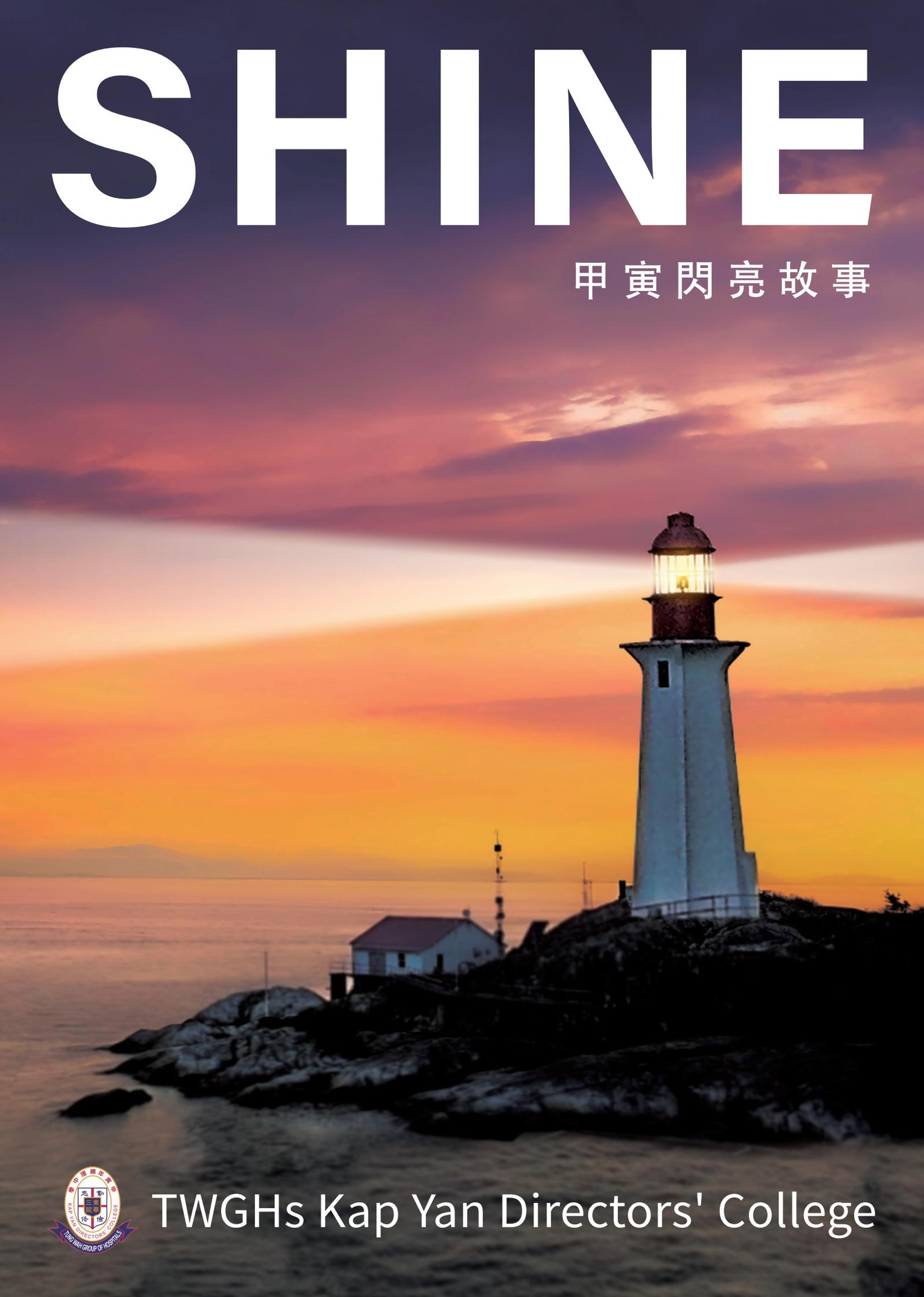


# SHINE

甲寅閃亮故事



TWGHs Kap Yan Directors' College

# 校長的話

## 點明內在的光，照亮自己的路

細讀本書中十三位同學的生命篇章，看見的並不只是耀眼的成就，而是他們在成長旅程中，綻放出屬於自己的獨特光芒。

宇燊在《超越自我，追求卓越》中真誠分享：「我們永遠選擇去做那些值得的事，這些選擇，有時讓我們在風雨中開出絢爛的花，有時卻讓我們跌進泥濘。」那份對生命價值的深刻體悟，正是支撐前行的力量。欣婷走出了被議論的陰影，在走訪世界的旅途中找回了自信；汶懿在孤獨的標槍訓練中，學會與自己對話，也發現了內在的堅韌。卓灝懂得在學習與休息之間取得平衡，這份自我調節的智慧，將伴隨他一生。這些突破自我、尋找生命方向的歷程，正是教育最動人的果實。

在甲寅，我們始終相信——教育的真諦，在於點燃每個孩子心中的火種。景怡從「被動的接受者」蛻變成「主動的開拓者」，她在東華大使計劃中領悟：「背要挺直一點，向前多站一步」的主動精神，將成為她一生的信念。家慧在Dreamland咖啡室的創業經歷裡，不僅學會了沖泡咖啡的技藝，更找到了勇氣，去調配屬於自己的人生滋味。

這些年輕生命讓我們看見，真正的成功，不在於遵循單一的標準，而在於勇敢走出自己的路。廣

成在傳統學科之外，發現了中醫藥的志業，立志成為懸壺濟世的醫者；汶懿選擇攻讀體育管理，將對運動的熱愛化為一生的追求。他們的故事提醒我們：每個生命都有發光的方式，每份熱愛都能成就意義。

更令人感動的是，這些孩子在探索自我的同時，始終懷抱關懷之心。潤楷在公益服務中體悟：「最溫暖的成長，並非來自孤芳自賞，而是當我們為他人點亮星光時，那份光也溫柔地照亮了自己。」這種超越自我的愛與善意，正是當代青少年最珍貴的氣質。

在瞬息萬變的AI時代，我們正在培養的是能在逆境中堅定前行、在迷茫中尋找方向的未來領袖。正如俊杰所說：「學習的價值不在時長，而在成效；不在分數，而在成長。」這種對學習本質的理解，將引領他們走向更廣闊的人生舞台。

我要特別感謝所有甲寅的老師。你們不僅傳授知識，更以生命感染生命。當殷怡說「甲寅早已成為我的第二個家」時，那句話流露的是校園裡細水長流的溫情；當佳霖回憶起老師的一句「我相信你能做到」，那份信任成為她不懈努力的力量；當宇燊感恩「師長們的信任讓我看見自己的價值」時，我們知道，教育的種子，正悄然在心中萌芽。

本書見證的，不只是十三位學生的成就，更是十三段生命綻放的時光。每一種光亮都值得看見，每一份成長都值得被喝采。願這些故事啟發更多學子勇敢逐夢，在探索中認識自己，在嘗試中發現可能。讓我們攜手同行，為每一顆年輕的心點亮前行的燈火，見證更多閃亮故事的誕生。

邱春燕校長



# 目錄

# Contents

## 醫護

- 譚宇燊..... P. 2  
超越自我，追求卓越
- 張新鴻..... P. 5  
不被定義，勇敢做自己
- 彭殷怡..... P. 8  
青春蛻變，感恩甲寅
- 林沛穎..... P. 11  
I believe I can FLY
- 賴卓灝..... P. 14  
Mastering academic goals, my HKDSE journey to OT

## 商業金融

- 余欣婷..... P. 17  
原來我也可以閃閃發光
- 劉潤楷..... P. 20  
薪火相傳，星光不息
- 林佳霖..... P. 23  
盡己所能，不負韶華
- 徐景怡..... P. 26  
奔向卓越的起點

