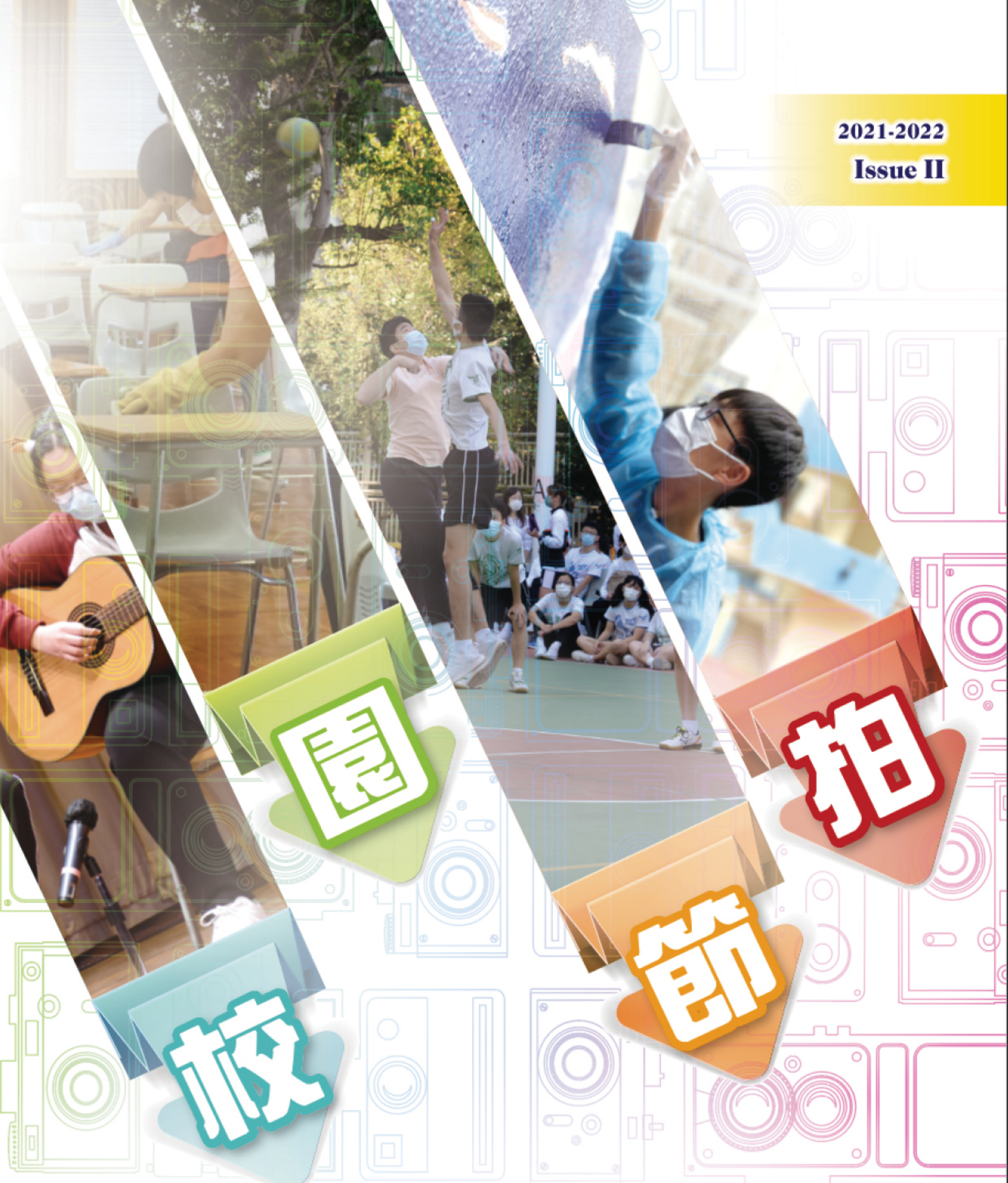


2021-2022

Issue II



園

拍

節

校



香港道教聯合會鄧顯紀念中學
HKTA Tang Hin Memorial Secondary School

目錄

別開生面的PE Day (5B 黃凱蕎 5B 陳藝欣) P.2

疫情下鄧顯的守護者(上) (5B 吳妍伶 5B 孫珮珊) P.4

人生的中轉站 (5A 何焯寧 5B 陳泳璇) P.6

2020-2021年度卓越學生 - 姚晉軒 (5C 林皓玥) P.7

2020-2021年度卓越學生 - 張承睿 (5A 陳心然) P.8

The new landmark of Tanghin : a colourful secret garden P.9
(4D Chan Ching Yin)

Spirits High at Music Contest 2021 (4A Fork Hoi Ning, 4A Song Tsz Mak) P.12

2021-2022年期中試度成績優異學生 P.14

香港道教聯合會鄧顯紀念中學 (2021至2022年度)

第二期《校園節拍》工作人員名單

指導老師：

陳佩貞老師 敖娟娟老師 陳玉婷老師 廖慧穎老師 Mr. Brian Albert Dietrich

楊浩然老師 胡蕙莊老師 林麗儀老師 黃玉珍老師 楊碩檀老師

總編輯：

5A陳心然 5B孫珮珊

記者：

5A何焯寧 5B黃凱蕎 5B陳藝欣 5B吳妍伶 5B陳泳璇

5C林皓玥 4A霍愷寧 4A宋子墨 4D陳政諺

別開生面的PE Day



清晨的涼風徐徐送爽，同學身穿各式各樣的特製班服回到校園，臉上洋溢的笑容在陽光照耀下更顯燦爛。原因無他，正是一年一度的PE Day。去年因疫情爆發導致PE Day取消，不少同學大失所望；今年則復辦，但形式較以往不同，今年的比賽由社際改為班際形式，在學校的運動場舉行，比賽項目由傳統的田賽和徑賽改為更富趣味的三項活動：空氣排球、閃避球、人肉足球機，以及作為加分項目的射籃與足球九宮格。



