目錄

今日鄉中

01-02 袁廣業校長專訪
03 鄧穎怡老師專訪

昔日吾師校友

04 周家和老師專訪
05-06 他鄉吾鄉老師的故事
07-08 協社專訪

鄉中運動專輯

09-10 鄉中皇者 Kaiser
11-12 運動是無價寶
12 U40 鄉中校友足球隊
13-14 四社啦啦隊

鄉中校友誇啦啦

15 感恩鄉中回饋母校
16 工作遇見的兩位師兄

活動回顧

17-22 2018 校友會活動回顧

封面鄉中 50 周年馬賽克壁畫原創者：
韓靖琳（2013） 黎翠婷 (2015) 陳嘉琦 (2016)

袁廣業校長專訪

闊別七載、再續鄉緣

九月三日是鄉中本學年的開學禮，在漫長的暑假後，歡笑聲、校歌聲再次充滿禮堂。在一片雷動的掌聲中，母校迎來了一眾新老師和入讀同學，更迎來了鄉中第十一任校長——袁廣業校長。雖說是新任校長，但相信很多校友對袁校長並不陌生，因為袁校長早在 1989 年已經在鄉中任教，現在闊別七年，再結鄉緣，實在令人興奮！

回饋母校、貢獻社群

袁校長憶述早在他加入鄉中任教時，校友會已經成立，期間見證著校友會的改變和進步，至今已經可以獨立運作了。他期望校友會能與鄉中更緊密聯繫，繼續發揮橋樑的角色，讓更多校友能掌握母校的資訊和參與母校的活動。另一方面，袁校長指出鄉中校友人材輩出，若能凝聚在一起，長遠而言，除了回饋母校，定必能貢獻社群。事實上，校友會每年都有協辦「元朗傑小」，又為國內山區助學募捐；日後若能以「鄉中校友會」之名，對社區作貢獻，則更具意義。

回應挑戰、不斷蛻變

鄉中同學的學業成績，一向表現出色；在公開考試亦一直維持著相當優異的表現，因此鄉中不但聞名元朗區，甚或全新界，以至教育界亦無不稱羨。自教育制度改革及新高中考試制度推行以來，鄉中不是沒有挑戰的。不過袁校長對此改變卻持有十分正面的態度，因為外在環境雖然有變，但是入讀鄉中的學生依然十分出眾，皆是可造之材；此外，鄉中擁有 50 年的優良傳統，只須重拾往昔一些行之有效的做法，例如，校園課內外皆以英語為主的氛圍……袁校長深信挑戰驅使我們改變，改變使我們更適切地回應社會和教育制度的需要。

繼往開來、再現風采

談到鄉中學生的英語水平，袁校長到任鄉中之後，發覺不單只是精英學生，就是全體學生的英語水平都相當不俗，較之其他傳統名校不遑多讓，甚至有過之而無不及。這個事實，從鄉中在很多英語比賽皆表現出色，以及在官校英語辯論比賽，屢獲殊榮，創下三連冠的佳績便可見一斑。 仗此優勢，袁校長強調，只要鄉中能繼續營造良好的英語環境， 同學必能保持不俗的英語水平。

全人發展、潛能盡顯

袁校長認為，在舊的公開考試制度下，鄉中中六生大都聚焦於課外活動：學生會、學社、學會、領袖生…全都由中六同學領導、統籌和帶領，彷彿全年都沒有怎麼在意學業和考試似的。然而，一到了中七，卻又能立時收心養性，專注學業。這說明了鄉中的同學能夠「讀書時讀書、遊戲時遊戲」，成功的關鍵在於適當的時間管理。雖然在新高中制度下或許有些微難度 ——因為所有中五同學既要應付考試，同時又要參與各式各樣的課外活動——但是袁校長仍然充滿信心，認為鄉中同學只要做好時間管理就不會有問題的。他總結過往的教學經驗，加上從女兒的身上體會到，指出學校若能給予同學（包括高年級）不同機會，鼓勵他們展現潛能，愉快學習，效果定必遠勝預期。

實事求是、業廣惟勤

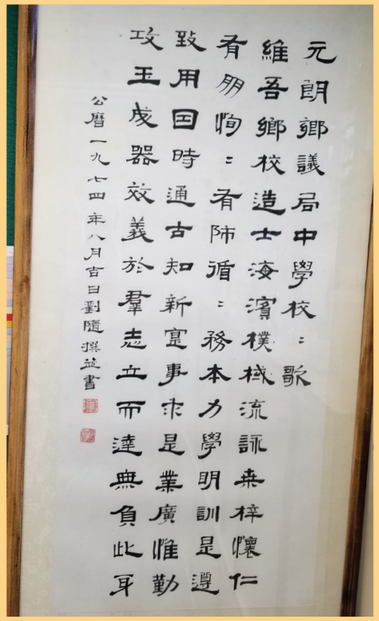
官校一般存在著「學生多樣化」的現象，鄉中的學生亦然。對於那些不是名列前茅的學生，袁校長指出，能入讀鄉中的同學，必定有一定的能力和水平，彼此間能力的差距實在是很小的，因此，倘若在學業成績或表現上與他人有落差， 根本就不是能力的問題，而是時間分配與心態的問題，換言之，就是不夠勤力及決心所致。因此，袁校長寄語同學們首先要對自己有信心，要相信自己有能力做好，絕對不比別人遜色。同時，袁校長勉勵同學秉持校訓「務本力學」的精神，努力不懈；以鄉中校歌歌詞「實事求是、業廣惟勤」八字作為學業和事業的座右銘。

負笈海外、增廣見聞

袁校長初到鄉中任教之時，榮獲獎學金負笈海外著名學府的傑出學生，如鄧穎施、洪之韻、梁志華博士等 ，多不勝數。近十年鄉中似乎鮮有同學赴海外著名學府升學或獲政府海外升學獎學金，袁校長確信這絕非同學力有不逮，估計這現象或許是同學缺乏升學海外的志向，又或許是家庭經濟等問題所導致。無論如何，校方將積極協助有志到海外升學的同學，提供各樣途徑和資訊。袁校長更透露，將籌辦英國遊學團， 交替安排同學到劍橋大學及牛津大學上課兩星期，既可讓同學親身體驗世界頂尖學府的實際運作，藉此擴闊視野；又可學習英語，提升英語水平，收一箭雙雕之效。

攻玉成器、作育英才

根據網站資料， 鄉中的辦學宗旨為「致力為學生提供全人教育，使之成為富責任感及積極進取的公民，並竭力誘發學生的潛能，使能適應現今瞬息萬變而充滿挑戰的世界。」袁校長以達成鄉中辦學宗旨為己任，受訪期間，再三強調期望為同學提供機會，使他們可以發揮潛能，展現光芒；並培養他們發展能力和建立價值觀，以至將來投身社會後，成為一個有作為的公民。



訪者簡介

黃敬鳳，在鄉中曾歷任班會主席、學會主席、領袖生及交通安全隊隊長等。1983 鄉中中七畢業，其後修畢香港理工大學三種語言秘書課程、以最高榮譽（Summa Cum Laude）取得美國俄亥俄大學文學學士學位及以優異成績（with Distinction）獲頒香港城市大學語言（中文）文學碩士學位。曾任職國衛保險有限公司行政經理、銷售及推廣部經理，現全職家庭主婦，閑暇時間擔任教會義務工作。

訪者與丈夫林燕勝合照。林燕勝亦為鄉中畢業生，現任恒生銀行商業銀行業務總監。

鄧穎怡老師專訪：老師校友 雙重身份

採訪 / 撰文：林小龍（鄉中 1997-2003）

愛上語文　源於鄉中

每次見到 Ms Tang 都特別有親切感，皆因她也是鄉中畢業生。在鄉中就讀期間，她已對語文產生濃厚的興趣。拿起中、英文的文學作品，如獲至寶「一捧起書，一邊唸著，是騷人墨客的文人氣息。」

良好語境　共同建造

現今的同學們學習的難點在哪？鄧老師坦言學習英語是十分個人的。故此，要誘發個人對英語的興趣方是學習的正軌。而要誘發學生學習語文的興趣，良好的英語環境是極為重要的。「我們一定要合力營造一個良好的語言環境。作為一個英文老師，必定要百份百與同學用英語對話，即使在教育路上，或在巴士上遇到同學，他們也會主動用英語與我溝通，這是很值得鼓舞的。與同學用英語溝通，這是英文科一直堅守的原則和一貫的政策，也是同事們攜手合作、配合，才可以打造這一個良好的語言環境。袁校長非常著重學生的語言發展，在他帶領下及支持下，校園整體的英語環境更加濃厚，這是鄉中學生的福氣。」

循序漸進　學以致用

「老實說，學習語文須花一段時間沉澱，要多讀、多寫、多聽、多講，要有一定的耐性。」鄧老師笑著說：「培養良好的閱讀習慣是十分重要。沒有投入便沒有輸出，如何令同學主動、積極地投入和輸出，是成敗的關鍵。」