## 多元才藝

- 許汶懿..... P. 29  
愈怕輸，愈要諗點贏
- 鄧廣成..... P. 32  
追尋一束光
- 張家慧..... P. 35  
我的第一杯人生咖啡
- 田俊杰..... P. 38  
進無止境

「超越自我，追求卓越」



HKU Bachelor of Medicine and Bachelor of Surgery  
港大 · 內外全科醫學士

# 譚宇燊



## 致母校： 回望我的成長路

收到為母校撰寫文章的邀請時，我一時間竟不知從何下筆。連續幾個夜晚，躺在床上輾轉反側，思緒萬千——這種感覺，恍若當年準備中文作文考試時的忐忑。不同的是，這次終於能擺脫格式與題目的束縛，暢所欲言，寫下真實的經歷與感悟。

既然有此機會，我不願將文章局限於學術討論。回憶在甲寅的歲月，最令人難忘的，並非日復一日的學習生活，而是忙碌中偷得的那些閒暇時光。學校不僅是傳授知識的場所，更是情感交流的空間。真正讓這段歲月熠熠生輝的，是這裡的人與情。我們的青春，由同窗之誼與師生之情共同編織。聖誕聯歡會前夕，與同學通宵觀看世界盃的激情；每個清晨，與夥伴爭分奪秒趕作業的革命情感——這些鮮活的記憶，讓成長的故事立體而豐滿。



## 我的學習之道

關於學習方法，我相信每人都有自己的節奏，無需刻意模仿。就我而言，中一時完全依賴課本背誦，高中階段轉向背誦與練習相結合，考前則專注於溫習筆記與大量操練試題。學習策略隨階段不斷調整，因此我始終認為，方法只有適合與否，而無優劣之分。與其盲目追隨他人，不如在迷茫時多嘗試、多交流，找到自己的節奏。切記不要過度與他人比較進度，否則只會陷入無謂的精神內耗。

我認為學習的關鍵在於自我心態的調整。我天生好勝，總渴望每一次挑戰都能超越自我。這種追求卓越堅持，驅使我在學業上不斷精益求精。然而，我也曾被失敗的恐懼所支配，但我最終學會了接受它。中學生涯中，我經歷過兩次重大的成績下滑。但在那些艱難時刻，我選擇相信自己，靜下心來總結事件帶來的教訓，力求可以逆轉困局，東山再起。正如詩中所言：「長風破浪會有時，直挂雲帆濟滄海。」永遠擁有重新啟航的勇氣。



## 我的數學之旅

若要特別書寫一段旅程，我會選擇與數學相關的點滴。奧數隊、數學學會與課堂時光，為我的中學生涯添上繽紛色彩。我沉醉於解開難題的過程，享受擔任數學學會幹事、與同學分享數學之美的時光，更珍惜在王老師指導下出戰奧林匹克競賽、為校爭光的經歷。數學於我而言是獨特的——在這個領域裡，我能暫時拋開外界的紛擾，全心投入。每一分努力都有回報，每一滴汗水都不白費。那些美好的瞬間，不僅拼湊了我在甲寅的六年青春，更塑造了今天的我。

正如我們每一個人在甲寅都擁有自己的故事，我們永遠選擇去做那些我認為值得的事，這些選擇，

有時會讓我們在風雨中開出絢爛的花，綻放得漂亮利落，連自己都為之驚嘆；有時卻讓我們跌進泥濘，搞得一塌糊塗，狼狽得連轉身都帶著傷痕。但這一切，從來無關成敗，也無關他人眼中的榮辱。重要的是我們哭過、笑過、破碎過，卻依然願意在每一個清晨整裝出發，為之奮鬥。

六年的故事，無法以寥寥數語概括。唯願藉此表達對母校栽培之恩的感激，向校長和所有老師致以最崇高的敬意，也希望我們這些學長學姐的故事，能為學弟學妹帶來些許啟發與追夢的勇氣。願每個人都能在未來，寫下屬於自己的精彩篇章。



「不被定義，  
勇敢做自己」



CUHK Bachelor of Medicine and Bachelor of Surgery  
中大·內外全科醫學士

# Cherry Cheung



## Beginning of a New Journey

As time goes by, I am now stepping into university, embarking on a new journey and saying goodbye to my secondary school. Reviewing my six years at Kap Yan, I would describe this period as tough and challenging, but at the same time, memorable and profoundly meaningful.

Throughout my time at Kap Yan, I actually encountered lots of difficulties that tested my limits. There were moments when I fell into despair as well, as I was once overwhelmed by personal challenges. However, here at Kap Yan, I could always receive help from the people around me, including my teachers and my best friends. Their unwavering support has been a crucial part of my growth and resilience.



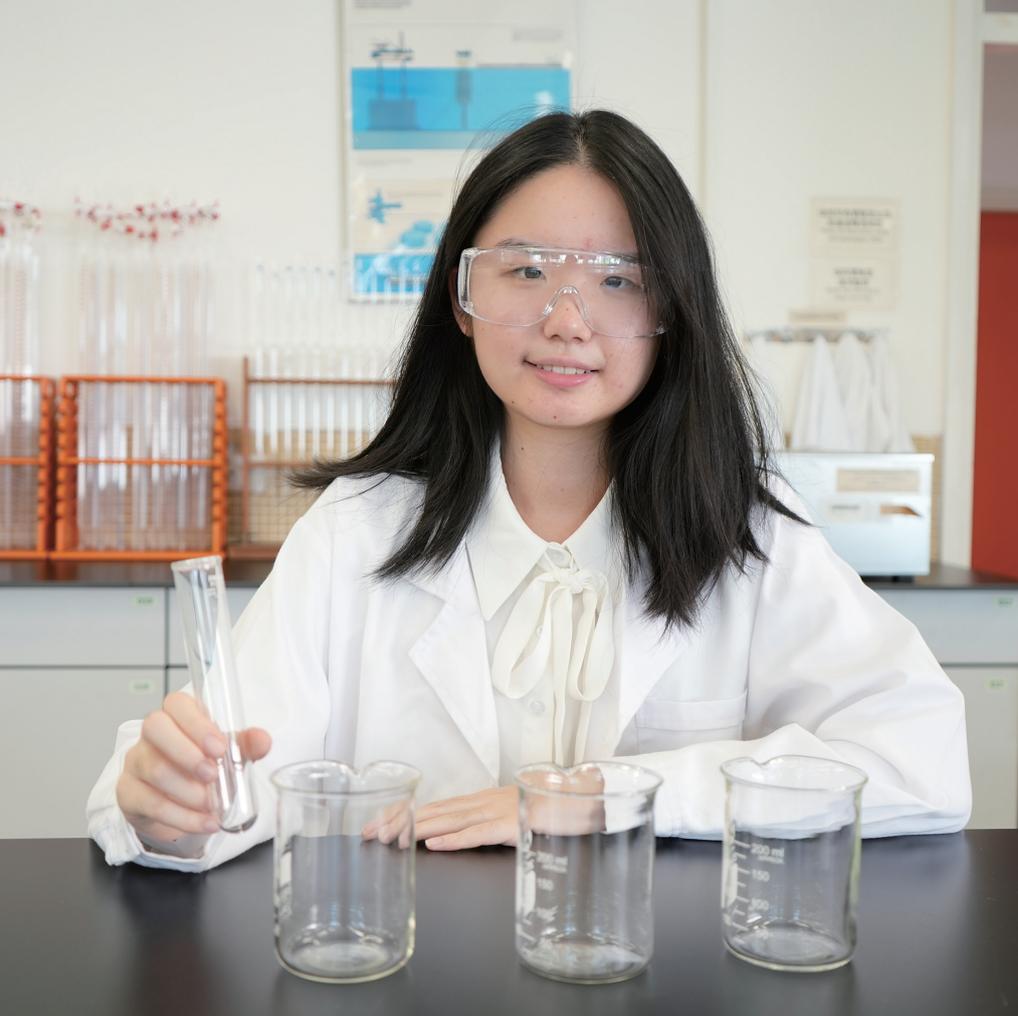
## Overcoming Challenges

During junior forms, under the influence of the pandemic and other factors, my academic results were quite bad at that time as I didn't put much effort into studying. Fortunately, I met several friends and inspiring teachers during form 3 (especially Mr. Wong Siu Hong – for arousing my interests in Maths), which gradually changed my life for the better in both academic and mental aspects. Their encouragement

helped me see my potential and motivated me to push through.