中五級第一項活動是閃避球。只見場上的健兒眼神堅定，他們在賽前勤加練習，只為在賽場上能有好成績，為班爭光。比賽前雙方運動員拱手作揖，彼此眼神較勁，已經充滿火藥味兒，令人情緒高漲。看那運動員全神貫注的表情，賽區外此起彼落如雷鳴般的喝彩聲，就知道比賽有多麼刺激。比賽時運動員的動作協調有力，在陽光的照耀下更顯風采。他們總能以一個個華麗的拋物線來回傳球，每次拋球都強而有力，他們有如戰場上浴血奮戰的士兵，未到最后時刻也不願認輸，同學甚至為了接球連運動褲都被磨破了，仍舊眼神堅定，頑強抵抗到哨子聲響起的一刻。同學鏗而不捨的體育精神，實在令人敬佩。場外同學也被選手的認真所感動，神情跟著比賽節奏起伏。最後，5D班喜獲中五級閃避球賽冠軍！剩下的時間，同學和老師即席組織了一場簡短的師生友誼賽，我們邀請了江淑誼老師、黃玉珍老師、蔡海軒老師和雷嘉慧老師作賽。由於只是一場友誼賽，因此規則並不嚴謹，十分輕鬆，或許是礙於老師們素日的威嚴，同學大多都不敢攻擊幾位老師，有的同學甚至故意讓老師打中，其餘同學則為老師的「成功」和同學的「識時務」獻上熱烈掌聲，場面十分諧趣，不少同學都因這些畫面而忍俊不禁，開懷大笑，球場上洋溢著歡樂的氣氛。



第二個項目是空氣排球，顧名思義即以氣球進行排球比賽。有別於傳統，氣球較輕，這個項目很看重拍球的力度，因此要將氣球打過網需要一定技巧，在比賽中可以看到不少隊伍都是因施加力度不當的錯誤而失分。雖然大家都有在比賽前勤奮練習，但有些班的同學還是略遜一籌。5D班的陳霖霖老師雖然身材纖瘦，在場上卻是一位出色的運動員，只見她和同學合作無間，敏捷地把球拍向另一邊，成功在比賽中為自己班爭勝，同學為此雀躍不已！女生擊球剛中帶柔，男生則剛勁有力，有時太急於把球拍向另一邊，忘記了運力要恰當，就容易把球擊破了。在空中飛翔的球總是緊扣著同學們的心弦，吸引著大家的眼球。球員兩眼不眨盯著球，哨聲一響便屏住呼吸，以靈活的雙手擊球和攔網。當球與地面只有那麼一點距離時，球員總是毫不猶疑地俯身救球，即使身體摔倒地上也在所不惜。兩邊的比賽同時進行，很是激烈。比賽完結後，所有同學一起進行了簡短又歡樂的友誼賽，剛才那充滿硝煙味的氣氛消失得無影無蹤。這才知道剛剛未能上場比賽的同學其實也是一個個「排球達人」，大家不管遊戲規矩，隨意在地上兩邊來回傳球，打得興致盎然，可見大家對排球熱切如火的熱情啊！友誼之曲就這樣迴盪在禮堂裡，同學們銀鈴般的歡笑聲洋溢其中。



第二日的首個活動是人肉足球機，同學必須在部分身體緊貼椅子的同時透過協作進球得分。參加決賽的分別是5B班和5D班，5B班憑著凌厲的腳法和隊友間的默契率先得分，可惜後來同學「擺烏龍」，白白送分予對方，令優勢頓失。大抵是兩班同學過於專注比賽上，發生了一些肢體碰撞，不過很快便握手言歡。在激烈的比賽後，結果是2：2平局作結，需要互射十二碼決定輸贏。兩班同學分別派出代表作進攻和防守，只見選手以一記瀟灑的射球，令足球完美直入龍門，觀眾屏息靜氣，沉默地看著攻防互換後對手成功入球。其後同學不斷互射十二碼，偶爾失準，令圍觀的同學十分緊張，或擔心或期待，戰





況一度膠著。直到最後，5D的代表再一次失誤，進球失敗；輪到5B的選手上場，觀眾的視線停留在滾動的足球上，看著它緩緩入龍門，至此奠定5B勝利的賽果。5B的同學擁抱在一起高呼勝利，賽場上一片歡騰！有的同學更激動落淚，無怪乎此，這是5B班同學兩日作賽的第一項冠軍，身為5B班一分子，實在感到自豪。

最後的加分項目先是射籃，A和B班同學首先出場，兩班各排成整齊一列，輪番上陣，在任意位置向籃框射球；其次是C、D班的同學，籃球在空中劃出優美的弧線，或中或不中，同學將球撿回給下一人，再次排到隊尾。偶爾當籃球成功入樽，同學總會喝采、鼓掌。無疑，不論哪一班的同學都十分認真，儘管是平常體育不太好的同學也十分積極嘗試，只為了班別的榮譽全力以赴。第二個的加分項目是足球九宮格，把體育墊子分成九個格，每個格的得分都不同，各班同學都要輪流踢球至目標位置以獲得更高的分數。完成第一輪的數位同學友善地為之後的同學作準備，不但停住不斷滾動的足球，而且將球撿回來，還幫忙扶住墊子，令同學更輕易踢中目標。假如有同學成功踢中於墊子角落的5分，各位也會拍掌以茲鼓勵。



最後各級齊聚在禮堂，等待最後的結果出爐。校長先是為本次的周年體育日發表演講，緊接的便是眾人翹首以盼的頒獎禮。中四、中五及中六級的總冠軍分別是4C、5D以及6A。各級總冠軍的一男一女班代表在領獎的一刻也情不自禁，露出喜悅而自豪的笑容，喜悅於比賽的艱鉅終獲成果，自豪於付出的汗水終有回報。台下的同學雖敗猶榮，並為勝利者感到高興。比賽雖然結束，但同學不想讓今天太快結束，紛紛請帶了相機的同學幫忙拍照。「咔嚓」一聲，留住了一次別開生面的 PE Day，留住了年少的一段青春時光——那是縱然年華老去、韶光荏苒也不褪色的記憶。



在眾人的不捨中，兩天的PE Days在熱鬧過後終究落下帷幕，每個人的臉上都充滿快樂的笑容。這次的運動會展現了很多青春的畫面，運動會期間的喧鬧、熱鬧和激情環繞在我們的心頭，真讓人刻骨銘心，回味無窮。那些熾熱的情感、奔湧的熱血、鹹澀的汗水都深深烙印在腦海裡。這次的運動會完美詮釋了拼搏、團結一心、友愛的體育精神。勝固欣然，敗亦可喜。贏了比賽實在可喜可賀，正正讓大家體現到班級的集體榮耀，輸了比賽卻不失風度，享受過程，不吝掌聲。所謂「友誼第一，比賽第二」，雖然比賽期間偶有小插曲，但大家的友誼永固，校園依舊笑聲滿溢。也許是緣分，讓我們身在同一個班，也許是默契，大家相互合作、拼搏。我們心與心的距離就這樣拉近了。那矯健的身姿，洋溢著我們燃燒的青春，什麼也無法侵蝕同學們澎湃的熱情。這是一段美妙的經歷，是屬於我們的集體回憶，惺惺惜惜，彼此珍重，期待明年再次相會！

