕陽西下，空氣漸漸變涼，抬頭眺望天空上的火燒雲，聽倦鳥歸林的鳴聲，心中無比平靜。既沒有轟轟烈烈的「愛恨情仇」，也沒有感人肺腑的青春回憶，平淡至極。

但是正是這六年的點點滴滴，構建成了如今的我。曾經我總是以為自己對鄉中沒有歸屬感，畢業時也沒有感到太多不捨。可當我回憶起中學生活的日夜，想起參天的木棉樹，小小的籃球場，香味洋溢的小食部，刷得雪白的粉牆，那份淡淡的惆悵提醒著我，六年的時光並非虛度，鄉中的氣息已經融入骨血，成為我人

生的一部分。有誰規定中學生活一定要是什麼樣子呢？坎坷也好，平淡也罷，都是獨屬於自己的一份經歷，都已經是最好的安排。

學習心得

談起準備文憑試的那些日子，不少人都感嘆當時的苦與淚。但我回想過去，發現自己高中三年，其實甚少為學業成績發愁。究其原因，是因為我堅定不移地選擇了自己最感興趣的科目，並且有意識地將興趣與學業重合在一起。許多人讀書是為取得理想的分數，他們能為了那個目標堅持不懈地吃苦，以夢想作為驅動自己的燃料。有的朋友在圖書館學習一天，回家後還能繼續操練數學題；有的同學什麼社團活動都參加，卻照樣能兼顧學習。相比之下，我的精力其實十分有限，學了兩三個小時，就精疲力盡；對於不感興趣的科目，如經濟、物理，根本無法燃起一點學習的鬥志，知識完全無法入腦。正是因為認識到這點缺陷，我明白了若是我想學好某一個科目，就必須要真心喜歡它，主動去探索相關的知識。因此，縱然我中三時生物和化學的成績都很不錯，我還是沒有隨波逐流地選擇理科，而是選了三個文科；上課時興致勃勃地聽講，下課後在休閒時間，也願意去了解這些科目的知識點。



左上第一位為作者

我喜歡研究中國歷史人物的生平和關係，所以在中史科表現優異；我沉迷講述二戰和冷戰時期的電影，所以對歷史科的時間綫瞭如指掌；我愛看小說，沉醉於文字之美，所以在文學科得心應手。到最後，文憑試的成績也沒有讓自己失望。「興趣是最好的老師」，這句話絕非虛言。讀書自然是一件苦差，但若是讓自己對學習的內容感興趣，不僅能降低學習的痛苦，還能增進學習效率，事半功倍。

對學弟學妹的勉勵

考完文憑試之前，我的思想非常狹隘，認為學業成績是評判一個人優劣最重要的標準；成績不好的人必定是因為懶惰，因為絕大多數人的天資都類似，成績不好說明他在學習上花的時間不夠多，可見他不夠勤奮，理應比勤奮的優等生獲得更少資源。事實證明，這種思想可謂是深受優績主義的茶毒——勤奮是成績好的原因之一，但絕不是主因。

畢業之後，我認識了不同的人，有些人因為家庭變故無法專注學業，有些人成績雖然不是最優秀的，但是因為他們把時間分配在不同領域，均勻發展；我成績優秀並不是因為我比其他更努力或者更聰明，只是因為我把所有時間花在學習上，忽略了其他方面的成長。在人際關係、抗壓能力、實用技能上，我表現得都遠遜於許多成績一般的同學，而這些恰恰是在社會上生存最需要的特質。所以，成績絕不是人生的唯一，全面發展這四個字也絕不是一句空話。不必因為成績不夠優秀而否認自己的全部，每個人都有自己的人生規劃，也經歷著不同程度的挫折，擅長的事情自然也不同。跟他人比較自身的優劣，只會陷入無盡的內耗；只要保持著持續進步的心態，學習他人身上的長處就可以了。

作者

我現就讀香港大學文學士和法學士課程。選擇這個學系，原因很複雜，除了對名利的嚮往，也有對法律的興趣，對文史的執念，對踏出舒適區的願景（英文並非我最擅長的科目，但法律課程對英文要求很高），以及難以理解卻由始至終存在的，對「體驗感」的期盼。上大學以後，我經歷了許多從未想象過的事，也發現了自己以前從未意識到的局限性，這便是這個選擇給予我的，最好的回報。