In senior forms, the very first difficulty I faced was actually Physics. I found it hard to understand the complex concept, finish homework, and adapt to a completely new teaching style, which adversely affected my study efficiency and daily routine. When I entered form 5, I began to

experience increased academic stress and, unfortunately, faced a significant challenge in my life that was unrelated to my studies. To be honest, I used to be a sentimental and vulnerable person, and I found it desperate to bear such enormous stress. Luckily, I am incredibly grateful to my best friends for always supporting me and to my teachers for not only imparting knowledge but also accompanying me



## Gratitude for Support & Reflections on Success

To my overall success, I would like to express my deepest gratitude to all the people who have helped me during my time at Kap Yan. Once again, I want to acknowledge the support I received from my teachers, friends, and family. Without you guys, I genuinely don't know what I would be like now. The encouragement and guidance I received have always been my source of strength, helping me navigate the ups and downs of my academic journey. **I will never forget my memories at Kap Yan, no matter how sorrowful or happy, bad or good, as they taught me to grow up and prompted me to keep on making progress.** For example, the memories of fighting for DSE, cheering for classmates on sports day, and singing at the Christmas party. Though I am not an outgoing person, I could still feel a sense of belonging and being cared for by the people surrounding me. Finally, I would like to thank my past self for not giving up under any awful circumstances, for not being beaten by difficulties, and the most important thing is – for firmly following my own path regardless of all the difficulties faced.

The path to success isn't easy; though there are teachers and classmates offering help to you, the only thing you can truly rely on is yourself. **Don't just put all the emphasis on academic results; instead, reflect more on yourself – Did I treat it seriously? Have I really exerted all my efforts? Whatever the outcome is, as long as you try your best, you will leave no regrets and have a clear conscience.** Also, don't put too much focus on others' judgements of you or others' achievements. This applies not only to the DSE, but also to all the tasks you will face in life. **Just keep on going; there's always light at the end of the tunnel.**

through this tough journey – especially Mr. Chan Hok Sun, Ms. Wong Sau Man, Mr. Tsang Hing Shan, and Ms. Lam Yan Yan. With their help, I was able to overcome all these obstacles and find a way to thrive. **Whenever I wanted to give up, my friends' smiling faces would immediately appear in my mind.** Moreover, I would say that people in Kap Yan are trustworthy, friendly, and kind-hearted.

For DSE, I don't think it's a tough period for me, as I had quite good management of time and utilization of studying resources. To improve academic performance, spending 10 hours a day studying without any plan is useless; instead, spending 5 hours with a rough study plan could be even more useful. For me, a rough study plan is enough, which includes making a daily to-do list and a table for recording the revision progress for each distinct subject. Of course, you could definitely

make a more detailed plan. In terms of utilizing resources, I would recommend using an iPad to make error books and watch supplemental videos on YouTube or other websites. Also, don't forget to seek help from your peers or teachers whenever you need it!

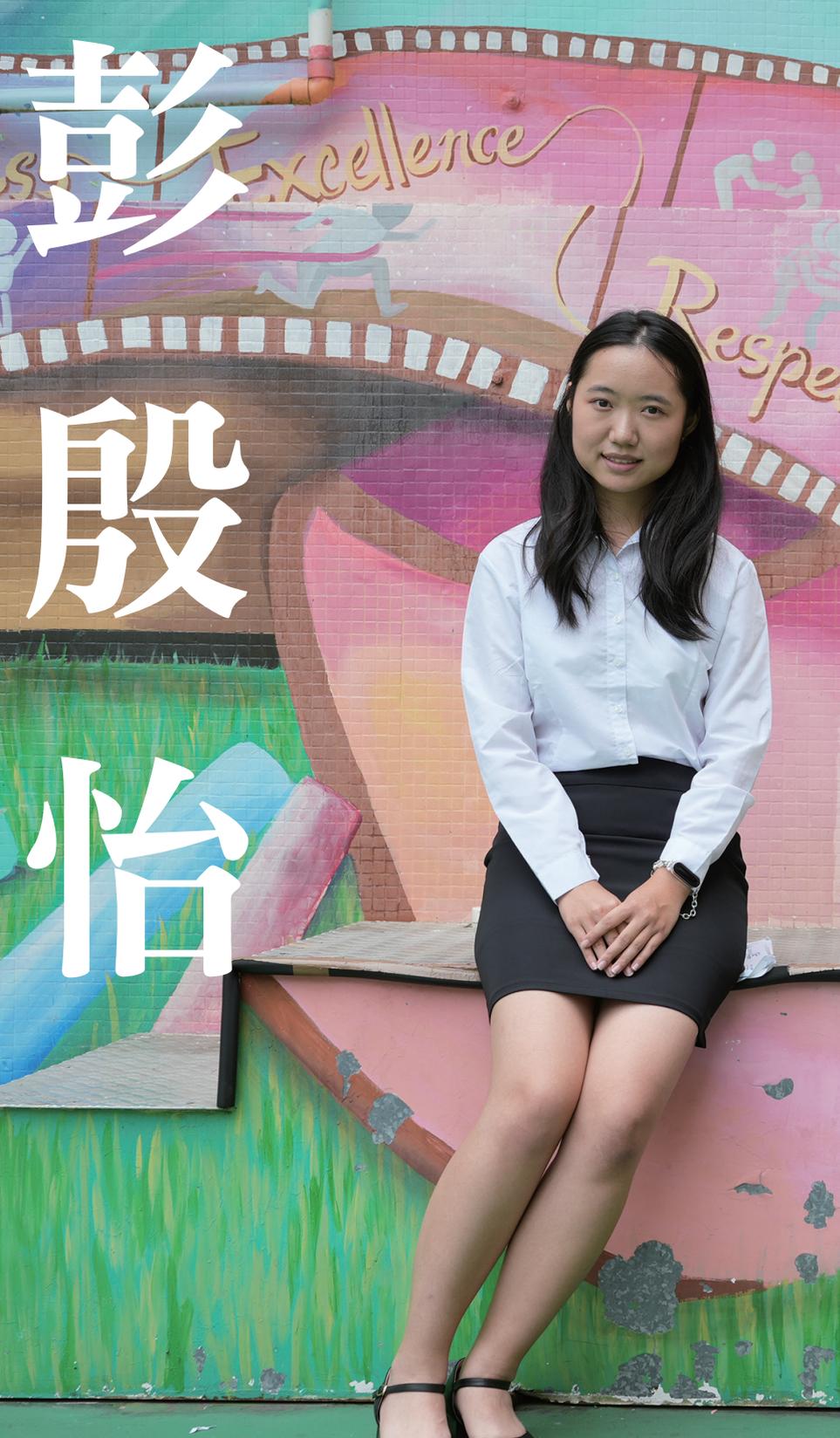
In Form 2, I was still an 'unpopular' student, ranking outside the top ten. However, during Forms 4 – 6, I made remarkable progress, moving from third in the form to the first. Now, I have been admitted to the course I wish to pursue at university. Meanwhile, I have been working hard to transform myself from a passive and introverted person into an active and outgoing individual by participating in extracurricular activities and community service, although it's still a work in progress. I am well aware that personal growth takes time, but I am committed to continuing my journey of self-improvement.