 5B 黃凱蕎 5B陳藝欣

疫情下鄧顯的守護者(上)



平凡中傳遞幸福 樸素中傳遞美好——鄧顯工友們

清早的天空還未完全從睡夢中甦醒，灰藍的帶着薄薄幾朵白雲。我站在校門鐵柵欄前，偶爾會看到絲綉檸檬黃色的陽光在石磚路上懶洋洋地隨意投下一間一間的淺影，映照站在保安亭旁邊一位神采飛揚的女校工。她親切的面容在我腦海中化作一滴濃厚的墨水，暈開，勾勒出記憶中每段不經意遇見各位校工的零散片段。

墨水滴落的瞬間，掀起一陣漣漪，帶我回到二月恢復面授課堂的時光。猶記得一天補課補得晚，課室窗外的拍打籃球聲漸漸換來此起彼落的鳥鳴聲。我和朋友最後離開，關上燈的剎那間，金黃色的太陽餘暉越過玻璃窗，划過一排排桌椅，最終灑落在教室另一端泛黃的牆壁上。忙碌的一天尚算結束，正欲離開的我瞥見課室木門被緩慢地推開，一位個子不高的女校工進來。她身上繫着一個滿是拉鍊的黑腰袋，右手提着一個藍膠桶。一對白色的布手套正安穩地在桶邊躺臥，桶內還裝著些瓶罐。她的身影熟悉，我卻叫不上她的名字，心中很是尷尬，我於是只好向她微微點頭，便緩緩離開課室，她也向我報以微笑。



吱呀一聲，木門閉上。我從玻璃窗戶，看見課室裏頭，那熟悉的身影正弓身拭擦著靠窗第一排的椅面。椅子上的溫熱記錄著某位同學熱血沸騰的瞬間，此刻都被她溫柔地安撫著，像急躁好動的小孩被慈祥的母親擁入懷抱，難得溫馴起來。女校工每每俯身彎腰，呼吸聲便因口罩的局促而愈顯清晰可聽。豆大的汗珠與鬢邊碎髮互相纏繞，緊貼在她的暗啞的面頰上。她卻沒有要放慢工作的念頭，只是一邊全神貫注地完成沉悶非常的清潔工作，一邊悠悠的低聲哼唱帶有舊時代感的小曲。薄暮，橘黃色的夕陽譜出慵懶的曲調。柔和的光線映落在女校工瘦削的面龐上，僅賦予了汗珠閃耀的舞台，而她仍舊一絲不苟地工作著，默默用雙手抹走苟存在課室裏晦氣的灰塵和駭人的病毒細菌，讓課室重新變回井井有條，乾淨清新。在這裡沒有煽情或悲壯劇情，只不過是尋常的日子，我卻被眼前這一幕深深打動。驀然回首，方知每個疲倦的心原來一直被一雙勤勞的、沉穩的、溫暖的手在悉心守護著，偉大的守護天使卻只願在江湖中深藏功與名，不追慕他人的讚譽。



墨水在腦海中散得越來越深，把我的思緒帶得更遠更遠。夏末秋初是落葉的季節，靠着樂然徑的課室窗外經常能看到大片橢圓細葉如漫天飛絮般徐徐而落的盛景。有時候，午後金燦燦的陽光普照，杏黃的、橘紅的、殷紅的落葉被映照得熠熠生輝，更似碎金如雨般灑下。一天課後，靠窗邊坐的我正陶醉於這片迷人的金黃落葉。循著落葉的飄勢，我不經意的往舊校工宿舍方向望去。生鏽的鐵皮屋頂上，一堆堆褐色枯葉是一團惡霸，賴著厚面皮把屋頂的每一寸空間盡情盤據，屋頂頓時成了髒亂的盜匪領土。絕望之際，一位矯健的男校工化身正義之士，靈巧地運用鐵梯克服高度的障礙，轉眼間便已爬到屋頂，誓要剿滅日益霸道的惡勢力。只見他神情自若，雙手齊握大竹掃帚的掃柄，利落的向左右橫掃，把枯葉惡霸悉數從屋頂驅逐出境。於是，一場與眾不同的漫雪紛飛在這一不太起眼的校園角落裏，低調的宣告著屬於校工的勝利。我看得出神，心想雷同的劇情大概每天都在校園大大小小的角落裏不斷重複上演，卻鮮有幾回能被旁人關注、欣賞。

校工們是鄧顯校園的無名英雄。他們的默默耕耘總是那麼含蓄、那麼隱晦、那麼低調，於是被校園這個璀璨亮麗的大舞台上更耀眼的燈光和人物掩蓋。其實，他們亦是築起這個大舞台的建築師，他們背後每份辛勞的付出亦是呵護這個大舞台的一磚一瓦，值得作為舞台一份子的我們珍惜和欣賞。比起成為耀眼亮麗的矚目焦點，這些身穿黑衣的幕後人員卻更願意用行動傳遞對鄧顯的無窮愛意，化身傳說中的守護天使，在平凡中傳遞幸福、在樸素中傳遞美好。這份淡泊名利的心態，何嘗不是「君子病無能焉，不病人之不已知」的高尚情操呢？我敬佩他們的奉獻，更感恩於他們願意成為鄧顯校園的守護天使。

「同學，可以進來了——」傳來前面那位女校工爽朗的聲音，我從回憶的時光機隧道返回現實。抬頭仰望，此刻的天空已是精神奕奕，剛從東邊蹦出的太陽迫不及待地要向大地說聲早。無時無刻散發著熱情的光芒和珍珠般的七彩璀璨，在我看來卻始終比不上女校工那純樸但燦爛而堅毅的笑容般使人幸福和感恩。

「早安，謝謝你！」

學會駕馭衝浪板的舞台劇演員——我們的老師

光亮而柔和的燈光灑落在地下教員室外的走廊，把走廊的白色長桌照得格外顯眼。每逢小息，走廊總是有着各式各樣的人來回奔波，人群川流不息，就像一條富有生命力的河流。經過時總是能看見有同學向老師請教，老師於是就地展開了一場研討會；也能見到學會主席與負責老師討論工作、社幹事們與社監交談；偶爾也會看到同學被老師教訓。鄧顯的老師都有不同風格，有的幽默，有的傳統，有的和藹，有的嚴厲。於是，校園裏每一個課室都響起琅琅讀書聲，老師們繪聲繪色地表演著一幕幕舞台劇，他們看到坐在已有些許歷史的木色桌子前的觀眾慢慢理解劇中內容，領悟箇中要點，便感安慰。