校友會各項獎學金簡介

「聯繫校友，回饋母校，發揚鄉中務本力學精神」一直是鄉中校友會的宗旨。每年，鄉中校友會端賴各校友捐助常務經費，支持校友會推行各項活動，每年頒發的校友會獎學金，也由熱心校友捐款贊助。很歡迎鄉中老師及校友通過校友會聯繫母校鄉中，設立各類冠名或指定用途的獎學金，為學生的全人發展出一分力。很高興今年更新增：郭孟浩老師視藝科獎學金、張慧玲中文科傑出成績獎學金、鄧奇漢老師中文科傑出成績獎學金。

校友會獎學金

為校友會常設獎學金，每學年於鄉中頒獎典禮頒發。

- ◆ 「香港中學文憑考試優異成績獎」 (2012 年至今)
DSE 取得 5**，每科 \$300。 取得 5*，每科 \$100。
- ◆ 「最值得表揚學習態度獎」 (2013 年至今)▶ 得獎者由校方評選
中一至中六各級，每班 1 名，每名 \$200。
- ◆ 「進步獎」 (2013 年至今)▶ 得獎者由校方評選
中一至中五各級，每班 1 名，每名 \$200。
(比較上下學期兩次考試各科成績的平均分，進步分數最多者)。

專項獎學金

由不記名鄉中老師 / 校友捐贈。

- ◆ 「校友會最佳英文辯論員獎學金」 (2018 年至今)
由校方按評分機制及學生在校際辯論賽的表現選出 1 名得獎者，頒發 \$1000。
- ◆ 「校友會最佳中文辯論員獎學金」 (2018 年至今)
由校方按評分機制及學生在校際辯論賽的表現選出 1 名得獎者，頒發 \$1000。
- ◆ 「校友會中樂團首席獎學金」 (2019-2027)▶ 得獎者由校方評選
1 名，\$1000。
- ◆ 「校友會中國文學獎學金」 (2019-2027)▶ 得獎者由校方評選
中四至中六，每級 1 名，每名 \$1000。
- ◆ 「校友會生物科獎學金」 (2024-2028)▶ 得獎者由校方評選
中三至中六，每級 1 名，每名 \$500。

冠名獎學金

- ◆ 「李栢基老師物理科紀念基金獎學金」 (2018-2038)▶ 得獎者由校方評選
由第一屆 (1967-1972) 協社校友捐贈，為期 20 年。
每學年捐贈港幣 \$30,000。\$8,000 為物理科獎學金，中三至中六每級一名，每位 \$2000；
\$22,000 用作資助校方推行物理科 / 科學相關的校本活動。
- ◆ 「Kaiser 體育會 - 傑出運動員獎學金」 (2019-2028)▶ 得獎者由校方評選
中一至中六，每級 2 名，每位 \$600。
- ◆ 「梁美賢老師地理科傑出成績獎學金」 (2021-2025)
每名 DSE 地理科取得 5** 學生，每位 \$1000。
- ◆ 「張一村先生文學科傑出成績獎學金」 (2022-2026)
每名 DSE 中國文學科取得 5**，每位 \$1000。
- ◆ 「張一村先生中史科傑出成績獎學金」 (2022-2026)
每名 DSE 中史科取得 5**，每位 \$1000。
- ◆ 「郭孟浩老師視藝科獎學金」 (2024-2033)
中一至中六，每級 1 名，每名 \$200。
- ◆ 「張慧玲中文科傑出成績獎學金」 (2024-2033)▶ 得獎者由校方評選
校內全年中文科成績最優異者，中三至中六每級一名，每位 \$500。
- ◆ 「鄧奇漢老師中文科傑出成績獎學金」 (2024-2028)▶ 得獎者由校方評選
中六級別全年校內中文科成績最優異和 DSE 中文科取得 5**。每年 1 位 \$1000。