「青春蛻變，感恩甲寅」



Bachelor of Dental Surgery  
港大·牙醫學士

# 彭 殷 怡



## 六年一瞬，甲寅情深

當我最後一次以在校生的身份走過那扇熟悉的橙色校門，忽然意識到，六年的中學時光已如白駒掠過縫隙，無聲卻匆匆。這扇門見證著我從一個怯生生仰望著校徽的中一新生，蛻變為目光從容、步履堅定的畢業生。記得初入校園時，我總會不自覺地仰頭凝視校徽上的校訓石刻，那些深刻的話語於我，還只是鐫刻在石上的陌生字句。今重讀，每一字裡，都輝映著六年來的一幕幕成長光影。

## 師恩如山—— 信任中綻放的無限可能

在這六年裏，甲寅中學早已成為我的第二個家。不論是清晨課室的琅琅讀書聲，午後操場上的矯健身影，還是黃昏時走廊盡頭的落日余暉，每一個畫面都深深烙印在腦海深處。雖然有一半的時光我們不得不在線上相聚，但那冰冷的玻璃屏幕，從未阻隔甲寅家庭傳遞的溫暖。在此，我要特別感恩老師們在疫情期間的辛勤付出，他們不僅要適應陌生的教學模式，更要與層出不窮的技術難題搏鬥，確保每個學生都不掉隊。我永遠記得語文老師在我們的電子作業上寫下的鼓勵語



句，字句間流淌的，是超越虛擬的真誠；英語老師則設計有趣的英文遊戲，營造愉快的學習氣氛。正是他們的無私付出，讓知識的傳遞在特殊時期依然保持著應有的溫度。

而且，我還要感謝校長和老師們始終相信每個學生都有無限可能，並為我們提供各種嘗試的機會。還記得我從最初在班級演講時也會緊張得語無倫次，到後來能自信滿滿地代表學校參加校際比賽；從只懂得被動地在課上聽書，到敢於舉高手，向老師提出自己獨特的見解。這些成長的足跡，都離不開師長們的循循善誘。正是他們的信任與鼓勵，我開始認識到自己的價值，建立起面對困難的勇氣，讓我能勇敢地邁出舒適區。

其中，參與線上辯論賽的經歷更是讓我獲益匪淺——雖然沒有真實的辯論台，但我們在準備過程中查閱的大量資料、與隊友進行的無數次線上討論、在比賽中激發的思想火花，都讓我們的邏輯思維和表達能力得到了顯著提升。這些特殊的經歷教會了我們：即使環境受限，追求成長的心永遠可以找到綻放的舞台。



LECTURE



## 同行之幸—— 青春路上最美的風景

更讓我倍感幸運的是，在甲寅遇見了一群志同道合的好友。在無數個挑燈夜戰的日子里，我們互相分享學習方法，交流解題思路，也在疲憊時互相打氣。備戰文憑試時，我們自發組成學習小組，放學後一起到圖書館復習，互相抽查知識點，分享各自的筆記。有時學習累了，就到學校外的羽毛球場，揮灑汗水和煩惱。這些看似平凡的日常，如今都成為青春記憶中最溫暖的片段。這一張張熟悉的面孔讓我們明白：成長的道路從不孤單，總有人與你並肩同行。

如今，站在畢業的十字路口，我滿懷感激與不捨。甲寅給予我的不僅是學業知識，更重要的是獨立思考的能力、持續學習的熱情以及面對未來的勇氣。這些都將成為我人生行囊中最珍貴的財富。即將告別這扇熟悉的橙色校門，我深知這不是結束，而是一個嶄新的開始。無論未來在何方，我都將永遠以甲寅人的身份為榮，帶著母校賦予我的智慧與力量，在新的征程上勇敢追夢。相信在不久的將來，我們這些從甲寅走出的學子，定能在更廣闊的天地間綻放獨特的光彩。

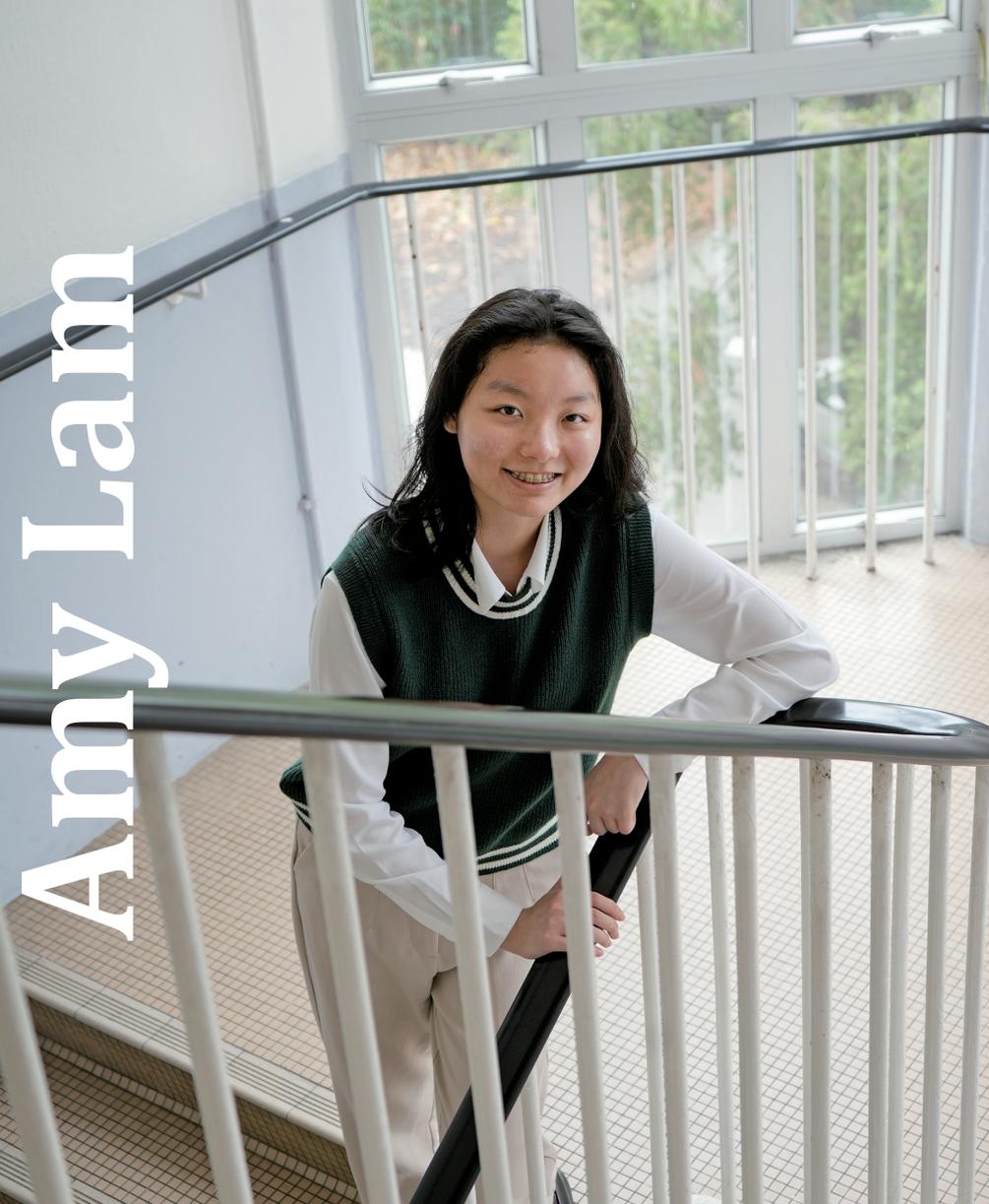
以青春之我，創建青春之未來，不負母校的培育之恩。



# "I believe I can FLY"



HKU Bachelor of Medicine and Bachelor of Surgery  
港大·內外全科醫學士



## KYD Shine Shine Story

### A Big Hello to You All!

I'm Amy Lam, freshly graduated from KYD this year. I really want to share my stories because they could be your guiding light in a certain moment (who knows!). There are three stories I will be sharing today: "DSE", "I try try", and "To Not Be Blamed for Not Being Good Enough".