然而，新冠疫情突然來襲，如一股暴風席捲全城，破壞了平淡而有規律的生活。學校停課，復課，再停課，再復課，反反覆覆，似乎整個世界都被逼處於一個無休止的漩渦中，不知去向，不知未來。正當大家漸漸習慣疫情下新的生活模式，以為一切開始緩和時，第五波疫情就如一頭猛獸般，伴隨著冷鋒，以更強大的聲勢席捲全港。曾經人聲鼎沸的校園，如今一片死寂，猶如一座空城，每天只有十多位教職員當席，其他師生都在家工作、學習。

舞台劇又再次變回網上廣播劇。大部份師生現在都只能被四面牆圍着，任由冷風從窗外悄悄竄進，掠過身上的毛孔。電視機上冰冷的確診數字強行闖入眼簾，殘忍地掠奪原本該有的美好和安穩，使冷感蔓延身體的每一條血管。所有人於廣闊的宇宙中，都只是渺小的一物，被歷史推推搡搡。在此名為「新冠疫情」的洪流中，不管對學生還是老師，都是一種煎熬，但我們終究會學懂衝浪的技巧，在巨浪翻騰時乘風破浪。同學在家中努力擺脫干擾，勉力集中於課堂學習，老師們也在自己的崗位上不斷付出心力。

2020年，疫情剛開始擴散，大家都猶如被迷霧覆蓋，夜空中的北極星隱沒，使人失了方向。隨後警號不斷響起，確診人數持續上升，老師們不得不踏出新一步，探索展開網上課堂的方法。為了解疫情下老師的工作，特意訪問了林漢彪老師，訪問自然也是在網上進行。在冷冰冰的屏幕上，林老師臉上一如以往的喜眉笑眼逐漸溫暖了這個採訪。從談話中得知，疫情剛開始時，老師們對網上軟件仍不熟悉，當時有老師建議用Zoom這一軟件。他們需自行在網上平台學習如何使用或抽出額外時間來參加熟習IT的老師所舉辦的工作坊。在這突如其來的猛烈浪濤中，老師們都走出了舒適圈，不斷尋找合適的滑浪板，磨練自己衝浪的技術。後來，學校採用一個更易管理的系統——Teams。日復日地使用，老師都開始慢慢適應，但上網課仍不免加大了老師的工作量，使備課時間增長。他們就如一名花農般不斷尋找合適的肥料，調節網課教學，望花苗能茁壯成長。以林老師為例，為吸引學生注意，他特意修改筆記，在內加上更多圖片，以此代替舞台劇中吸引學生眼球的肢體動作。他又會搜尋一些短片，使網上課堂變得更為生動，亦讓理科同學了解到實驗的步驟。為使同學在遠距離課堂下能有效地吸取知識，林老師亦特地減慢教學節奏。

然而，要把一部絢麗璀璨的舞台劇改編成廣播劇時，總會受到許多限制，這也使表演者的心不禁動搖，擔心不已。舞台劇中，表演者可即時讀到觀眾的反應，從他們時而緊皺的眉眼，時而豁然開朗的表情中得知自己的表演是否被理解，然後進行適當的互動，使觀眾投入於知識的世界裏。但於一場網上廣播劇中，不論是表演者還是觀眾，他們眼前的都只是一個透出刺眼白光的電子屏幕，表演者生動的肢體動作難以傳遞給觀眾，雙方的互动交流大大減少，使觀眾容易誤解，甚至無法集中。更甚，隔着屏幕，連誤會都多生幾個。剛開始網課時，大家都像熱鍋上的螞蟻，老師遲遲不見學生出現便會著急，生怕他們不知去向，急著

要把他們從浩瀚大海裏找出來。學生也害怕網絡突然鬧起惡作劇，使他們無法準時上課。就這樣，有一段時間，雙方每天在屏幕前都懷著焦躁不安的心。幸而，隨時間過去，大家都慢慢適應海浪翻滾的節奏，學會在這特殊時刻下互相包容，一起小心翼翼地往前走。

一部精彩的舞台劇又怎會只蘊含「課本教學」這單一元素，多元活動無疑是鄧顯這個大舞台上不可缺少的一環。林老師擔任道社社監多年，見證着學校的變遷，更是道社最可靠的領航人。每逢社際活動舉行之時，他總會參與其中，即使天色已晚，我也總能於燈光通明的地下走廊看到他的身影，見到他陪伴一眾社幹事進行籌備工作，共同感受活動中的笑與淚。四社自創校以來，便是中一至中六學生之間的連結，讓同學有機會攜手跨越障礙，衝破海浪，一起向同一個目標奮鬥，感受那份獨一無二的感動和溫暖。但疫情化成濁浪來襲，大部份社際活動被逼取消或改成網上進行，同社的高中同學與初中同學之間逐漸築起一面高牆，有部份中一新生更是從未到訪校園。長期的停課漸漸使社這個連結變成如夢境般易碎。面對如此難關，一眾社幹事和社監處於迷霧中，但亦只能砥礪前行，盡能力為社員舉辦活動如網上 F.1 Party 等，復課時又會主動接觸中一同學並向他們送上聖誕卡，望能維繫社員之間的微妙連結。疫情期間各位社幹事更是會進行網上會議，討論各方面的工作。雖然一些活動最終因現實的原因而未能舉行，但他們的付出值得我們尊重，在這特殊時刻下，有些工作並非他們不想做，而是他們被實際條件所限，無法完成。還望待風浪平息後，各位同學能主動投入到不同社活動中，讓四社的精神和溫暖得以承傳。

我們都曾以為每天早晨迎着細碎的陽光，踏着沉穩的步伐，走在熟悉的道路上，踏入鄧顯大門是最平凡不過的日常事；以為自己能擁有整整六年光景，為這所學校的每一個角落寫下充滿情感的詩篇；以為就這樣走着走着，這個校園就會如一部錄影機般記下我們每一個的青蔥歲月。可是，一場世紀疫情，卻把本應絢麗的一頁變成一片空白。此刻，處於陰霾中，我們難以預測疫情的走向，但所幸的是我們並非孤軍作戰，巨海滔天下，仍有老師、同學願迎一起衝浪而上，仍各自守在自己的崗位上默默付出，我們依舊可以在腦海與這些人一起編寫回憶。當下雖困難重重，同學或都身不由己，但此刻我們所擁有的，背後都蘊藏著許多人的心血。疫情如小偷般盜走燦爛時光，我們也不能確定何時又會有另一名大盜來襲，因此緊緊擁抱你所擁有的，好好珍惜當下。