鄧老師為我們介紹了英文科 Life Explorer Project。在這個計劃中，中一及中二的同學可以選取一樣自己感興趣的事物，不斷自我進修學習，定期紀錄學習進度及在堂上分組交流和匯報。「將英語學習與日常生活接軌，是我們的共同希望，也配合校方積極推動自主學習的方針。透過計劃同學們積極準備，表達自然，流露自信，最最最重要是，同學們愛上英文，自然地看英語旁述的籃球比賽，看電影也會聽英語旁白，這不是很美妙嗎？」

隨著電子教學的推動及科技的發展，鄧老師鼓勵同學多利用不同的工具學習語言，例如在 TED talks 收看演說，利用程式如 Brainscape 學習生字、或是可以在 Bookstagram 以英文發表閱讀感想……，找到自己喜歡的方法便能事半功倍。

裝備自己　與時並進

隨着會考（CE）和高級程度考試（AL）落幕，代之而起的是中學文憑考試 (DSE)，同學們由七年的中學生涯縮短至六年，會不會有不同呢？

「鄉中歷年來的學生一向是品學兼優。在學業成績方面，鄉中同學的表現依然相當出色，公開考試的成績多年來都十分優秀，在區內甚至區外都得到認同及肯定；而淳樸的校風、同學的良好品格一直都受區內人士欣賞。無論在課外活動或傑出學生或領袖選舉，鄉中同學也獲獎無數。多年來鄉中的優良傳統得以承傳。無疑，現在的同學們的機會和課外活動選擇比以前多，同學更要把握時間，學會時間管理，制訂學習策略，這也可能是時代的挑戰吧！」

有師循循　緣聚鄉中

「我常對人說，最好的朋友在鄉中，最好的老師在鄉中。在鄉中，與一班摯友、良師和好學生結緣，是一種幸福。」

「周妮璇老師教我選科、做人，和我談人生；啟蒙我古典詩詞的李玉蓉老師，教我王維的淡遠，她贈給我的書簽，仍舊在我的書桌上，老師超然的風采，令人神往；廖敬珍老師與我談白先勇先生、《紅夢樓》，介紹我看《牡丹亭》，帶我欣賞文學之美，她與我們品茶喫餅的一幕，至今未忘；Mr. Joe Chan 教我英詩集誦、英國文化，與我分享在鄉中教學的幸福與喜樂；Ms Chung 教我從英文中探索音樂之美，彭詠梅老師活潑的教學及對英語的熱愛令我對英語產生濃厚的興趣。不得不提的還有黃立光老師和李國培老師，兩位良師如今在工作上仍然時常給予我指引及教導，令我受益良多。」

「除了遇到一班好老師，也十分感恩遇到一屆又一屆的好學生。鄉中的學生很貼心，畢業後時常也互通訊息，給予我很大的支持和鼓勵，十分窩心……」

校友熱心　回饋母校

鄧老師表示：「校友會作為聯繫校友和母校的橋樑，校友會的角色也是十分重要的，這給母校莫大的關懷和支持。例如校友會和母校一同為在校同學辦職業分享講座，為在校傑出的學生發放獎學金，亦參與傑出小學生的評審，水運會陸運會也會派校友隊到場支持、參與和打氣……」

「作為校友和老師，看到眾多校友參與母校活動，實在感動！在此，我們呼籲已畢業、剛畢業的校友，多留意校友會的動態，多參與我們的活動啊！」

英文啟蒙老師 Ms Chung。

當年教 Ms Tang 歷史的李國培老師和黃立光老師。

周家和老師專訪：扶貧助學 澤潤山鄉

採訪 / 撰文：冼文騌（鄉中 1976-82）

周家和老師，於 1973 年 9 月起任教鄉中，至 83 年轉往屯門官立中學協助學校開校，在前後約十年的時間，其深厚的國學修養，簡明的歷史教學法，與及一手凝重渾厚的隸書，均成為不少鄉中人的美談。

要說周老師，就不得不由他與元朗的緣份說起，周 sir 原出廣州西關富戶，可惜家道中落，戰時移居香港元朗與家人租住於坳頭劉氏大屋一房。

小時候的周 sir 就讀元朗官立小學，成績斐然，在小學升中試，以全校第一名的成績考取了港島英皇書院五年免費學位，本是可喜可賀的美事，然而卻因家貧，竟因無力負擔往返港島車船費和住宿費，被逼將這許多人夢寐以求的英文中學學位送予另一同學，交換了一個在元朗公立中學的中文中學學位。

在元中畢業後，周 sir 原擬升讀台大醫學院並獲取錄，可惜又發生 823 炮戰，兩岸戰雲密佈，周 sir 唯有轉讀葛量洪教育學院，一來可繼續學業，二來一年後可任教師一職，能即時改善家人生活。葛師畢業後，初派沙頭角官立小學。六年後，周 sir 便回到小學的母校，元朗官立小學任教。在小學任教期間，課餘仍篤力進修，先後畢業於官立文商學院、浸會學院中文學士，珠海書院歷史系碩士課程，雖然當時他的學位未受政府承認，但多年苦修學問卻是真材實料！

周 sir 在 74 年加入鄉中，兩年後已擔任中史科科主任及兼教預科班。周 sir 在進修歷史系碩士時，受業於港大退休歷史系的羅香林教授，而羅教授的史觀在當時可謂顯學，故周 sir 在處理中史科及應付預科班的教學時，亦不負所望，令鄉中同學俱有優異的中史公開試成績。

除教學外，周 sir 亦需負責帶領童軍活動，他把童軍田野考察的活動帶入教學，每年都會帶領同學走出校園，走進錦田、青山、蒲台島、大嶼山等古蹟，實地考察，印證書本所述，令同學獲益良多！

在 83 年由於屯門官立中學開辦，在當時屯官校長黃柏棟力邀下，周 sir 調往屯官為該校中文及中史科打下基礎。兩年後，在 85 年調任視學處中文科督學，穿梭新界各校，為各校中文科老師視學，審視課程，對老師提出教學改進意見。其後周 sir 負責 TOC 目標為本課程，培訓小學中文教師，直至退休。

三十多年前，周 sir 領導他教會短宣隊到國內河源探訪，看到小孩衣衫襤褸，食不飽腹，流離失學，所以自 85 年起，創辦向山舉目助學金會，展開扶貧助學工作。最初在河源龍門縣、龍川縣及紫金縣助學，幫助貧困學生，後來周 sir 因患上坐骨神經痛，不得不把服務交予教會主辦，三年後病癒，再重掌向山舉目助學活動，並註冊為慈善團體，再移至韶關發展至今。

正如大多數人考慮，助學基金是否用得其所呢？周 sir 說向山舉目的助學金是直接交予學生的，目前集中在韶關四縣：新豐、樂昌、始興、翁源。每縣支援一百名學生，每名高中貧困生每年可得人民幣三千元，而重點大學的學生則每人每年支援一萬元人民幣。至今數算，共支援了百多位大學生，已畢業的有 65 名，其中不乏畢業於華南理工、上海復旦大學、廣州中山大學等的狀元。更令周 sir 驚喜的，其中有大學生畢業後，考獲外國如芝加哥密歇根大學等名校的獎學金，得以進修博士。鄉中校友會也曾於 2009 至 2014 年間，協辦向山舉目助學活動，一些校友也多年捐款，至今不輟。

在周 sir 身上，看到傳統儒家讀書人的精神，在數十年間，由小學教師到中學教師，由教師至視學官，再至創辦助學工程，可謂年少時力學至勤，年長則誨人不倦，退休則胸懷山區貧困學子。無論甚麼時候，都盡己所能，發熱發光。這就是我們認識的周 sir 了。

周 sir 現任「向山舉目助學金會」主席。每年均不辭辛勞，組織多次扶貧助學探訪隊，深入山區探訪貧困學生並致送助學金，受助學生達萬人。廣東省韶關市政府，為表彰其對韶關山區教育之傑出貢獻，特頒予「廣東韶關市港澳十大愛心助學人士」榮銜。

周家和老師　訪者冼文騌

左至右：蘇光華老師、黃子江太太、黃子江副校長、羅國雄老師、李雪霏老師、周的兒老師、楊又蓮老師、鄧奇漢老師、梁麗娟校友、李柏基太太、黎紅桂老師、李慧賢老師、黃秀英校友、楊又好女士

他鄉吾鄉的老師

採訪：梁麗娟（鄉中 1975-82）　整理：黃麗嫻（鄉中 1976-83）

有朋自遠方來，不亦樂乎？

2018 年底的溫暖平安夜，因李柏基老師太太回港探親，適逢幾位已移民海外的鄉中老師在港，楊又蓮老師在元朗新地標－形點安排了一個茶聚，一班師生聚首一堂，分享生活近況。