### My DSE Experience

DSE might still be a vague concept for some of you, or already a nightmare for the senior forms. Being stressed out is common for us all, and I was no different. During my study leave, I chose "flight" at this fight-or-flight moment. I recalled lying in bed using my phone all day and night doing absolutely nothing because I couldn't bear the feeling of being a failure after being deducted of so many marks in past papers. I felt guilty for not studying, but at the same time, I didn't really put down my phone, which only put me under even more pressure.

One day, I decided to break free from the vicious cycle of languishing, so I went to study. As simple as that, you don't need

a particular time, place, or resources to break the cycle; all you need is to decide. You don't need a cosy cafe, nice weather, or an aesthetically pleasing notebook to start studying. Textbook, pen, and paper – that's all you need. **One thing that I keep on telling myself when I'm procrastinating is, "THIS IS NOT WHAT I WANT." This is not the person I want to be, not the life I want to live, not the choice I want to make.** I want to see how far I can go and how much I can achieve. I'll feel truly sorry for myself if I never use my full potential. Ultimately, your life is yours, not others'; nobody bears your responsibility.

### Gratitude for My Teachers

DSE aside, here's a big shout out to all the teachers who may or may not have taught me. Teachers' words of encouragement REALLY mean a lot to students. A simple sentence like **"I believe in you" could be the turning point of a student.** When I received my expected grades, I don't think I could get that number of stars listed on the paper.

"Seriously?" I looked at my form teacher. "Well, in most cases, teachers will give you higher expected grades just so you'll be encouraged." His answer was no surprise and I nodded in acknowledgment.

**"But I trust you can achieve that."** He added.

“I try try.” I shrugged, not feeling so confident. Though I didn’t promise him anything, I didn’t want to disappoint him. Whenever I wanted to procrastinate during my study leave, the affirmation from my teachers and schoolmates pushed me to keep going. They reminded me that I have someone worth fighting for, that I am not alone, and that they’ll always have my back. I’m particularly grateful for my teachers who have the patience to answer all my questions, and I couldn’t be happier to be part of the KYD family.

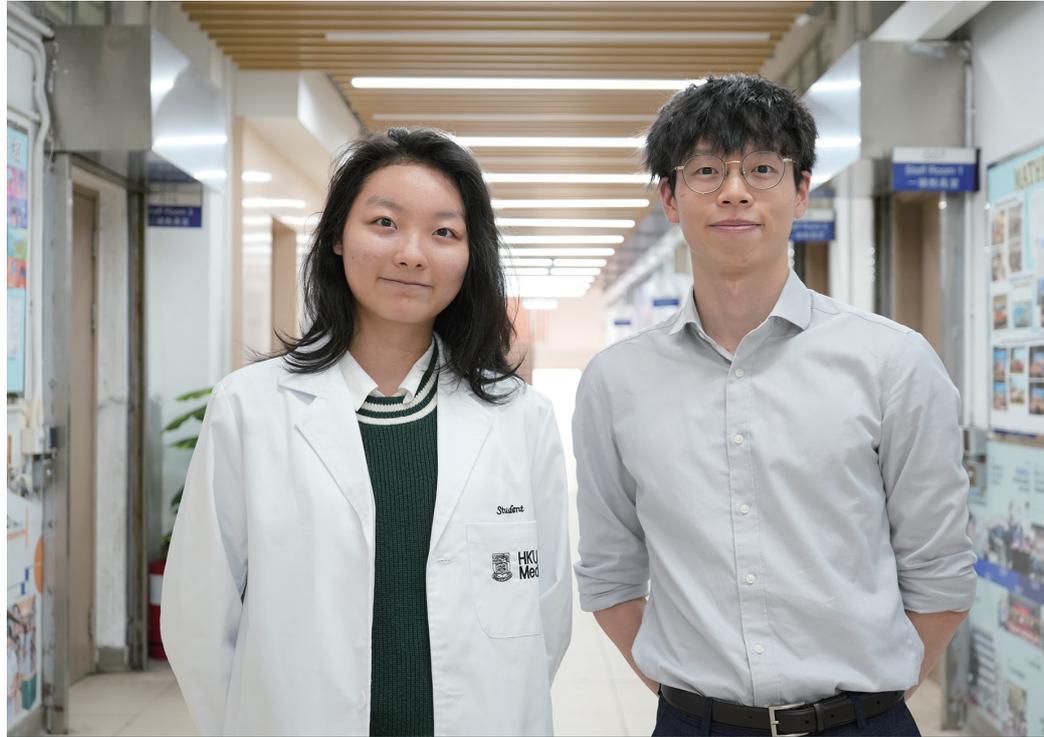
Another moment is when I was filling my JUPAS form in the classroom during the JUPAS simulation event. I put Biomedical Sciences as my first choice, four stars seemed a bit challenging, but I saw a chance, so I wanted to try. “Hey, why don’t you choose Medicine?” asked one of my classmates.

“Medicine? How many stars do I need?”

“Six, at least. It’s the lower quartile of the admission scores last year. You have the potential for that, I think.” Six stars. Obviously more challenging than getting four stars, I thought.

“I try try,” I shrugged again, not knowing how to reply because I had never thought that I could achieve that.

The message I’m trying to convey to you is that **you should always set a high standard for yourself – one that is much harder, almost seemingly impossible to achieve.** One might claim that a reasonable goal, instead of an unfeasible one, is more preferable. I do not agree with it. **It’s only when you have impossible goals that you will do impossible things. Impossible only becomes possible when you choose to ignore the 80/20 Rule (aka Pareto Principle) and input your 100% effort.** Trust me when I say you can go as far as you can imagine, **so don’t limit yourself by your current state and mind. You can change; ranks can change; your future can change.**



## Learning from Failure

My last story to share is “To Not Be Blamed for Not Being Good Enough”. I joined the English Debate Team accidentally when I was in F5. My teammate and I prepared a thick stack of rebuttals for the debate competition. We sacrificed our sleep just so we could prepare better arguments. But we lost the competition that day. Even worse, the opposition team didn’t prepare any material for the competition, yet they defeated us. I couldn’t help but wonder: Perhaps I shouldn’t have participated in the competition. The risk was too high; it’s a game where the winner takes it all while losers lose it all. I was already in F5, I should study more. It’s not worth the time and energy. Blah blah blah... And all of a sudden, I want to hide in my comfort zone and never come out again.

Have you ever had the same thought? If yes, let me change your mind! The effort you made may not pay back immediately, but they will, sooner or later. Joining the debate team improved my fluency in English. I also met great

teachers and schoolmates and gained a deeper understanding of the current social problems our society is facing. Our debate coach also gave us full emotional support and helped us to learn from our mistakes, which I really appreciate. Most importantly, I’ve tried my best. Perhaps my performance in the competition was not good enough, but at least I tried. **I gave myself the best gift of all — CHANCE. I need not blame myself for falling and failing, for I gave myself the chance to fly.**

## Words of Encouragement

When I was in F1, I used “nature,” “natural,” and “neutral” interchangeably. My English was very poor back then. You are probably surprised. What have I done to achieve such a radical change? I started self-learning English in F3 – Grammar, vocabulary, and all. Three years of dedication made me come first in English in my Form when I graduated. Therefore, it is never too late to change. It is never too late to say, “this is not what I want,” too. Give yourself a chance to take the leap, to fly and shine. If I can, why can’t you?