一步，兩步，朝着自己的方向走，總有一天舞台劇會重新上演，總有一天巨浪會平息，總有一天迷霧會盡散，星河再現。



5B 吳妍伶 5B 孫珮珊

人生的中轉站



剛過去的九月，鄧顯中學又迎來了一群滿懷理想的中一新生，他們即將在這裏展開六年未知的新旅程，迎接各種各樣的新挑戰。眨眼間已經過去一個多學期，校園節拍特意訪問了兩位中一師弟妹，分別是1A班的黃上瑜同學和1E班的許榮焯同學，了解一下他們這半年的校園生活和適應的情況。另外，我們亦感謝1E胡瀚文同學，因為他在訪問當天雖未能出席，但他也特意覆函校園節拍，分享在鄧顯學習的心聲。

嶄新的開始

剛別離小學生活，要適應全新的學習模式和學習環境，兩位師弟妹都不太習慣。在學期初，面對全英的授課模式、從未接觸過的新學科，他們都因為跟不上課堂進度而倍感煩惱，小學和中學截然不同的校園生活更是難以適應。黃同學認為最大的分別是中學課業較繁重，需要付出雙倍努力去消化新學的知識；而許同學則認為最大的轉變是在中學繁忙的學業下學會如何規劃自己的時間，並要兼顧學習和課外活動，多元化發展。為了讓中一同學更快融入鄧顯的大家庭，我校為每年的中一新生舉辦了大哥哥計劃，讓高年級的師兄師姐幫助他們解決疑難，分享校園的趣事，增加他們對學校的了解。兩位同學都表示大哥哥、大姐姐們提供了很多幫助，紓解了他們對身處陌生環境的緊張，考試前也有分享自己的心得，在應付校內測驗時更得心應手。

在困難中學習

作為新生，免不了要面對不少挫折。以許同學為例，他認為中學的中文科學習內容例如文言字詞、不同的描寫文手法等，都讓他感到很陌生，有點手足無措。他又特別提到初中中文考試考核課外知識能力的部份，由於考核內容需要自學，也令他頗感壓力，幸好在老師的協助和建議下，他的表現得以改進。另外，黃同學則表示，在全英語授課模式下，自己實在難以適應，幸而得到老師的理解和體諒，在一些深奧的課題中，老師會用廣東話稍作解釋，並循循善誘。

已經過去一個多學期，他們都開始習慣新模式、掌握到屬於自己的學習節奏。為了避免跟不上進度，兩位同學都為自己制定了一套方法去分配自己的時間。譬如許同學會製作一張時間表，把即將要完成的事分類到不同時段，再根據時間表執行。今次的期中考試，兩位同學都榮獲佳績，分別取得全級首一、二名的成績，當問到他們獲得好成績的秘訣時，他們表示每天下課後會先完成家課，然後溫習當天所學的知識。在周末時，他們都表示會重新複習一下所有的科目，確保考試前有充足的準備。然而，面對沉重的課業，找到紓解壓力的方法亦十分重要。黃同學會選擇在完成功課後彈古箏，用音樂去放鬆自己的心情、陶冶性情，她亦會選擇出門散步，暫時放下課業，吸收新鮮的空氣，清醒頭腦，然後再重新出發。

多姿多彩的課外校園生活

中小學的校園生活都各有特色，但說到更嚮往哪種校園生活，兩位同學都不約而同表示更熱愛中學的新生活，因為中學的課外活動更多姿多彩，不但有各個學會定期舉辦的活動，還有學生會、四社為同學、社員設計的各種比賽。就剛過去的一星期，加入了中文學會的黃同學參加了中文學會以「香港茶餐廳文化」為主題的網上問答遊戲，她認為整個活動都很有趣，亦對香港茶餐廳背後蘊藏的文化術語增加認識。喜歡電腦編程的許同學就參加了ICT & STEM Club在11月舉辦的剪接影片活

動，學習了很多新的電腦剪接技巧，更加深了他對電腦科的興趣，獲益良多。

疫情下，課外活動減少，甚至沒有面授課，聚首一堂的機會都變得奢侈，大家都未能享受真正的校園生活。但願不久的將來，一切都可以回到原本的軌道，大家能夠認識脫下口罩的彼此。

1E 胡瀚文同學心聲：

「剛進入到中學時，我也有些不適應，覺得所學的科目增加了，作業也很多，但幸而中學老師通常會提前幾天佈置課業，不像小學時翌日便要交，所以我會有效率地安排時間，盡量提前把課業完成。再者，在考試前，各科老師會說明考試範圍，我會根據範圍安排溫習時間表，把相關的課業、工作紙及課堂筆記反覆溫習，如遇疑問便會在Teams向相關學科的老師請教，老師都會回覆，他們的講解都令我清楚明白。還有，學校也為我們低年級學生安排了「學長輔導計劃」，如我們在學習方面遇到問題，也能夠得到學兄、學姐的幫助，所以我覺得鄧顯中學像一個充滿愛的大家庭。在此，我也特別感謝幫助過我的各位科任老師和學長呢！」

由衷的祝願

時光飛逝，回憶中一首次步入鄧顯大門的畫面恍如昨天發生的事。細味自己的中學生涯，有甜有酸、有苦有辣，五味紛陳，全是值得回味的片段，是成長的必經階段。祝願中一的學弟學妹在未來六年的時光裡，找到自己的人生目標，找到自己的人生摯友，在鄧顯活出精彩的青春階段。



1A 黃上瑜同學



1E 許榮焯同學



5A 何焯寧 5B 陳泳璇

2020-2021年度卓越學生——姚晉軒



姚晉軒同學是本校2020-2021年度卓越學生大獎 (Student of the year) 的得獎者。他於去年的文憑試中考獲6科5**、1科5*的佳績，現就讀香港中文大學內外全科醫學士課程。

入讀醫科是姚同學自高中開始訂立的目標。他初中的時候成績並不優異，後來才發現自己對醫療相關的學科很感興趣。在衡量了個人發展、能力等因素後，他願意付出更多時間朝這一方面發展，最終成功入讀了內外全科醫學士課程。