鄧奇漢老師是鄉中元老，在鄉中開校時任教中文科，他也是創立鄉中夜中學的骨幹之一，當年仍是鄉村的元朗，青少年失學嚴重，一群鄉中及元中（元朗公立中學）的老師籌辦夜校，在鄉中教日夜校，工作繁重，但那也是鄧 sir 人生最開心的日子。

鄧 sir 在鄉中任教直至退休，之後投資開設中藥廠，現在已交給下一代打理。已屆 80 高齡的鄧 sir 與太太都是教育界人士，他們有三個兒子，皆早已移居美國，鄧 sir 退休後也曾移居美國，但發覺最愛仍是香港，便放棄了美國綠卡回港定居，現與孫兒同住。鄧 sir 很「恨」生女兒的，到了第三代終於圓夢，有 5 個女孫 1 個男孫，提起女孫，鄧 sir 甜絲絲的，他還提起大兒子 15 歲的女兒，樣貌標緻，在國際學校修讀 12 科，科科也是甲等成績。

鄧sir覺得上天真待他不薄，一生人也十分幸福，當年雖然恨生女，但那時代的女性工作十分辛苦，出嫁後一年才可以回家探親一次，若是不孝順的，可能嫁出後到送終才回娘家一趟，鄧 sir 也說現在女性的地位，變化可說是翻天覆地。

羅國雄及李雪霏老師

羅 sir 也是開校元老，68 已加入鄉中，曾任教英、數及體育，太太也是在鄉中期間相識及結婚，她是 1970-77 教家政的李雪霏老師。羅 sir 師範學院畢業後便加入鄉中，那時只約 20 歲，學生就像他的弟妹般，關係十分融洽。他們兩夫婦先後於 76 及 77 年調離鄉中。

羅 sir 於 92 年辭任教職，之後一家移民英國，女兒在當地讀書、工作及結婚，目前仍居於英國。羅 sir 兩夫婦經常穿梭港英兩地，每地逗留半年，生活自由自在，他倆很喜歡香港，生活多些姿采，沒有英國那麼沉悶。

離開鄉中多年，兩夫妻仍與鄉中舊生及昔日同事經常聯絡。羅 sir 印象較深刻的是濃厚的師生情，鄉中學生純品受教，凝聚力強，假期時，師生會相約踏單車、燒烤，甚至扒獨木舟，這些課餘活動一年也有五、六次。 Ms Lee 印象最深刻的是每年的畢業禮、開放日及陸運會，與學生一起製作茶點招待來賓，同時要製作奶茶及小食如曲奇餅、腸仔卷、咖哩角等，並保持食物的熱度，殊不簡單呢，也可見 Ms Lee 工作的認真。

黃子江副校長於 1970 年開始在鄉中任教直至 1994 年退休。七十多歲的黃 sir 笑言記性差了很多，雖然他生在元朗而且老家仍在元朗，但也會經常找不到以前去過的地方，就像這次茶聚，他以前曾到過這裏喝茶，但這次在商場卻行錯了另一方向，幸好在途中遇到其他老師，否則便要行一個大運了。近年黃 sir 多次回港探望年紀日大的姐姐，又能與昔日同事相見，十分高興。

在 70 年代，周的兒老師與黃 sir 已是鄉中同事，她曾介紹女朋友給黃 sir，還一起遠赴港島的大會堂聽音樂呢，但 Miss Chau 做不成媒人，黃 sir 後來的心儀對象是在元朗匯豐銀行工作，黃 sir 經常到銀行打簿，不少知情的鄉中同事也積極玉成美事。黃太也說與鄉中很有緣份，她的中學會考試場就是在鄉中。

周的兒老師在 1972 年加入鄉中任教中文科，於 80 年至教育署輔導視學處工作，由教學前線轉為專注全港中文課程的發展。於 2004 年，因當時政府推出提早退休計劃（俗稱肥雞餐），Ms Chau 於五十四之齡提早退休，至今已超過十年了。

退休後，Ms Chau 經常四出旅遊，每年有三個月住在倫敦， 生活優哉悠哉。以前，Ms Chau 也參與義工服務，幫老人家剪髮，但近年已少參與，因年紀日大，視力欠佳，怕剪錯或弄傷他人，現在空閒時就學拉二胡。

Ms Chau 有一個兒子，兒子在英國大學畢業後在英國工作，是專業會計師，後來也到過上海、瑞士及澳洲工作，從大學至工作前後十七年，一直「離家」在外地居住。後來見雙親日漸年老，近三年回到香港工作，去年 2 月更拉埋天窗，與來自韓國的美女結婚。

李慧賢老師於 1978-96 在鄉中任教家政科，之後一家移民澳洲，她在當地銀行任職，主要處理客户開設户口及賬目往來事宜，工作上需接觸不同國籍的人士， 如希臘人、意大利、亞美尼亞、印度人等等，Ms Lee 坦言無需懂多國語言，只要懂兩文三語（英文、國語及廣東話）便可以了，因為不懂英文的，他們的下一代會協助父母翻譯。Ms Lee 丈夫本來是會計專業，但欠缺當地經驗難找工作，於是他修讀法律，考取律師牌後在當地執業。

Ms Lee 兩個兒子也在銀行工作，大兒子已成家立室，媳婦是長春人，來澳洲唸書時與兒子認識。溝通時，Ms Lee 與媳婦說普通話，媳婦卻喜歡與她用英語交談。 小兒子正在拍拖階段， 可會早日成親？ Ms Lee 笑言仔大仔世界，父母也無需為子女籌謀太多。

黎紅桂老師（梁太）於 1984 至 1996 年在鄉中任教物理和數學，後轉到另一官校任教直至 2004 年提早退休，之後在鄉中舊生盧炳照牧師事奉的遠東廣播福音機構做義工，主要是回答聽眾的來信。盧牧師是鄉中團契的大師兄，當年的鄉中團契十分成功，有很多畢業生在不同的地方宣教及服務當地的人。

「流水不因石而阻，友誼不因遠而疏。」
「人如蝴蝶處處飛，我倆友誼永不離！」

這些句子是在七十年代小學生畢業紀念冊常見的句子，昔日的鄉中老師在廿一世紀仍活出那赤子情懷，友誼永固！

一年一度新年團拜
Gathering with Ms Chung

1988 年入讀鄉中 Form 1 的一班校友，當中有很多同學在中二中三時期已移民或留學海外，有些同學中六中七轉讀其他學校。不過這一屆的校友有個傳統習俗，就是每一年農曆新年，都會相約齊齊舉家來到鍾翠嫻老師的後花園「打卡」，拍張大合照。每年都過來打擾 Ms Chung 真的有點不好意思，但這裡總是有談不完的話題，以及給小朋友任玩任砌的玩具。大合照的人數也一年比一年多。亦師亦友，情比金堅！

前排左至右：張美芬校友、李柏基太太、鄧奇漢老師、李雪霏老師、羅國雄老師。後排：協社同學。

笑說當年恩義濃：協社專訪

採訪 / 撰文：黃麗嫻（鄉中 1976-83）

李柏基老師於 2018 年 3 月主懷安息，一些第一屆鄉中校友，以協社名義成立了李柏基老師紀念基金，永誌李 sir 在鄉中教導之情，亦藉此回饋母校，為鄉中物理科發展出一分力。畢業了四十多年的校友，有甚麼動力驅使他們在鄉中成立六十萬元的物理獎助學金？

五十年鄉中情緣

協社成員是鄉中 1967 年創校時的 1A 班學生，李柏基老師是 1969 年到任鄉中，蔡創達校長在鄉中讀書時，也是李 sir 的學生呢！李 sir 是協社 F.3 的班主任，由 F.3 至 F.5，後來 F.6-7 理科也是班主任，F.3 時更是所有理科及數學科的老師，高中只教物理科。

令協社同學難忘李 sir 的事兒甚多，包括：

- 一表人才的李 sir，在六十年代的某一天身穿粉紅色袖衫進入課室上課，令同學驚為天人，讚歎之聲不絕，令年青的李 sir 也頓時腼腆不已。
- 李 sir 外型溫文爾雅，人品和善及學識豐富，但在排球場上，卻是身手矯捷，殺球凌厲果斷，與平時為人師表儒雅的形象，判若兩人，令同學又一次驚為天人。李 sir 於課餘時，亦樂於與學生打（排球）成一片，更協助訓練鄉中的排球隊。
- 李 sir 熱愛排球運動，升讀香港大學入住以學術尖子兼體育聞名的利瑪竇堂 (Ricci Hall)，更是宿生排球隊猛將。協社同學憶述李 sir 在鄉中任教時，曾組織了一場友誼賽，由來自 Ricci Hall 的排球員，遠道而來與鄉中代表隊作賽，那場賽事戰況激烈，令鄉中同學大開眼界！
- 李 sir 是很有親和力的老師，課餘時樂於參與學生的「娛樂」活動，除了周末或假日與學生郊外旅行外，也曾出席學生的晚間聖誕舞會，是學生為他慶祝生日呢！初中生搞晚間聖誕舞會！還穿上當年流行的喇叭褲、鬆糕鞋，大跳 ChaCha, 三步、四步……，訪問當日，協社同學說到眉飛色舞，仿如回到昔日歡樂的時空。
- 有昔日學生的子女初到美國留學，人生路不熟，移居美國的李 sir 夫婦仍樂於協助，提供住宿及代為照顧。