# Mastering academic goals, my HKDSE journey to OT



PolyU Bachelor of Science (Honours) in Occupational Therapy  
理大 · 職業治療學理學士

# 賴卓灝



東華三院  
Tung Wah Group of Hospitals

東華三院傑出  
香港中學文憑考試優



Lai Cheuk Ho

## A Journey of Challenges

As I look back on my DSE experience, I see that as a mix of challenges, triumphs, and invaluable lessons that shaped who I am today. Sitting for the exams in 2025, I remember the intense preparation that consumed my final year of secondary school. Balancing core subjects with electives was not easy, but it taught me the power of perseverance. My HKDSE results were a testament to the hard work I poured into those two intense years. In terms of achievements, I am proud to say I scored Level 5\*\* in biology, with distinctions in M2 (5\*), English (5\*) and Chemistry (5\*).

The journey was never smooth sailing. I faced burnout during Form 5 while juggling schoolwork with extracurriculars like the student association. What helped me bounce back was a structured study plan: making effective use of my lunchtime for revision, listening to music to relieve my stress, and seeking help from

teachers when concepts eluded me. I also discovered the power of active recall, which allows me to test myself regularly instead of relying on passive reading. This method of learning significantly boosts my memory and confidence, improving the effectiveness of my studying.



## Gratitude for Support

I would like to express my deepest gratitude to my school for being the cornerstone of this success. The dedicated teachers offered invaluable guidance, ranging from extra tutorial lessons to personalized feedback, which helped me refine my skills and build confidence. The support from teachers not only fostered my growth but also inspired me to aim higher. Without the school's guidance, navigating the HKDSE would have been far more daunting. Thank you for believing in us and equipping us for the future.

## Key Takeaways

As for the biggest takeaway? **Success in the DSE is not about raw intelligence. It is about consistent effort and smart planning.** I faced setbacks, like initially struggling with mathematics, but analyzing model answers and practicing under timed conditions turned my weaknesses into strengths. **Time management was crucial**—I used a planner to allocate study slots while leaving rooms for relaxation to support mental well-being. **Remember, every top scorer started where you are now.** The road may be tough, but crossing the finish line will be worth it.



「原來我也可以閃閃發光」

金紫荊女企業家獎學金得主  
港富明德獎學金得主

HKU BBA in International Business and Global Management  
港大·工商管理學學士（國際商業及環球管理）

閃亮故事 | 017

# 余欣婷



## 我在甲寅的閃亮六年

甲寅，對於我來說是一個很特別的地方，即使用盡千言也說不清我對這裏的感情。這間學校，既讓我體驗五味雜陳的人生，亦是我人生閃亮的起點。

遙想剛開學踏進校門懵懂的樣子，那時的我帶著未能圓夢第一志願的淡淡悵惘，小心翼翼地踏入這片陌生的天地。還未待我擺脫這般稚氣，初中的學業壓力已洶湧而來。我需要面對的不只是陌生的面孔，更是浩瀚無垠的知識海洋。幸好，甲寅早在暑假期間便為我們套上了救生圈，讓我平穩而明亮地展開這段成長的航程。

正當我以為中學的生活終於要踏上正軌之時，卻因性格中的不合群，引來了同學背後的議論。那些



質疑與冷眼，如影隨形，揮之不去。疫情期間，我甚至一度陷入網絡暴力的漩渦。幸好，**二年級**的我成長了不少，深知背後有父母的支持，更有一位無私的老師不斷關心及照顧我，並為我處理校園中的種種困擾。因此，我不僅未被欺凌侵蝕，反而在逆境中，築起了一座堅不可摧的內心堡壘。

我在**三年級**迎來了人生的轉折點。因為疫情，我們開始戴上了密實的口罩，每天迷茫地看著眼前的電腦，枯燥地學習，各種網絡卡頓和延遲更是讓人不知所措。但在我們嘗試適應網絡世界的同時，老師亦在積極地學習使用網課軟件，為我們提供最即時的網絡協助，讓身處屏幕另一邊的我們亦不被忘記。我不知是否應該感謝疫情的到來，但正是網課的這年，我才能夠摘下夢想中全級第一名的桂冠，重新看



見了自己潛藏的能力。也是在這一年，我首次受老師邀請參加作文比賽並贏得獎項，從此發掘出自己在文字世界中不容小覷的天賦。

進入**四年級**，一個個作文比賽的獎項點燃了我心中的熊熊野心，給予了我一種毫無畏懼的衝動，一舉嘗試報名社長的職位。我明白，要成為一名中四的社長並不容易，定會備受質疑，**但很感謝老師願意給予我這個寶貴的機會，讓我可以更早地實踐自己的領導才能，亦更能感受責任的重量。**

時間過得飛快，轉眼間來到**五年級**，在這一年，我獲得了一輩子都不會忘記的經歷——成為東華大使。期間，我不但能夠認識到來自五湖四海的東華學生，更能與東華三院的董事建立友誼，一起前往溫哥華見識世面，拓闊眼界。對於一個出生於不富裕的家庭來說，東華三院給予了我在中學時期便走出香港的寶貴機會，讓我看見世界的不同面貌，對於自己未來的理想生活有了更深的體會。在那次參訪

團後，在溫哥華的瞬間讓我念念不忘，未來，我定會重遊溫哥華，回味曾在楓葉國的一切。

打打鬧鬧了許多年，我和同儕們終於攜手來到中學生涯的最後一年，亦是最難熬的一年。暑期過後，緊湊的補課，密集的試卷操練等對於我們來說已是家常便飯。幸好，我有一班好朋友與我一起度過難關。還記得我們一起穿梭於不同圖書館之間，互相鼓勵扶持，才能熬過公開試地獄般的精神折磨，並在最後迎來了理想的成績。回望過去，那無疑是我人生中最艱難的一年，那時的掙扎仍歷歷在目。然而，**這一年也像一塊小巧的提拉米蘇，苦中帶甜，滋味層層交織，讓人想一口接一口，細細回味。**

我對甲寅的感情五味雜陳，並非三言兩語便能概括，但最後的最後只想對她說聲由衷的「感謝」。因為甲寅，一個平平無奇的學生才能走出自己的閃亮之路。倘若一切重來，我不會再後悔自己成為了「甲寅人」。



「薪火相傳，  
星光不息」

# 劉潤楷

## 在甲寅， 種下未來的星光

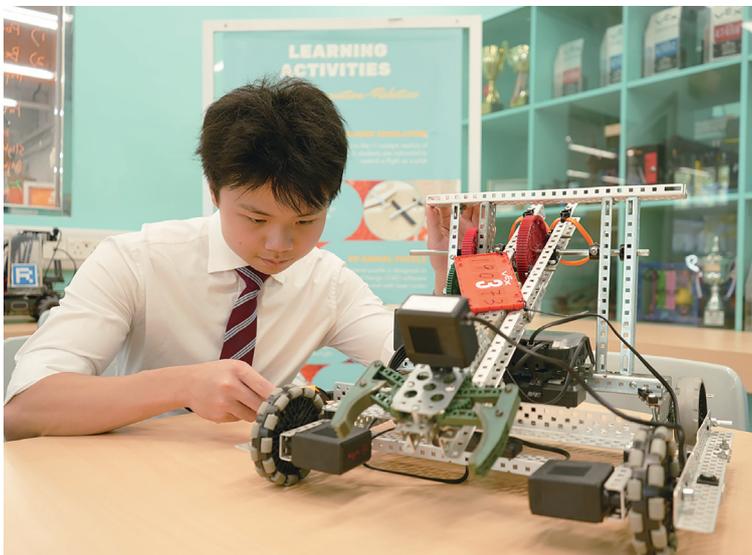
親愛的校長、各位老師，各位師弟師妹：

大家好！我是剛剛畢業的劉潤楷。如今我已步入香港科技大學，成為環球商業管理專業的一名新生。每當我走在大學校園中，總會不自覺地想起在甲寅的點點滴滴——那些汗水與歡笑交織的日子，早已成為我生命中無法抹去的亮光。