姚同學在升讀大學後迎來不少挑戰，尤其是學習模式，與中學相比實在大相逕庭。他表示，大學的功課主要以寫論文為主，同學整個學期都需要做資料蒐集，其後更是要不斷修改洋洋灑灑的論文。除此之外，大學更會有不少以小組形式進行的專題研習，當中要求與組員分工合作。與不熟悉的組員需要花很多時間互相磨合，這亦成為他升讀大學後其中一個不適應的地方。

縱有諸多不適應，他卻認為大學生活遠比想像中有趣。大學的上課時間比較有彈性，他能自行編排時間表，盡量抽空參與不同的活動。活動豐富多樣，使他在享受大學生活的同時，也能探索自己的人生方向。他亦會趁此機會積極擴闊自己的社交圈子，在不同的活動中認識新朋友。遊走於學習及玩樂中，令他的大學生活變得更多姿多采。

至於升讀大學後最難忘的事，姚同學毫不猶豫說道：「上莊！」「上莊」是指擔任學會內閣的幹事，負責籌備活動、處理各種行政事務。姚同學今年擔任了宿生會幹事，負責宿舍內的大小事務。他在上莊的過程中累積到籌辦活動及服務同學的經驗，包括撰寫年度計劃、宣傳活動等。除此之外，他亦從中收穫到無比珍貴的友誼。「莊友」在合作中不免有分歧，但溝通過後反而更了解彼此。有人認為「上莊悔終生」，他卻指出那些上莊時令他失意的事，反而能令他學習到如何待人接物，並認清自己的能力及不足之處。就他而言，這些都是人生中不可或缺的經歷，因此他從未後悔過「上莊」。

提及展望將來，姚同學表示自由的大學生活能給他發掘自己興趣、探索未來的空間。他想趁在學時嘗試更多不同的活動，例如在暑假為新生舉辦迎新營等，豐富籌辦活動的經驗；至於個人方面，他亦想多作挑戰，例如學潛水、學結他等。長遠而言，他希望自己能夠順利畢業，攻讀心儀的專科，日後維持工作與生活上的平衡，享受有意義的人生。

近年疫情嚴重，同學大多時間都在家進行網課，同學或許會因為學習受影響而感到氣餒。在此，姚同學想藉著這次機會鼓勵鄧顯的學弟學妹：

「對於初中同學來說，剛踏入中學生活便以網課形式學習，無疑會感到辛苦及欠缺學習動力，但我仍想鼓勵同學多尋找學習以外的娛樂，例如多參與學會、自己社屬的網上活動，希望能藉此維繫與朋友的感情之餘，亦能令苦悶的網課生活增添一點色彩。

對於高中同學來說，在疫情的影響下失去了很多，包括最後一次旅行日、最後一次運動會、與同學及老師相處的時間……中六同學更是突如其來地迎來了校園生活的「Last Day」，難免會感到遺憾。面對文憑試及學習上的困難，同學或許會感到擔憂及焦慮，我想在此向各位同學說聲「加油！」。這一刻或許是辛苦的，但要緊記：身邊總有人會與你一起走下去。縱使感到氣餒，都要繼續咬緊牙關堅持，勇敢面對挑戰。無論結果如何，只要「搏盡無悔」就可以了。

最後，希望各位學弟學妹珍惜與朋友及老師相處的時光。即使前路有多迷茫，總會迎來曙光。願大家懷着堅忍不拔之志，繼續披荊斬棘，踏上未來的路。加油！」



5C 林皓珩

2020-2021年度卓越學生——張承睿



張承睿是本校2020-2021年度卓越學生大獎 (Student of the year) 的得獎者。他不但在去年文憑試中考獲5科5**、3科5* 的佳績，更積極投入校園生活，為同學服務，曾經擔任學生會主席和圖書館服務組組員。現正在英國倫敦政治經濟學院修讀法律系。今次校園節拍有幸訪問張校友，談及他過往在鄧顯的校園生活、現在的留學點滴、人生態度、未來展望等，相信同學能有所裨益。

在兼顧學業與課外活動方面，他坦言高中時學業繁重，但只要懂得善用每分每秒，處理每天的工作，並在學業上遇到困難之時，多請教同學或老師，便能在學習與課外活動間取得平衡。身兼多項課外活動的領袖，他認為最重要的是享受課外活動，並從中學會與人溝通、分工合作，才能發揮團隊最大的力量。這能減輕自己的負擔之餘，亦能把事情做到盡善盡美。說起課外活動，張校友認為經營學生會是他中學生涯中最難忘的回憶。學生會的工作讓他獲得很大的滿足感，拓闊視野，而且更難得的是交到一生中的摯友。

在讀書方面，他坦言每個人的學習方式不同，最重要的是找到自己的學習方式。他喜歡做筆記，整理思緒，鞏固課堂所學。其次，要多請教同學和老師。所謂「人非生而知之者，孰能無惑？」我們不是生來就懂得所有知識，只有向他人請教，才能學習到更多的知識和經驗，做到「知明而行無過矣」。再者，只要能上課專注，緊記老師的教導，便能令學習事半功倍。

在人生觀方面，張校友談及他的座右銘——「馳駭浪而赴質」。「馳駭浪而赴質」是驚濤駭浪這個成語的出處。張校友認為在現今變幻莫測的時代，更要攀山涉水奔赴目標。他亦談及以往中學時代的座右銘為「莫聽穿林打葉聲，何妨吟嘯且徐行」，意指我們應該堅持自己的信念，不受他人影響，畢竟我們要對自己的一生負責任。張校友認為鄧顯學生積極專注學習，所以希望提醒師弟师妹讀書考試只是一種鞏固知識的途徑，人生漫漫長路，最重要的是發掘自己人生的意義。學習固然重要，是人生的一大課題，但並非人生的全部。要懂得放鬆心情，多休息，把自己的健康放在第一位，才能走到屬於自己成功的彼岸。這正是張校友對未來的展望。他希望趁着大學生生活調整步伐，享受人生。放慢腳步，才能在未來走更遠的路。畢竟人生機遇處處，張校友坦言即使自己修讀法律，未來的路亦不僅限於當律師。他深信只要努力裝備自己，願意虛心學習，將來亦能投身各行各業。

告別中學生活，張校友毅然放下香港的點滴，遠赴英國留學。香港曾經為英國的殖民地，可說香港的法律起源於英國。他希望從另一個角度看香港的法律，因此踏上海外留學的道路。他指現在的大學生生活強調自主學習，隨着自由度提高，學習的自發性很重要。對他而言，大學生生活是一個自我發掘的過程。如果說人生是一趟旅行，那麼香港的大學只是旅程的起點，但對於外國的大學而言，那已經是一個中轉站，大學為我們提供不同資源，讓我們發展自己的所長，朝着不同目標進發。這正就是他到英國留學的原因。