協社特殊之處

五十年的時光，變的是元朗風貌，不變的是鄉中同窗之情。這五十年的友情是如何建立的呢？

鄉中開校時，位於教育路的校舍仍未建成，協社同學第一年是在借來的凹頭元小頂樓及天台上課。第一屆鄉中一級只得兩班英文班及一中文班，中一至中五，同學都是同一班的，F.4 及 F.5 也沒有分文理班，同學可自由選擇學科，當時最多是讀九科。

說起往年鄉中校園逸事，印象難忘的是班團氣氛濃厚，在班際的籃球賽、壁報比賽中，同學們團結合力，一致對「外」為自己班爭取佳績，說起當年以全白底紙塗上斑斕色彩的手印畫，憑新穎創意在壁報比賽奪魁，還有聖誕假期的晚間舞會，協社同學仍津津樂道，興高采烈！

五年也是同一班，在不同的課內課外活動協力同心，悉力為自己班爭取佳績，可謂同甘共苦，難怪協社同學同窗之情非比尋常。畢業後，雖不在鄉中，但不願見多年建立的情誼因各散東西而中斷，便組成協社，標誌著大家的同心協力永遠延續下去。

與學生亦師亦友的鄉中老師。

永記師恩

幾年的鄉中學生生活，奠基了協社幾十年的友誼長存，一個團體的成功創始及承傳，背後的靈魂人物決不可少，除了班長彭慧敏及熱心同學張美芬的策動及協社同學支持外，多年教導的李柏基老師功勞不少，老師的身教言教及對學生關愛之心，令協社難忘師恩，無忘自己是鄉中人。

李 sir 在 2018 年初病逝，協社同學有感李 sir 在香港只任教鄉中一間學校，二十年來付出了青春與心血，春風化雨，作育英才，鍾情物理教學，師恩難忘，如何銘記？因此，在協社幾位熱心同學號召下，協社同學成立了物理獎學金，藉以紀念李 sir 及回饋母校。

年月飛逝，鄉中第一屆畢業的協社同學早已屆「登六」之齡，但昔日在鄉中的青春歲月難忘，有朋恂恂，更是有師循循。協社同學每年都舉辦聚餐「一家團聚」，也邀請當年任教的老師出席，採訪當晚，便有鄧奇漢老師、羅國雄老師、李雪菲老師及李栢基老師太太出席晚宴，老師與學生儼如家人般談天說笑，互道近況，師生已成多年好友，活靈活現地展現了鄉中優良傳統：

尊師重道，同窗友誼長存！

1996年協社同學與鄧奇漢老師（前排左一）及李柏基老師（前排左二）合照。

LEE PAK KEE MEMORIAL FUND
《李柏基老師紀念基金》

背景

《李柏基老師紀念基金》是由鄉中第一屆 A 班校友組成的「協社」於 2018 年初發起及籌募，目的是紀念他們的班主任。李柏基老師於 1969 年加入鄉中任教，直至 1989 年移民美國，協社同學有感於李 sir 在香港，只在鄉中服務，造福學子，桃李滿門，故設立這基金延續良師服務鄉中、回饋母校的精神。透過校友會，協社校友與母校鄉中共同商討，制定了基金推行的細則。

內容簡介

（一）《李柏基老師紀念基金》是一個為期 20 年的贊助計劃，基金總額合共港幣 60 萬元，由 2018-19 學年開始，每年捐助鄉中港幣 $30,000 元。

（二）每年款項用途主要分兩部分：

1. 每年 $8000 用作頒發中三至中六級物理獎學金，由校方提名每級物理科表現優秀的鄉中學生。
2. 每年 $22,000（上限）資助校方推行物理科 / 其他科學的校本活動，如拔尖補底課程，校外或校內與物理 / 科學相關的課外活動等。

我們懷念的李柏基老師

鄉中第一代教師 - 李柏基老師於 2018 年 3 月於美國費城病逝。

李 sir 安詳的走完了 70 年的人生旅程，他是虔誠的基督徒，一生忠心事奉，美好的仗已經打過了；該跑的路程已經跑盡了；當守的信仰已經持守了。李 sir 雖然離世，但他在服務鄉中二十年當中，在學生成長過程中的點點滴滴與恩情，成為了學生永恒的思念與感恩！

李柏基老師生平簡介（節錄自李柏基老師離世訃文）

李 sir 祖籍廣東中山縣，自小成績優異，當年小學會考以全港第 60 名獲派英皇中學就讀，大學入學試考獲全港第二名，取得了英皇愛德華七世獎學金，並入讀香港大學。在大學期間對排球運動有濃厚興趣，曾代表港大出賽外國校賽。

1969 年 21 歲港大畢業後在元朗鄉議局中學任教直至移民，在校期間，除了任教物理外，也是學生基督徒團契的導師，學生中多人成為牧師、傳道人、宣教士或在工作崗位帶職事奉。1989 年舉家移民美國，1990 年受聘於費城公立中學 J.R. Masterman School 直至 2013 年退休，他經常為他教學職業而自豪。

在美國，除了教學及教會事奉，他在文字事奉上也貢獻良多，1998 年翻譯了「混沌初開：從科學觀點論創造」一書，2000 年後沒間斷地為號角月報寫文章，在患病期間仍為專欄撰稿，並為 Dr. Constable 翻譯他聖經新舊約評論的前言。

鄉中「皇者」：Kaiser 專訪

採訪 / 撰文：黃麗嫻（鄉中 1976-83）

何：何誠敏老師　尹：尹家強　鄧：鄧根來　蔡：蔡培華　文：文達成　黃：黃時佳　茹：茹健穩　湛：湛倩萍

Kaiser 是七十年代後期鄉中學生自發組成的排球隊，成員是來自不同班級，當年，他們自發地參加新界區賽，屢次奪冠，知名度甚高。

Kaiser 的源起

尹：我們初入鄉中時，校內已有不少高大威猛的排球名將，如盧偉權、林敏及劉錦輝等，那時學生歸屬感很強，周六周日也會回校支持師兄與友校崇德及基新中學的比賽；當年不少女生也熱愛打排球，經常與球技高超又平易近人的男排互相切磋，鄉中逐漸湧現了一批熱愛排球的種子。

我們常在午膳及放學後在球場打波，樂此不疲，更與死黨組隊進行牙骹戰，並為自己隊伍冠名，如 Pilot、Devil 等。我們以 Kaiser 為名，因為當年上歷史課時，周華漢老師教授德國德皇 (Kaiser) 的輝煌年代，這名稱源自歷史著名大帝凱撒 (Caesar)，代表勝利及皇者之風，音節響亮，我們便用作隊名了。至今，曾用 Kaiser 隊名出賽的男女隊友，起碼有二十多人。

老師也是 Kaiser

熱愛排球的李柏基老師與 Kaiser 也有淵源，在課餘也指導他們的球技，Kaiser 多次代表元朗區出賽，當時李 sir 也是元朗區排球隊教練，後來李 sir 也成為 Kaiser 一員。

中史科何誠敏老師也是 Kaiser 核心成員，他經常在小息、午膳或放學後與學生打排球或互鬥射籃，何 sir 笑說是鄉中學生傳統的敬老精神，讓他成為 Kaiser 一分子。Kaiser 成員也笑談當年，何 sir 可能是身負特別任務的「臥底」，密切注意這群經常流連球場、好動多言、成員及擁躉跨越各級的校園活躍分子。

蔡：Kaiser 在排球賽的傑出表現，也要感謝學校及當年住在學校附近的何 sir，在星期六、日大開鄉中方便之門，使 Kaiser 能暢快地在學校的排球場練波。

難忘的自由與歡樂

Kaiser 核心成員是 78 至 84 年間來自不同班級的鄉中學生，成員的連繫多年不斷，團隊歸屬感及凝聚力十分强。問及四十載友情，是如何延續不變呢？眾人異口同聲歸功於 Kaiser 永遠會長蔡培華！

蔡：當年我是 Kaiser 聯誼活動召集人，不少 Kaiser 成員也是教師，我的生日在 9 月，大家便相約在每年 8 月暑假聚餐，另外在農曆年初三也會踢賀歲足球賽，一年定期兩聚已成多年慣例，另外每年不定時的工餘假日的打波飯聚雀局也是不少。