2024-2025 年 鄉中校友 / 老師捐款名單

常務經費捐款	
江偉強	\$5,000
周國強	\$3,000
張永良	\$3,000
汪國成	\$2,000
張慧玲	\$2,000
楊志棠	\$1,000
梁佩英	\$1,000
吳嘉詠	\$1,000
總數：\$18,000	

獎學金捐款					
汪國成	\$10,200	陳允端	\$4,600	香力之	\$2,000
梁偉茵	\$10,000	袁志生 老師	\$4,000	梁美賢 老師	\$1,500
吳少君	\$10,000	張永良	\$3,000	歐陽定勤	\$1,000
王敏菁	\$10,000	楊志棠	\$2,000	鄧樂怡	\$1,000
潘雄威	\$5,000	張美芬	\$2,000		
總數：\$66,300					

* 捐款日期：2024 年 4 月 1 日至 2025 年 3 月 31 日

2024 年校友會獎學金合共 \$40700，已於 2024 年 12 月 16 日於鄉中第五十三屆周年頒獎典禮中，頒發給各位獎學金得主。項目包括 DSE 成績優良獎、最值得表揚學習態度獎、進步獎及捐款人特定的「中國文學獎學金」、「中樂團首席獎學金」、「校友會最佳英文辯論員獎學金」和「校友會生物獎學金」。

鄉中第五十三屆周年頒獎典禮也頒發了鄉中人捐贈的冠名獎學金，包括第一屆鄉中畢業的「協社」捐贈的「李柏基老師紀念基金」（物理科）\$8,000，「Kaiser 體育會傑出運動員獎學金」\$7,200，「張一村先生文學科傑出成績獎

學金」\$3,000，「張一村先生中史科傑出成績獎學金」\$1000，「梁美賢老師地理科傑出成績獎學金」\$3000，「張慧玲中文科傑出成績獎學金」\$2000，「郭孟浩老師視覺藝術科獎學金」\$1200，「鄧奇漢老師中文科傑出成績獎學金」\$1000。

協社捐贈的「李柏基老師紀念基金」，2023-2024 年度贊助母校鄉中學生參與物理科學習或課外活動 \$24600。各冠名獎學金在贊助款項共 \$51000。

校友會於 2024 至 2025 年度共籌募得獎學金和常務經費 \$84300。總受惠人數約 170。

新界鄉議局元朗區中學校友會 2025-2027 捐款表格

(本會為社團註冊，捐款不能作退稅申請，敬希垂注。社團註冊編號 CP/SR/19/7984)

本人 _____ 畢業於 _____ 年 _____ 班，捐助校友會

常務經費	獎學金	其他(請註明: _____)
港幣: _____	港幣: _____	港幣: _____

捐款人簽署: _____

聯絡電話: _____ 日期: _____

通訊地址(寄回收據): _____

付款方法:

1) 支票 抬頭「新界鄉議局元朗區中學校友會」/ 「N. T. HEUNG YEE KUK YUEN LONG DISTRICT SECONDARY SCHOOL ALUMNI ASSOCIATION」 連同贊助表格寄回: 元朗教育路 123 號新界鄉 議局元朗區中學校友會收	2) 恆生銀行入帳 常務經費戶口 : 221-4-184885 獎學金戶口 : 221-1-185604 入數紙連同贊助表格, 寄回元朗教育路 123 號 本會收或電郵至 hykylalumni@gmail.com	3) 與校友會幹事直接聯絡安排 2025-2027 年度捐款 Whatsapp 銀行入數紙給 冼文駿 (6689 0375) 跟進。 請附通訊地址方便寄回收據。
---	---	--

經手人: _____ 批核日期: _____

日期: _____ 寄回收據日期: _____

薪火相傳，生生不息；聚沙成塔，集腋成裘！
願各屆校友，踴躍捐款，回饋母校！



局元朗區中學

編輯委員會

顧問老師：楊又蓮老師 袁志生老師
梁美賢老師

主編：冼文駿

委員：梁佩英 曾楚英 陳綺梅

特約採訪：趙潔芬 黃靖婷

封面作品：黃焯鈴 S6 (2024/25)

排版 / 印刷：文藝製作公司

出版日期：2025年6月