有人說：「教育不是注滿一桶水，而是點燃一把火。」而我在甲寅真正體會到了這把火的力量。回首這六年，我不僅學到了知識，更學會了如何懷抱熱情去探索、去堅持。

## 於方寸之間， 磨礪沉潛之心

中學六年，是一段充滿發現與蛻變的旅程。初入甲寅時，我和許多人一樣，對未來既憧憬又



忐忑。幸運的是，甲寅為我們提供了寬廣的舞台。我在書法的黑白分明間學會靜心與專注，一幅幅作品背後，是無數個深夜的練習與打磨。正如王羲之所言：「立志不隨流俗轉，心期終與古人爭。」書法教會我的，不僅是藝術，更是一種不輕易言棄的態度。同時，我也在STEM的世界中發現科學與创新的魅力。從無人機隊訓練到經濟圖表設計，從大灣區數學競賽到全國航天創新大賽，每一次挑戰都讓我更接近夢想。愛因斯坦有言：「邏輯會帶你從A點到B點，但想像力會帶你走向任何地方。」甲寅給我的，正是這份敢於想像未來的勇氣。

當然，我也經歷了備戰DSE的難忘歲月。那是一段與時間賽跑的日子，每天我都在題海中奮戰、在失敗中調整、在進步中堅持。M2和化學的5級成績見證了我對難點的攻克；中文、英文、數學、經濟的5\*成績離不開師長的悉心指導；而物理科的5\*\*則是無數個日夜鑽研的成果。這段經歷讓我深刻體會到愛迪生所說：「天才就是1%的靈感加上99%的汗水。」每一個成績背後，都是不懈的努力與堅持。



## 於山海之外， 拓寬人生之維

更難忘的是那些走出課室、去往遠方的時刻。我曾踏上新疆的遼闊土地，觸摸絲綢之路的千年印記；也曾在福建泉州聆聽海浪與歷史的回響；還曾作為香港賽區代表參加「中華翰墨情」書法比賽，與來自世界各地的華僑青年以筆會友。這些經歷讓我明白什麼是「讀萬卷書，不如行萬里路。」我們在親身體驗中認識不同的文化，在文化碰撞中學會包容，在慎思明辨後堅定方向。

而且，我明白了最溫暖的成長，並非來自於孤芳自賞，而是源於為他人點亮星光時，那返照於自己掌心的溫柔。無論是作為奧比斯學生大使為視障人士籌款，還是探訪獨居長者、參與海岸清潔，我在每一次付出中，漸漸讀懂了何謂「柔軟的力量」。特蕾莎修女曾說：「我們所做的不過是汪洋中的一滴水，但若缺少這一滴水，海

洋會因此減少。」每一個微小的行動，都可以匯聚成改變世界的光。

如今，我站在一個新的起點回望，才更明白甲寅所賦予我的，遠不止成績與獎項，更是一種內在的成長——是自信、是視野；是責任，也是情懷。在這裏，我遇到了引路的老師，結識了同行的伙伴，也遇見了從未想象過的自己。

師弟師妹們，也許你們此刻正面臨學業的壓力、未來的迷茫。但請相信，甲寅是一個充滿可能的地方。正所謂「有志者，事竟成」，願你們珍惜每一次嘗試，無懼每一次挑戰，勇敢地去開創屬於自己的未來。衷心祝福你們，在甲寅這片沃土中，心懷夢想，腳步堅定，走出屬於自己的星光大道。

香港科技大學  
環球商業管理  
學生劉潤楷謹啟

「盡己所能，不負韶華」



HKU Bachelor of Business Administration (Law) and Bachelor of Laws  
港大·工商管理學學士（法學）及法學士

# 林佳霖



## 職位

1. 2021-2022 儉社幹事
2. 2022-2023 學生會幹事
3. 2022-2023 DC Charity Foundation 小龍馬慈善藝術大使
4. 2022-2023 數訓隊助教
5. 2022-2023 STEMaker Team Chief Leader
6. 2022-2023 2023-2024科研隊隊長
7. 2023-2024 香港資優教育學苑 學生籌委會
9. 2023-2024 朋輩輔導員組長
9. 2023-2024 甲寅義工隊副主席
10. 2023-2024 班會主席

## 獎項

1. 東華三院傑出學生獎（課外活動）
2. 第二屆「語文報杯·時代新人說」全國中學生徵文大賽：初賽省級一等獎，國家級一等獎
3. 魯迅青少年文學獎：一等獎
4. 文匯報創刊75周年之書寫人文故事學生徵稿：優秀作品
5. 2023年《讀者》徵文比賽：優秀作品獎
6. 《讀者》二零二三年作文徵文比賽：優秀作品獎
7. 全國青少年航天創新大賽總決賽：全國一等獎
8. HK Chemistry Olympiad for Secondary School 2022-2023: Honours Award
9. 首屆香港青少年航天創新大賽——未來太空工程挑戰賽：一等獎
10. 2<sup>nd</sup> CAFEA YOUNG TALENT Smart City Forum: Most Innovative Project Award



# 感想

在甲寅中學的六年時光，宛若一幅色調豐富的畫卷，細膩交織着奮鬥的苦澀與成長的甘甜。這段歲月予我諸多珍貴啟迪。若問此時的我，有何話想對當年備考中的自己、以及正在奔赴考場的師弟妹言說，我願凝練為以下三則心語：

## 一、善用資源，提升自我。

如今網絡上有許多優秀畢業生，特別是那些在文憑試中表現出色的同學，都樂於無私分享各式各樣的學習方法和免費資源。如果你不喜歡實體補習，或家中經濟條件有限，不妨主動探索線上資源，參考他人的經驗，逐步摸索出適合自己的學習模式。

校內資源同樣豐富——無論是校長、老師，還是身邊的同學，都曾給予我許多寶貴的建議與幫助，並慷慨分享學習資料。那些溫暖的支持至今仍歷歷在目，讓我深深感動。學校的小測、作業，以及圖書館中豐富的練習題庫，都是幫助我們檢視進度、持續進步的重要基礎。故此，與其封閉自己、只依靠零散得來的資料，不如主動發掘並善用這些觸手可及的資源寶藏，在書海文章中含英咀華，在網路世界裡盡情翱翔。這些資源、工具不單單是開啟智慧寶庫的鑰匙，更是一段陪伴我們成長的溫暖助力。

## 二、戒除僥倖，腳踏實地。

你是否也說過：「這次考差沒關係，只要文憑試考好就可以了」這句話看似寬慰，卻可能成為鬆懈與拖延的藉口。我們總是告訴自己「下次再努力」，實則是將壓力不斷推給未來的自己，最終只會陷入逃避的循環。當溫習月悄然來臨，驀然回首，才驚覺時間所剩無幾。時間流逝的速度，遠超我們的想象；它不會為誰等留，也不會為誰延長。正所謂「千里之行，始於足下」，若你心中仍有渴望成就的目標，請務必從此刻開始行動。事情不會隨時間變得容易，更不會自動完成——唯有立即實踐、靠點滴積累，才能推動現實，一步步朝理想的方向前行。

## 三、心無旁騖，直視目標。

高中三年，我也曾憧憬如小說般轟轟烈烈的青春。然而現實中的日子，卻彷彿被無數考試切割填滿，只餘午飯時的片刻溫熱，其餘皆是書本與題海。這樣平淡如水的時光，難免讓人恍惚自問：「難道我的青春，只能單向地投注於學業這一條窄路之上？」與其勸你埋首書海，沈溺於無窮盡的自我懷疑中，我更希望你能靜下心來，誠實地問自己：你所期望的，究竟是怎樣的一條道路？