對於師弟师妹，張校友希望我們能夠早日尋得自己的人生方向，為未來做好準備。以他為例，當時他亦應自己對法律的興趣，閱讀不同法律書籍、參加模擬法庭、寫論文等等，以深入了解相關範疇和確立自己未來的方向。學校亦有各類型的升學支援，舊生會有各行各業的優才生。只要同學清楚自己的人生方向，便應該揚帆啟航。

現時疫情反覆，今屆文憑試的考生又要面對着網課、防疫措施的應對等各種挑戰。張校友應考之時疫情亦是嚴峻，他坦言，準備文憑試最重要的是學習的自主性，要自律。他希望為今屆的中六考生加油打氣！他說到面對人生的轉變，更要處變不驚，把它當作磨練自己的機會。在鄧顯的大家庭，同學和老師都會支持你們，你們並不是孤軍作戰！他提醒同學，面對人生的轉捩點，應考文憑試感到有壓力是正常的。但人往往越想捉緊機會，越會因為過分緊張而錯失良機。所以切忌過分緊張，始終文憑試並非人生中唯一的機會，只要朝着目標進發，「條條大路通羅馬」，定能過上自己理想的人生。

張承睿校友是品學兼優的資優生，胸懷大志，富有理想之餘，更十分關心同學，樂於助人。他在訪問結束之時，表示師弟师妹遇到疑難的時候，也可以主動聯絡他。



5A 陳心然

The new landmark of Tanghin: a colourful secret garden



Walking around the campus at recess or after school, have you noticed any changes? The most apparent one must be the multicoloured banner hung on the fence at the football pitch near the school gate, with the school motto "Grasp Principles, Cultivate Virtues" (明道立德). But did you know there is a new artistic wonder at Tanghin?



Our new colourful mural

The secret garden of Tanghin

In this academic year, several campus-beautifying programs are being launched. Among them, the latest one is the mural in the "backyard" of Tanghin. The wall behind the school has become a colossal canvas for students. Miss Chan Wai Chung, the dominant player in this project, went on a mission in late January to revitalize our campus and promote a positive mindset. She led a group of F.2 students and committee members from the four houses in painting their vivid school life and expressing their creativity across the plain wall behind the campus.

The theme of this project is "Positive mindset"; it aims to convey an optimistic mentality despite the adversity of Covid-19, and to showcase Tanghinians' fruitful campus life. A variety of bubbles float over the mural, illustrating "Self-regulation (自律)", "Team spirit (團隊精神)", "Gratitude (感恩)", "Engagement (投入)", "Curiosity (好奇)" and "Love (愛)".

The mural demonstrates a variety of features: the first one depicts students travelling in an ocean of books with endless delight, and accumulating knowledge for brilliant future careers; the second one shows athletes in the four houses' colours participating in different events on Sports Days with great enthusiasm and intensity; the third feature portrays a scholar tirelessly engaging in studies with pleasure; the last one displays a loving, happy family.

The mural took two days to complete, and involved the significant efforts of over seventy students. As it was done using latex paint, we invited painting specialists beforehand to visit our campus and teach students the techniques of using this special medium. Pupils completed the artwork under the guidance

and assistance of committee members from the four houses. This project effectively enhanced relationships among schoolmates and house members, since face-to-face classes were suspended and most physical activities were cancelled for half of the previous school year due to Covid.

Anecdotes and challenges

A few contributors to the project shared some anecdotes with School Tempo, and expressed their delight at the work:

"It's a work of art! It rejuvenates our campus!"

"Some applied too much paint to their brushes, so it dripped like tears!"

"We put on protective suits to prevent our school uniforms from getting stained, and in the meantime, we're wearing masks too — it felt like we were medical personnel!"



The mural team

In the meantime, they encountered some difficulties in the process. A senior form student told School Tempo that they were unfamiliar with their F.2 schoolmates at first. It did take some time to build relationships with them and gain a deeper understanding of one another. Besides, junior form students might not have a good understanding of painting on such a mammoth canvas. They sometimes painted out of bounds or made minor mistakes, which had to be remedied and beautified by senior students. In addition, a number of F.2 students expressed their difficulty in painting high parts of the mural, which were about 2 metres off the ground. They had to stand on benches and brush with their hand held high for a long time, which was quite strenuous for them.

No pain, no gain

Despite all the challenges, the team weathered the storm and completed the project in just two days, which is rather impressive.

They learned a great deal, and developed a strong attachment to the project and each other. "Unity is strength" was a common sentiment among most interviewees. "The mural could not have been completed without all of us working together," said one creator. The project also enhanced senior form students' leadership skills and boosted communication among schoolmates from different forms. It bonded schoolmates afresh under the pandemic. Meanwhile, creators expressed their gratitude.

"It was a rare joint physical activity under the epidemic, which we valued highly," students commented. It's a fine opportunity for Tanghinians to experience an activity that was totally new to them. Overall, it's an unforgettable experience that enriched students' other learning experiences.

Great hope emerges from collaborative brushwork

The mural creation was an important grounds-beautifying program. It revitalized our campus and has become a novel, iconic landmark of Tanghin. It further presents to onlookers a brand new impression that contrasts with the original school concept focusing primarily on studies. When asked what the school could do in the future, most participants in the project hoped the school could organise more extra-curricular activities for students to decompress from studying and showcase their talents. Some suggested holding a "House Day" for the four houses to arrange creative activities for students and further develop their sense of belonging amongst house members. In addition, committee members from the four houses who participated in the program conveyed their craving for holding school-wide activities to reconnect with house members once the worst of the pandemic has come to an end. One individual stated, "Our Annual P.E. Days and School Picnic were cancelled in the past two years due to Covid, which was indeed disappointing. Fortunately, though, versions of both the School Picnic Day and Sports Days were held as scheduled this year, and today I'm grateful and honored to be here!"



Our students hard at work





Last but not least, participants would like to convey the follow messages to all Tanghinians through their brushes :

“ Jump out of your comfort zone.
Explore your hidden talents. ”



“ You can shine no matter what you're made of. ”

“ As long as people find their right place in the world,
everyone can glow. ”

“ Don't be afraid to dream big. ”

“ Make the impossible possible. ”

“ Be the hue of your life. ”

“ Keep your dreams alive. ”

“ All things are possible
for those who believe. ”

“ The true champion loses many battles
before winning the war. ”



 4D Chan Ching Yin

Spirits High at Music Contest 2021



Following the resumption of whole-day school, the annual Music Contest was successfully held on 21 December 2021. We are thankful to our school for giving us the chance to create memories and inject positivity into our school life. The COVID-19 pandemic has halted many extracurricular events. However, during this Christmas festivity, our contestants seized the opportunity to showcase their talents and liven up the campus with their passion for music. We sincerely congratulate all participants on demonstrating such Christmas spirit. Special congratulations go to all the winners for sharing with us their significant musical gifts.