黃：Kaiser 最難得的是每年初三也會團聚打賀歲波，分「黃鄧隊」及「雜姓隊」兩隊。近年也成功聯繫昔日元朗信義中學的校友作賽，我們也希望能聯絡崇德及元朗公立中學昔日的波友，舉辦四角賽賀歲盃呢！

湛：我是由崇德中學轉來鄉中讀中六，鄉中給我截然不同的感覺：學生很主動，自律性高，學校給予學生的信任及發揮的機會很多。以前我的中學校隊大多已有班底難以加入，而且學校限制較多，學生活動必須經重重審批及老師帶領，但在鄉中，學生可自由自主參與不同的運動，更可自由在儲物室取用運動器材練習，這些在以前學校是難以想像。此外，Kaiser 成員是跨年級的，也不拒熱愛運動的新人「一起玩」，我們經常放學後聯群結隊在鄉中附近的爛地練習 (現趙聿修中學校址)，好動的我便是這樣的與 Kaiser 結緣。

在訪問中 Kaiser 隊員互相取笑而毫不介意，說起「茄喱啡」、「執波仔」、「大哥成」、「大難財」這些暱稱、原居民黃鄧隊是「鄉紳土豪」，雜姓隊是「雜嘍」這些戲謔時，大家開懷大笑，津津樂道當年的陳年往事，可見各人感情的深厚。

Kaiser 隊員手持球隊歷代的球衣，學生時代已褪色的球衣仍保持至今，足見長情！

左至右：
湛倩萍、現任副校胡麗蘊、林學忠、茹健穩、黃麗嫻、冼文騝、現任校長袁廣業、何誠敏老師、尹家强、蔡培華、鄧根來、黃時佳、文達成

運動．學業相輔相成

當年香港只得港大、中大及幾間大專院校如理工、浸會及師範學院，升學競爭激烈，學生年代課餘沉醉體育活動，又經常外出比賽，會影響學業嗎？

蔡：當年 Kaiser 隊員，全部均成功升讀大學或大專院校呢！若論優異的公開試成績，丁永興可算是表表者，當年會考取得 6A2B，港大畢業後投身教育，後來更成為屯門名校校長；其他 Kaiser 成員，在公開試取得優異成績，比比皆是。

球隊的光輝歷史

Kaiser 經常贏得康體處舉辦的排球區賽冠軍，曾有一年，同時打入了元朗及大埔兩區的決賽，決賽日同日進行，Kaiser 兵分兩路，各派 6 位成員出賽，實力雄厚的 Kaiser 兩區也取得冠軍。除了是排球雄師外，Kaiser 在三屆的全港手球新秀賽兩次奪魁，失落冠軍那次也只因決賽當日傾盆大雨，未能及時由元朗到達遠在九龍的比賽場地而屈居季軍。Kaiser 眾成員皆是鄉中體壇猛將，是陸運會領獎台上的常客，也曾是不少田賽徑賽紀錄保持者，跳高、跳遠、三級跳、標槍、鐵餅、鉛球、長跑短跑、接力賽皆見其踪影。

中學畢業後，各人在運動方面仍大放異彩，香港大學明原堂宿生會 81 至 85 年有四屆的體育隊長，是來自鄉中 Kaiser 的蔡培華、文達財、丁永興、茹健穩，他們也是港大足球隊隊員，Kaiser 成員劉少華除獲選為全港十大傑出學生外，更與茹健穩代表香港，參與世界大學生運動會的足球賽。文達成是中文大學排球隊成員，而黃時佳是香港手球青年軍隊員，也曾代表香港作賽。另一 Kaiser 靈魂人物鄧根來不單是香港手球青年軍，更與黃時佳代表元朗區贏得全港手球新秀賽的冠軍，他其後在著名女校拔萃女書院任教體育卅多年，在職期間，女拔萃在學界體育成績輝煌，尤為突出的是游泳項目，連續 31 屆奪得全港學界水運會女子組全場總冠軍。此外更連續 12 年勇奪全港學界陸運會女子組全場總冠軍！

鄧：我們能兼顧體育興趣，這也得歸功趙東成校長態度開放，及隊員間互相協助扶持。Kaiser 成員經常參與學界邀請賽，不少是上課甚至考試期間舉行，趙校長甚至曾準備好釘鞋，在班房門外交給同學，好讓他們在賽事召集時，可立即出發前往鄉中隔鄰的大球場比賽；若賽事在九龍及港島舉行，教體育的葉建新老師會駕車接載我們往返比賽場地。

尹：參與群體活動，也可在學業上發揮承傳作用，例如成員會互相借閱內容整全及條理清楚的課堂筆記，Kaiser 成員也互為榜樣，正如我家四兄弟讀鄉中，會考及高考中史科全部皆考取 A 級，Kaiser 也像兄弟般在學業互相策勵。

茹：我當年的筆記也是借用已畢業的 Kaiser 師兄，他們的筆記本寫滿了學習重點；成績優異的 Kaiser 師兄也成為隊友的奮鬥目標，間接督促了其他成員在學業方面努力向上，爭取良好成績。

連繫．承傳．回饋

茹：Kaiser 的精神，在隊員間以不同方式承傳下去，如蔡培華師兄的保險團隊是以 Kaiser 命名，它代表著團結、奮鬥與努力爭勝，這些精神也是承傳 Kaiser。近年，我們也有以 Kaiser 名義，贊助區內小學生的小型足球比賽 –「Kaiser 盃」，頒獎時，也會與小學生分享鄉中 Kaiser 的故事，勉勵學生珍惜學生團隊生活，兒時的運動伙伴，可以是人生幾十年的知己良朋。

何：Kaiser 團隊已成立多年，彼此間的聯繫一直很強，適逢今次專訪，Kaiser 核心的樑柱皆在，大家可思考在回饋及推動校園體育風氣方面，Kaiser 可以為母校作甚麼呢？我提議 Kaiser 成員可隨緣樂助，設立萬元獎助學金，頒發給每級的傑出運動員、贊助校內球隊或推廣體育活動。Kaiser 是當年數屆文武兼備的校友，此舉只是拋磚引玉，去年鄉中慶祝五十周年，近千畢業校友出席校慶晚宴，校友會也可趁此良機，聯繫校友，與學校商討設立鄉中金禧獎助學基金，希望各屆校友能集掖成裘，回饋母校，支援學校的發展，惠及鄉中學生。

後記：Kaiser 成員對何 sir 的提議均表贊同，並初步擬定設立為期五年的《Kaiser 體育獎助學金》。人生難得一知己，半生相識相知相扶持，Kaiser 有幸在鄉中結緣，得數十知己，共度年少的熱情澎湃與輕狂，彼此成為苦讀求學時的明燈與力量，留下不少刻骨銘心甘苦與共的回憶，更難得的是他們畢業後無忘回饋社區，回饋母校！

運動是無價寶

何：何誠敏老師　尹：尹家強　蔡：蔡培華　文：文達成　茹：茹健穩

學業與體育是互相抵觸嗎？運動是浪費讀書時間嗎？ 1978 至 80 年代鄉中體壇叱吒風雲的團隊 Kaiser，也各抒己見。

尹： 讀書成績重要，但參與群體活動也不應忽略，如 Kaiser 是熱衷運動的球隊，少年相識在運動場，四十年的相知相惜，有不少回憶，回憶是很重要的，多年的片段、昔日的成就，在人生的歲月裏令人回味，人生當中要有夢想，能有伴一起去追求及實踐，在比賽共同努力爭取獎牌，互相策勵，無論結果得與失，這在人生已有很大意義，如 Kaiser 般，多年一路走來，有正向的朋友在你人生各階段的轉變中互相幫助，彼此聯繫，同心同德地擴散及承傳多年的友誼，這對人生的改變及演繹也是一件美事。

我們這群 Kaiser 成員已是「入五登六」的年紀，年老時也未必能再活躍球場，但回憶是不會隨年月而逝，當年 Kaiser 的種種回憶，帶來無窮的樂趣，正如今次校友會邀約 Kaiser 專訪，也讓我們回憶不少年少的樂趣及難忘片段，我有幸當年是 Kaiser 成員，也是發起成立 Kaiser 的一分子，實在深感榮幸。

蔡： 我的整個人際網絡也是連繫著 Kaiser，連繫著運動，在讀書年代，我的玩伴與讀書伙伴是 Kaiser，透過 Kaiser 參與不少排球公開賽，接觸了當年的排球界；入了大學，好運動的我擔任了宿生會體育隊長 (Sports Captain)，因此認識了所有港大宿生會活躍參與各項體育活動的港大學生。

這些運動的連繫給了我很大的幫助，我畢業後在中學教書，透過 Kaiser 認識了不少鄉中運動出色的學生，當他們升讀預科要轉校或找學校重讀中五時，便拉攏了他們入讀我任教的中學，那時我任教的中學囊括了新界學界的排球冠軍，當年參與全港學界排球賽，連續幾屆也贏得亞軍。後來，我轉職保險行業，也一直得到在當年體育活動認識的朋友支持。我覺得 Kaiser 給了我很多！