Contestants and audience alike joined in the fun, with the exhilaration of competition filling the air. Whoops and cheers resounded in the school hall! It was great to see that the pandemic had not dampened our spirits. Due to social distancing measures, the usual live choral-singing performances were instead recorded beforehand. They were still much appreciated and enjoyed. Although saddened that not all our classmates could join us in person, we were pleased that the cross-border students could still witness the live-streamed performances. This day proved to be a perfect opportunity to enjoy music and lower our stress levels as we approached our half-yearly examinations.



The senior finals category in particular was much anticipated, and it turned out to be remarkable! The event highlight was the vocal solo division—the seven finalists gave it their all to enrich our celebratory music experience. Not only was this category perfect for ambitious participants who aimed for prizes, but also for seniors who wanted to celebrate their last school year by participating just for fun. To the delight of the audience,

several form 6 students took this final opportunity to dance on stage. Their routines charmed the audience in the school hall, who clapped to the music as they admired the girls' cool dance moves. Pandemic restrictions notwithstanding, a festive atmosphere permeated the campus, bringing unadulterated joy to all in the season of merrymaking.

After the contest, we had the opportunity to interview some of our outstanding performers. They shared with us their indelible experiences when performing on stage, as well as reflections on their success and words for those coming after them.

"I've enjoyed performing on stage and being in the limelight ever since I was small," reminisced Ling Suet Yi, the senior vocal solo division winner. Despite the heavy schoolwork, she found time for her multiple interests, including singing and playing guitar. Ling Suet Yi fondly recalled her supportive teachers, especially our former music teacher Ms. Leung Sau Wai, who encouraged her to keep singing and chasing her dreams. Ms. Leung's support was a reason why she summoned up the courage to participate in this year's Music Contest.

Suet Yi's experience in the "Sing Out" Character Education Musical Project last year also gave her a precious opportunity to learn acting and singing techniques, in addition to providing her a few glimpses of the duties for which stage workers are responsible. This experience foreshadowed her passion for singing. This year in our contest, her award-winning performance posted on YouTube went viral, with a shocking number of three hundred seventy-five thousand views! She was indebted to all her supporters, not to mention the random strangers on the Internet that showed interest in her performance.

As the saying goes, "Life is too short to do the things you don't love doing." Ling Suet Yi's advice for our schoolmates is to dream big and find our passion; once it is found, we need to have clear goals and pursue them wholeheartedly, while also understanding that there will be sacrifices along the way. Finally, she encouraged others not to live only in the eyes of others. "Finding your own sense of purpose is far more important than meeting the expectations of others."





Lou Kai Yin from 5A, who placed first runner-up in the senior instrument group this year, shared his experience on Instagram. He recalled his 2019 win in instrument performance. Reflecting on his first appearance in the Music Contest, he said he gained recognition and fulfilment. Since then, he has constantly looked for opportunities to go on stage. "I was so happy that the music contest was successfully held again this year! Although I made quite a few mistakes during the performance, my piano skills had considerably improved compared to my previous performance. I had spent a lot of time practicing during the lockdown," he commented. There were only two participants who competed with him in the contest this time, both outstanding pianists. "It was a pleasure for me to face such worthy competitors and to be the first runner-up," Lou Kai Yin said. As their journey carries on, our schoolmates continue to persevere and improve in so many ways.



For the junior contestants, it was their first time on the Tanghin stage; they appreciated the chance to demonstrate their musical talents. Fung Hoi Lam from 3A mentioned in the interview, "Singing on stage was a daunting task for me. I used to be painfully shy. I want to do something that moves me out of my comfort zone." She believes the key to success is confidence and preparation. She suggested, "Just take a deep breath and relax. It's possible to overcome our limitations." Tao Cheuk Lam from 3B exclaimed that she took pleasure in singing on stage and immersed herself in the performance. "It was awesome! I didn't have much experience singing on stage before this music contest," she exclaimed. She would also like to express her gratitude to all the staff for their hard work. Because of their effort, the event ran smoothly.



Excelling at musical performance is never easy. We greatly appreciate the students who brought out the best in themselves and others during the contest. The joy of participating in major school events is immense. Despite the many uncertainties in the world around us today, we believe doing our best to create memories during these trying times matters the most. So, let us grasp every opportunity to lead a meaningful school life together with our dear teachers and peers!

*4A Fork Hoi Ning,
4A Song Tsz Mak*

香港道教聯合會鄧顯紀念中學

2021-2022年度期中試

成績優異學生

姓名	獎項	畢業小學
許榮煜	中一全級第一名	順德聯誼總會何日東小學
黃上瑜	中一全級第二名	曾梅千禧學校
胡瀚文	中一全級第三名	順德聯誼總會何日東小學
劉繼日	中二全級第一名	曾梅千禧學校
黃天誠	中二全級第二名	培基小學
王子銘	中二全級第三名	曾梅千禧學校
王苑廷	中三全級第一名	東華三院馬錦燦紀念小學
王睿廷	中三全級第二名	鳳溪創新小學
丘雋怡	中三全級第三名	聖公會嘉福榮真小學
霍愷寧	中四全級第一名	嘉諾撒聖家學校(九龍塘)
鄧胤灝	中四全級第二名	五旬節于良發小學
陳浩朗	中四全級第三名	香海正覺蓮社佛教正覺蓮社學校
吳怡萱	中五全級第一名	鳳溪創新小學
陳心然	中五全級第二名	港九街坊婦女會孫方中小學
何京俊	中五全級第三名	李志達紀念學校
吳嘉妍	中六全級第一名	五旬節于良發小學
林卓盈	中六全級第二名	五旬節新茂生小學
勞健洋	中六全級第三名	香海正覺蓮社佛教正覺蓮社學校

明道立德

Grasp Principles, Cultivate Virtues

鄧
顯



Choi Yuen Estate, Sheung Shui, NT
新界上水彩園邨

Tel 電話 : 26726820 Fax 傳真 : 26720711

URL 網址 : www.tanghin.edu.hk E-mail 電郵 : school@tanghin.edu.hk