文： 我退休前是在警隊工作，得知很多大公司或機構以至內地的公安單位，也推動「一人一運動」，可見運動的重要性。近年鄉中的運動風氣，相比以前似乎遜色了，其中原因可能是家長或學生自己不願意參與，擔心運動影響學業，但 Kaiser 正好是一明證，在當年還是只得兩所大學的年代，我們全部成員升讀大學或專上學院，可見運動與學業並非互相抵觸的，只要比重得宜，是可相得益彰。

另外是有關紀律及自律，學校為甚麼可信任學生呢？那是因為學生自律及知所行止，在這方面，同學間的群體活動可發揮不少作用，成長期的青少年是有反叛特性的，對師長以至家長的訓示未必真心順從，甚至可能講一句頂嘴十句。但若在學生的圈子或組織內的領導人物，能以「大師兄姐」做好榜樣的角色，多耳提面授地提點其他成員的言行，那樣在學生紀律及操行方面的培養是十分理想，正如當年 Kaiser「大佬」鄧根來及蔡培華，他們講一句提點要做好某一件本分事，我們會做好十樣。

在學校，也有不少學生是來自基層家庭，父母未必有太多金錢時間給子女參與有益身心的體育活動，若校方能善用校園已有的場地，如籃球場、排球場及禮堂的羽毛球場，給學生參與運動，透過這些非學術的途徑，使學生能聚在一起，在一個相對安全的環境多運動，這總比宅在家裏打機，流連商場或在街上游蕩好。若校友會能聯繫不同校友出資支援，在學校運動方面的發展擔當一個恒常及穩定的角色，這對學生的健康成長是很好的。

茹： 我很珍惜我在鄉中的學生生活，很希望現今的學生也能多珍惜及多享受學校生活，現今不少學生較封閉，很多只知埋首讀書或對著螢幕打機，少了很多群體生活，也少了很多有血有肉的美好回憶。學生時代多參加自己感興趣的課外活動，對日後發展也有裨益，不一定是全天候打波，我的一位中學同學喜愛攝影，當年教美術的楊又蓮老師在美術室設置了沖晒相片的黑房，那同學課餘時間也積極參與攝影學會活動，他現在是理工大學攝影課程的講師，在攝影界也有一番成就及知名度，並不止一次見報有專訪呢！

何： 對運動的看法及理念，我與 Kaiser 是一致的，不再贅述了。我對鄉中校友要說的話是：「學無先後，達者為師。」我很慶幸在鄉中任教了十多年，認識了 Kaiser 及不少學生，他們絕大部分的成就皆在我之上，正是江山代有才人出，我也祝福各校友身體健康。

對家長及仍在學的鄉中學生，我想說的是：「孤陰不生，獨陽不長」，只知讀書的易成書蟲，只知打波的易變波牛，若鄉中希望在學界延續輝煌，學生要動靜皆宜。我強調運動是最好的，因為強健的體魄是優良成績的根基，運動不同音樂或其他的課外活動，因為運動能增強人體的呼吸系統及促進血液循環，有助加強記憶。若要把學業與運動定下一個比重，可以是 8:2 或 7:3。

文武兼備的 Kaiser 不應是鄉中的經典，我期望更多的鄉中學生成就超越 Kaiser。

U40 鄉中校友足球隊

撰文：楊達文（鄉中 1991-1996）

以「足球」凝聚校友

鯽魚涌五點半收工，七點前趕到元朗廈村比賽，係為愛，定係責任？答案是為了與相識廿多年的隊友相聚一個小時， 哪怕只是下半場後備入替十五分鐘，每位隊友都會珍惜得來不易的比賽時間，既可以出一身汗，亦可以回味以往在球場為「鄉中」比賽的時光，嘻嘻哈哈吵吵鬧鬧，個多小時過去，在回家的路途上，面上都會掛著一絲微笑， 足球可以令人忘卻一天的煩憂，正是鄉中 U40 足球隊帶給每位隊員生活中的一點甜。

鄉中足球隊一貫擁有地利， 鄰近元朗三大石地足球場，與當年唯一一個學界比賽場地元朗大球場更只是一街之隔。佔地利之餘，鄉中足球隊亦有努力練習提升實力。放學後一班隊友一起到「安興」大叫一聲：「跟隊！」只要實力足夠，保持不敗就可以雄霸球場到天黑，想當年鄉中足球隊都可算是元朗學界足球的擂台薑。

鄉中 U40 數年前因受邀參加「朗聯盃」足球比賽而重組，隊員們久疏戰陣，空有腦中的技術而缺乏實際作賽的體能，自然會連場落敗。接連敗仗不單沒有磨蝕隊員鬥志，反而在羅屋村村長宗哥（當然都是鄉中人啦！）的協助下報名參加多個鄉村盃賽，於定期作賽下，隊員間的默契及體能都有顯著提升。於今年的「朗聯盃」，球隊更有令觀眾眼前一亮的表現，對賽擁有多名退役職業球員的隊伍都能全場不落下風，爭持到底。縱使最後落敗，隊員間都秉承比賽時咬牙切齒；比賽後一笑置之的精神對待勝負，以「足球」凝聚校友，賽後飯聚聯誼。希望日後除了鄉中 U40 外，更會有 U30、U50 等各年齡層的足球隊出現，一起重聚於「安興」，再大叫一聲：「跟隊！」

（有興趣參與足球活動的校友，歡迎聯絡吳清先生。）

鄉中運動專輯：四社啦啦隊

鄉

在鄉社芸芸的口號中，**「氣勢震八方，鄉社獨稱王」**是我們的最愛，每次把它喊出，就像自豪地告訴他人：我們是鄉社人，是鄉社啦啦。它是個魔咒，把我們鄉社的啦啦隊員神奇地連結在一起，讓鄉社的健兒倍感力量！它更象徵着鄉社精神，

不管是從前的鄉社人，現在的鄉社人，未來的鄉社人，口中還是喊著同一句口號。鄉社人的面貌會變，但精神不會變，並一直傳承下去。

中

「記錄由我創，中社放光芒！」

每一個中社啦啦仔女都係我哋心目中發光發亮，多謝你哋嘅盡力付出！

希望各位中社健兒可以勇往直前，勇奪屬於自己嘅成功。

SUCCESS we are Chung House we are the best!!!

元

從啦啦小薯到啦啦 leader 的心路歷程

「元社長稱霸，唯獨我瀟灑！」從中一社員大會聽到這句口號以後，元社給我的印象便是充滿霸氣而自信。啦啦隊對每一位中一同學而言，都是新奇而陌生的，對我亦然。當年青澀內斂的我雖然很希望能盡快融入元社的大家庭，但最後礙於沒有自信，終於也沒有加入啦啦隊，只有在水、陸運會期間，以社員身份到看台上幫忙高呼口號。

「一日元社人，一世元社魂！」這無疑是我最喜愛的其中一句口號。當看到每位師兄師姐即使嗓音沙啞，仍願意繼續吶喊助威；即使氣喘不止，仍願意竭盡最後一分力。第一年穿上優美的裙子，踏上紅色的跑道，心情難免興奮又緊張，直至舞蹈完結的一刻，雙腳仍不止的顫抖，眼中卻已流下不捨的淚水，我才覺悟歸屬感的真正意義。我盼望有一天能成為帶領啦啦隊隊員的那位，用努力教會師弟師妹如何愛護屬於自己的元社。

今年有幸能成為元社的啦啦隊隊長，可以說在中學啦啦生涯寫上了一個完美的句號。不過在往後的幾個月，苦惱和擔憂似乎蓋過了原來的興奮心情。我們五人要在短短一個月內編排好整隻舞的流程，還要設計表演服裝和飾物，這無疑是一項極大的挑戰。感激的是依仗各社員的堅持不懈，我們成功在水運會拿下了啦啦冠軍。

隨著奪標而來的並不是令人鬆一口氣，陸運會迫在眉睫，面對的反而是壓力。在開始排位練舞以後，我們才發現這並不是一件輕易的任務，才明白以往的啦啦隊隊長所需面對和承受的一切壓力。不但要放棄課餘輕鬆的時光來教舞，更要隨時在表演上作出改動。過程是艱辛的，但看到各隊員不辭勞苦地盡力練習，就仿似看到當年自己的身影；我們也是這樣一步一步走過來的，所有社員也會一同陪伴著我們成長，在背後支持著我們。

隨著音樂的完結，我的啦啦隊生涯也來到了終點。雖然未能在陸運會再下一城，我們總有點感傷，但我從未後悔加入了這個大家庭。

「唔理流言蜚語有幾多，我地元社決心冇改過！」

學

青春無悔啦啦隊

「學社有氣有力有信心，一支獨秀一定擺冠軍」這口號是啦啦隊在為球場上的為社博盡每一分力的健兒助喊立威的。當然，不止這一句。

儘管筋疲力盡，儘管聲音沙啞，儘管汗流浹背，每一位啦啦隊成員也會願意為社員加油打氣。

有人認為啦啦隊很辛苦很浪費時間。基本上每天早上、午飯時間、放學都需要練習，根本沒空餘時間做私人事件。也許大家認為用這些時間去讀書會更加有意義。讀書是重要，可是，我們深信讀書並不是我們的一生的目標，誰又願意把自己的青春堆滿了各種考試測驗呢？誰又會甘心成為讀書的機器，中學生涯毫無半點色彩呢？人不輕狂枉少年，場上的汗水是揮灑青春的成長印記，啦啦是無價的。沒錯，啦啦是十分辛苦，亦須用好多好多時間，但是這一切都是值得的。

啦啦隊在旁人眼中可能只是滋擾，其價值一直備受爭議。但事實上啦啦隊在啦啦隊員眼中卻有莫大的價值。啦啦隊令我們打破年級的界限，驅使一眾社員團結起來，為自己的社員打氣。猶記得一位啦啦隊隊員曾對我們說，他每年最期待的便是啦啦隊訓練，因為可以再與其他同學相處，我們又何嘗不是？啦啦隊是將分散在各班各級的同學連接起來的橋樑，倘若沒有啦啦隊，社員之間會互相認識嗎？會相熟嗎？啦啦隊為我們帶來了不同的緣份和友誼，背後的價值難以量度。

啦啦訓練所付出的汗水、努力並不是白費的，這一切都令成功的果實更加甜美。或許你會認為我們為啦啦隊犧牲許多，但其收穫是無價的，亦不能作比較。在參與啦啦隊的過程中，我們認識了彼此，獲得了滿足感和成功感，造就了今天團結一致的我們。

啦啦隊豐富了我們的校園生活，為原本黑白色彩的讀書生涯增添了一筆樂趣。願回首校園生活時，會記得曾經有一班人伴自己熱血過、奮鬥過，不讓校園生活留白。

感恩鄉中 回饋母校：鍾婉怡

採訪 / 撰文：陳綺梅（鄉中 1984-91）

和婉怡一別，原來已是超過四分一世紀的事了。上世紀八十，九十年代，我中五她中四，到我中七畢業她則中六了。數年前和她在港鐵相遇，她先認到我，我則記憶模模糊糊的；到今次在母校校園相見，感覺情境、人物和故事才吻合，一切也親切熟悉起來了。再相遇，感覺很奇妙，也感恩，真不知道是多大的緣分能再相逢，難得彼此還保留昔日的純真坦誠，一見如故。

婉怡分享到她近來也和以前中學的同學相聚了，感覺非常溫暖，彼此也彷如回到昨日在中學的歲月，她非常珍惜，始終年少時的情誼單純也較深厚。

中學七年，婉兒回憶中，充滿了難忘的經歷，當中有樂有苦，有笑有淚。她笑言自己在「暴風」中成長，而這些也讓她在磨練中學習和成長，年少初中時，曾經反叛頑皮，被數學老師懲罰她「周遊列國」，即跟隨老師到其他班上課。這些難免是一件令人害羞尷尬的事情，但也訓練了她的勇敢和大膽，不怕醜和面皮厚，後來在社會工作，即使面對多困難複雜的人和事，甚至令她難堪的場面，也學懂勇敢承擔和面對。

而中二那年亦因年少氣盛，犯了過錯，更記下「大過」，令父母親擔憂不已，更是一個好痛好痛的經歷，但很感謝學校給予她改過的機會，令婉怡可以釋懷的繼續如常過校園生活，而且也從中汲取教訓，痛改前非，學懂珍惜機會，繼續完成中學的課程。

婉怡亦感恩中三那年的同學黃嘉雯，她非常有耐性，不嫌棄她的反叛和脾氣，帶領她返教會，那是人生重要的轉捩點，也因此，領到婉怡決志信主，基督教的信仰改變了她往後的整個人生。

踏上高中，婉怡終於開始找到學習方向，在老師的循循善誘和耐心教導下，一方面努力學習，另一方面亦積極參與課外活動，她特別感謝學校當年在中六開學的前一天，給予她原校升讀中六的機會（婉怡當年在後補名單），中六那年她更有幸做中社社長。在預科兩年的學習生涯，經歷了愉快學習和投入活動當中，真的獲益良多。

中七畢業後在香港大學升讀，主修法律，完成大學課程在律政署當見習律師，後來當政府律師，2000 年開始轉入基金金融合規業，至今，在社會工作也 20 多年了。由 92 年畢業，離開鄉中，至今已有 26 年了，但所有事情彷如昨日，歲月如飛，回憶卻是難忘的，感恩和感激不盡學校老師及同學們給予的機會與包容，豐富了她的人生與回憶，這份溫暖與歸屬感伴著婉怡往後二十多年的人生走過大大小小的難關，歷久常新。

婉怡鼓勵年輕校友不妨開放自己，接觸和接受新事物。但她也謙虛的表示自己沒有什麼資格給年輕一輩去學習的。如果真的要總結，也有三個點可以分享一下。首先，鼓勵年輕一輩，趁年輕時多去學習，甚至爭取不同的專業資格，能 30 歲前完成，更為理想，因為年輕時記性好，加上家庭責任相對較少，會有較多時間進修。

另外，婉怡雖讀法律，但並沒有去專注法律工作，只是實習及在政府擔當律師兩年 ，2000 年開始做金融合規，當年是較少人做的範圍，這樣一做已 18 年了，寄語年輕的校友們對新事物要抱開放的態度，因為世界變得太快。

第三，婉怡鼓勵大家多交朋友，除了家人，朋友就是陪伴走過起跌的天使，更要特別珍惜年少時認識的朋友們。

回顧過去，婉怡非常感恩，而近年還非常有心，回饋母校，支持獎學金項目，在過去五年，一直全資贊助鄉中各級「最佳進步獎」。

在和婉怡的交流中，深刻感受到她那一份人情味，對鄉中情不減，對鄉中人充滿溫情，七年在鄉中的生活真的是她人生中非常重要的一部份。

校友鍾婉怡（左二）與校長及校友會成員合照。

工作上遇見的兩位師兄

撰文：香力之（鄉中 1988-91）

鄉中人才輩出，傑出校友無數。當中不少是當年校內的高材生、老師們的愛徒，現在成為社會知名人士。每次從新聞報章看到他們的消息，大家都會在校友群組內廣傳，細說記憶中校園時期的點點滴滴。

那些年的回憶

記得應該是中一那年的試後活動，我們這些 Form 1 仔都是坐定定做觀眾的，看著高年班師兄師姐表演。實在大部份的片段都沒有很深印象了，就記得有個師兄在台上吹長笛 (Flute)，樂曲是家母最喜歡聽的《梁祝》，所以特別留意。再聽到同學說到這位師兄是甚麼傑出學生之類，已經是中大的「暫取生」，將升讀醫科，總之就是尖子。然後，Form 1 之後我就沒有在校園再見到他了！

20 年後，戲劇化的事情發生了。我剛轉任新工作，到了中文大學醫學院內科及藥物治療學系上班。初來報到，戰戰兢兢的，其實全層所有教授都是很厲害的人物。其中有位年輕副教授，有才華，說話帶點幽默感，大家都很喜歡他，而且對他的背景很感興趣，於是在網上搜尋關於他的資料，發現了這位中文名叫梁慧康的醫生，原來就是當年在台上表演《梁祝》的師兄。那是我第一次在工作上遇到鄉中人，十分興奮，而且還非常自豪地周圍告訴別人！

梁慧康醫生是腦神經科的教授，經常要為病人做微創手術。醫院工作已非常繁忙，還要兼顧教學與研究，每次見到梁醫生都是匆匆忙忙的，講兩句他就轉身離去。然而，他對病人總是耐心、細心、關心，而且會以輕鬆說笑的方式去安撫病人及其家人。部門搞活動，很多時都由他負責，是大家公認口才了得之人。有次聖誕聯歡，找來院長馮康醫生與梁師兄合奏表演。院長拉二胡，師兄吹長笛，合奏一曲《Love Story》。嘩！（心心眼）腦海內中學的片段回憶一一浮現出來。當然我有在現場拍攝影片，記錄下這精彩的一幕，而影片中還可以看到其他同事們都聽得同樣陶醉。

有緣相聚慈山寺

工作上遇見的另一位師兄，每次望著他，都會不其然投以欣賞的目光。若要介紹他，首先就要說到慈山寺這個地方。相信去過的人都能感受到，這裡的建築與一花一木，都是經過精心設計，以境說法，散發靈氣。（利申：原本我自己的信仰是天主教與基督教的混合，也有過退修與避靜的體驗，亦相當有興趣探索其他宗教。）慈山寺是我所到過，最清幽、寧靜、典雅的一所宗教場地，細節位盡見心思。而這裡的秘書長，正正就是鄉中師兄—倪啟瑞居士。

最近我們來到慈山寺進行拍攝工作，在幾天的宗教活動中，看到這位師兄打點一切，井井有條，管理作風就是親力親為、嚴謹細心、體恤員工。雖然工作繁忙，但每件瑣碎事他都會很上心，會落手落腳搬動擺設，會記得義工與義工家人的名字。他做事認真，態度誠懇，而又不失風趣幽默！語言天份高，觀察入微，加上對工作的全情投入，倪師兄就是有一份正向感染力，帶動整個團隊。

家父與倪啟瑞是早年在香港電台的舊同事，看得出師兄對長輩特別有份敬重與愛惜。當然，以他的工作能力與待人接物態度，也深得長輩們的讚賞。後來我才在鄉中老師口中得知，這位傳奇人物，竟然是鄉中校友，讀書時期已很有藝術細胞。問問同學們，原來大家都認識他，在中學時期，有很多相知相交的經歷。例如，小息時倪啟瑞會幫同學做腳底按摩。當年是沒有人知道甚麼是腳底按摩的，同學都充滿好奇的給他作實驗，到後來倪師兄還真的考了一個認可資格。另外就是他當年，中學會考時選了書法這冷門的一科，全校就只有他與另一位同學，兩個人齊齊搭車出九龍培正中學試場應考，都是難忘的經歷。這些點滴早已證明這位秘書長，自小已有非一般的情操與學問。

人生旅途上，會遇上不同的人，遇到自己母校的學長，當然特別有份親切感。而梁慧康與倪啟瑞兩位師兄都是這麼優秀出眾的人物，在工作崗位上發光發亮，受人尊敬。作為他們的學妹，感到自豪。

Proud of You ! Proud of 鄉中 !

香港中文大學醫學院 內科及藥物治療學系
腦神經科副教授
梁慧康 醫生（鄉中 1982-1989）

慈山寺 秘書長
倪啟瑞 居士（鄉中 1987-1993）

金禧校慶職業博覽 2018-2-10

在廿一世紀的今天，生涯規劃成為中學教育重要的一環，校方每年也籌辦職業博覽日，邀請不同行業的校友回校與學弟學妹分享職場點滴及心得，開闊同學視野和眼界，而校友會也協助母校物色及聯絡校友回校擔任講者及在活動當日協助活動的進行。

特別鳴謝分享校友：

胡淑屏、王彩琦、汪智善、何卓業、陳艾姿、甘樂妍、高智沛、葉嘉琳、蔡嘉霖、楊達武

第十二屆元朗區傑出小學生選舉

「元朗區傑出小學生選舉」是由新界鄉議局主辦、鄉中校友會協辦的大型活動，校友會主力的工作是協助學校聯絡各界傑出校友出任複賽、決賽的評判及頒獎禮的主禮嘉賓。傑出校友選傑出學生，實為元朗區小學界的盛事。

特別鳴謝校友評判：

複賽

陳雪凝、葉慧芬、潘雄威、何家騏、李鈺珊、陳佩嫻、胡淑屏、曾楚英、葉成林、香力之、張子明、梁麗娟、林學忠、梁耀文

決賽

梁志華、張永良、黃秀英

複賽 2018-3-3

決賽 2018-4-7

頒獎典禮 2018-5-5

校友會週年大會 暨 新春聯歡聚餐 2018-3-17

每年的 3 月是校友會舉辦周年大會及師生聚餐的日子，2018 年校友會更作出新嘗試，除了舉辦「三人籃球賽」外，更於母校的有蓋操場舉辦午間西式到會自助餐，讓校友們可一邊享用美食，一邊交流分享。

藝歷 – 鄉中金禧視藝展 2018-4-28

展示了鄉中 50 年來，老師、校友和學生的藝術創作歷程。這個視藝展包含了鄉中人半世紀以來就種種人生感悟的表述。展覽呈現了母校多屆師生的藝術面貌和歷練，在歲月長河中的繁花綻放。

幕後功臣：「藝歷」籌委會

謝師宴 2018-6-28

在應屆畢業生的謝師宴上，林家耀校長頒發校友會屆代表委任狀。

2018 校友屆代表（左至右）

6A： 鄧名峰　林澤風
6B： 徐煒瑩　嚴韋晴
6C： 胡詠晴　鄧智謙
6D： 岑靖淇　黃凱迪
6E： 廖嶢君　溫新語

鄉中 50 周年校慶晚宴 2018-5-19

鄉中 50 周年紀念活動的重頭戲是由校方主辦的「五十周年晚宴」，當晚筵開 96 席，今昔鄉中老師與 46 屆的畢業校友共聚一堂，場面熱鬧，星光熠熠！不少校友向校友會查詢 50 周年活動及晚宴事宜，校友會代表亦竭力在晚宴籌委會向校方表達校友的關注及意見。晚宴當日的下午，在校園也有開啟鄉中時間囊及五十周年馬賽克壁畫揭幕儀式。

46 屆畢業校友代表主持「亮星」儀式。

校友日 2018-7-7

每年 7 月初的星期六是鄉中各屆畢業校友回歸校園的一天，校友會每年都舉辦三人籃球賽，讓畢業校友在母校的球場再展英姿；另外，也備有小食茶點供回校的校友享用。今年在江偉强主席帶領下更首設「主席盃」，茶點以生果為主，為校友日增添不少綠色生活的風采。

敬師日 2018-9-10

鄉中的輝煌歷久不衰，實有賴校長及老師不辭勞苦，默默耕耘。在敬師日，校友會亦代表校友送上小禮物聊表謝意。

2018 活動回顧

水運會 2018-9-28

陸運會 2018-10-30

鄉中每年的陸運會及水運會，有不少校友會到場觀「戰」及給社員打氣，也參與壓軸項目之一的校友接力賽，在本年度的陸運會，校友會主席江偉強的隊伍更取得季軍的成績。

第 47 屆畢業暨頒獎典禮 2018-12-6

校友會每年均頒發獎學金給中學文憑試成績優異的同學及校內努力上進的學弟學妹。本年度鄉中同學在 DSE 表現優異，升讀本地的學位課程的更高達 103 人，另外 6 人在外地升讀大學。

校友會主席江偉強頒發獎學金。

校友吳清、洪之韻與張吳玉枝校長。

校方設盆菜宴招待校友及昔日鄉中老師。

校友與眾嘉賓齊賀母校鄉中畢業禮。

主席的話

江偉強
（鄉中 1977-82）

鄉中 50 週年校慶活動在一片歡樂聲中圓滿結束，今年就是 50+1，邁向另一個金禧的光輝歲月了。

回顧去年，我們積極聯繫了歷屆校友會及各前主席。在校友日舉辦的「籃球主席盾」，連本屆在內，共有四位校友會主席及前主席落場比賽，可謂別具義意。比賽當日，12 隊校友健兒激烈角逐第一屆盟主。而校方亦有計劃今年將派學生代表加入比賽，相信屆時爭標戰況會更加激烈精彩。

此外，有關「五年校友會籌募獎學金及經費委員會」，已於 2018 年 11 月 18 日正式啟動為期 5 年的獎學金計劃，所有籌委任期 5 年，並於新一屆幹事會加入新成員，目標籌募 5 年預算經費及獎學金費用，合共 50 萬。希望各校友踴躍支持是項活動，多多益善，少少無拘，詳情請留意校友會網頁及公告。

校友日再會大家。

祝大家身體健康，生活平安愉快！

出席喜宴，校友會儼如一家人。

2017-19 校友會幹事會

主　　席：　江偉強
副 主 席：　吳　清　梁佩英
文　　書：　黃麗嫻
財　　政：　莫浩賢
幹　　事：　陳綺梅　馬卓希　陳金坤　香力之
法律顧問：　張永良
顧　　問：　羅瑤娟　張慧玲　姜啟邦
顧問老師：　楊又蓮　袁志生
聯絡老師：　鄧穎怡　劉淑華　蔡倩怡　陳卓裕

左至右：馬卓希、莫浩賢、梁佩英、張慧玲、江偉強、陳綺梅、楊又蓮老師、袁志生老師、羅瑤娟、香力之、吳清、姜啟邦、陳金坤、黃麗嫻、張永良

校友會齊賀鄉中五十周年。

活動預告　2019 校友日 Home Coming Day

日期：2019 年 7 月 6 日（星期六）
活動：❶ 2019-21 校友會幹事會就職典禮
❷ 三人籃球賽 - 主席盾
❸ 茶點、小丑表演、扭氣球（暫定）

歡迎鄉中校友及老師出席！
敬請密切留意五月校友會公告！