人各有志，所歸不同，我們不能為讀書犧牲一切，但也有盡己所能，不負韶華。試想象：放榜的

那一刻，你是會因成績未如理想，陷入懊悔，想著：「如果當初更專注、更努力一樣，結果是不是會不一樣？」；還是能目光澄澈，坦然說出：「我無悔，因為在這段時間裡，我做到了真正想做的事」請記住，文憑試是大家的必經之路，有人披荊斬棘，有人行於繁花，儘管我們的終點不同，但大家為夢想孤注一擲的模樣卻都是值得欣賞的。學習所帶給我們的不只是放榜日那薄薄的一張紙和令人感到沈重的數字，而是在過程中所保留下來——名為「自律」、「堅持」等受用一生的美好價值。

看見各位學弟學妹，我總想起當年懵懂的自己，因而有許多心聲想一一訴說。但萬語難盡澀於口，這裏僅以一句歌詞作結——「誰都可發光，只要找對地方。」衷心祝願各位學弟學妹能開拓自己的未來。在文憑試取得佳績，入讀心儀的大學，在各個領域中平步青雲、熠熠生輝。

最後，我想藉此機會表達深深的感謝。感謝甲寅的校長，您的遠見與付出，如燈塔般為我們指引方向；感謝每一位老師，您們以無私的奉獻與耐心的教導，不僅傳授我們知識，更點亮了我們前行的每一段路；也感謝我親愛的同學們，那些我們並肩同行、彼此鼓勵的日夜，是我青春中最溫暖而堅定的印記。

這一切的情誼與幫助，我將永遠珍藏於心。



# 「奔向卓越的起點」



HKUST BBA  
科大·工商管理學士

# 徐

# 景

# 怡



## From Grit to Great : 我的甲寅故事

你們好！我是剛剛畢業的師姐，懷著滿滿的不舍，想在這裡與大家分享我在甲寅的點滴成長。如果有人問我，這六年給我最寶貴的禮物是什麼，我想，並非那一紙文憑，而是學校賦予我追夢的勇氣與資源。而這段旅程，我想用兩個詞來概括：一是蛻變，二是堅定。

說起蛻變，還記得六年前升中面試時，我捧著兩本厚厚的證書走進甲寅，卻從沒想過，一場突如其來的疫情會佔據我整整初中三年。當我以中四學生的身份重返校園，望著那扇熟悉的校門，我不禁自問：難道六年之後，我要兩手空空地離開這裡嗎？——我不甘心。

幸運的是，學校為我們搭建了無數成長的舞臺。回顧我的經歷，「東華大使」是我第一個真正嶄露頭角的機遇。在這個平臺上，我們談傳承、論革新，但比起這些，更重要的是與我同行的每一個人。他們中有的人能坦然說出：「這是一個



充滿競爭的環境，如果今天我不主動，機會就會屬於別人。」這些人坦蕩而有野心，也時刻提醒著我：背要挺直一點，向前多站一步。這個計畫對我最深刻的影響，是讓我只會被動地接受老師資源「投餵」的追隨者，轉變為一個主動爭取機會的開拓者。這樣的心態轉變，令我一生受用。

說到堅定，源於我開始真正為我的學校感到自豪。回想小升中時，甲寅其實並非我的首選。在年少我看來，進入另一所的中學或許會少走許多彎路，會被照顧，會更快樂。有一段時間，甲寅於我而言，更像一個「打卡」的地方：上課時想午飯吃什麼、放學後立刻回家……日復一日，我像是一個在校園裡連軸轉的「NPC」，忙碌卻麻木，生活仿佛被設定好的程式。

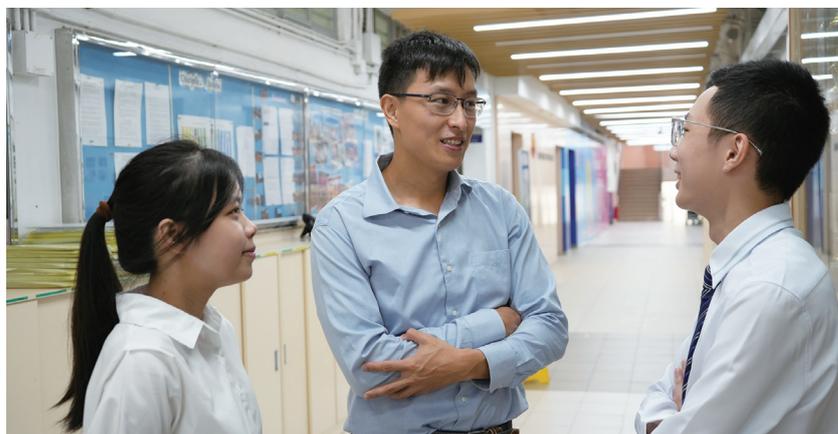
直到一件件小事，為這個地方注入了溫度，就像：

我在準備前往溫哥華參訪團時，老師們暖心發信息跟我說：祝你一路平安，學有所成！而非，記得回來補作業；

做peers時請周sir幫忙開課室電視，他只在我低年級網課時見過我，卻一眼認出並叫出我的名字；

大學面試前，Ms Ng一如既往耐心幫我準備，而從未教過我的張sir，竟也百忙中抽空為我指點迷津、點撥一二；

還有校長的coffee chat和眾多一次又一次給予我機會的老師……



這些瞬間讓我深深感到：學生愚鈍，卻承蒙知遇之恩。

中學畢業放榜後，我參加了一場獎學金面試，要求穿校服。我當時還發動態自嘲：「希望這不是最後一次穿校服，因為我還想晉級下一輪。」後來，我如願晉級，而著裝要求換成了西裝——我才恍然，那一天，真的是我最後一次穿上這身校服。

從校服到西裝，我曾幼稚地以為，我不舍的是穿著它時贏得的榮譽；直到那一刻才明白，我真正懷念的，是穿上這身校服、在甲寅經歷的每一個日子，是每一次被灌溉、被滋養的成長。

原來我們早已在不知不覺中說了再見，完成了告別。

直到某次活動，有位前輩議員問我：「當年為什麼選擇甲寅，而不是隔壁學校？」

我堅定地回答：「這裡很好。正因為是甲寅，才有今天的我，我很幸運。」

如今步入大學，我最想說：請不要害怕勇敢追求夢想，大膽試錯，因為在你們身後，有東華三

院、校長老師和無數校友的托舉，讓甲寅成為你們奔向卓越的起點！

讓甲寅成為你們奔向卓越的起點，一起from grit to great！

祝福大家前程錦繡，老師們工作順利！讓我們在更高處再相逢。

（溫馨小提示：比起抓住這一校僅兩個推薦名額的機會，其實我早在小學的各個朗誦、辯論、編程比賽中鍛煉了不同的軟技能。所以，如果看到這裡的低年級師妹，請珍惜初中這個提升軟實力的黃金時期，那些無法寫進履歷的經歷，正默默裝備著你。高年級同學則請勇敢試錯，別畏懼面試的篩選！）

（在課外發展方面，盡量選擇有知名度的機構主辦的計劃，以獲取更優質的比賽和人際網絡；生涯規劃即使現在還沒想好也沒關係，重點在於你在其中承擔的任務和角色——不要隨便了事。例如我在國際律師事務所實習時參與了一個IPO項目，這些都會成為日後面試時展現能力的談資。又，學校提供的清華暑期學校、獎學金等資優教學資源也十分寶貴，願你們在多元探索中，找到自己的專注點，做到博而不雜。）

# 「愈怕輸，愈要諗點贏」

第 20 屆世界中學生運動會香港代表



HKBU Bachelor of Arts (Honours) in Physical Education and Recreation Management  
浸大 · 體育及康樂管理文學士

# 許

# 汶

# 懿



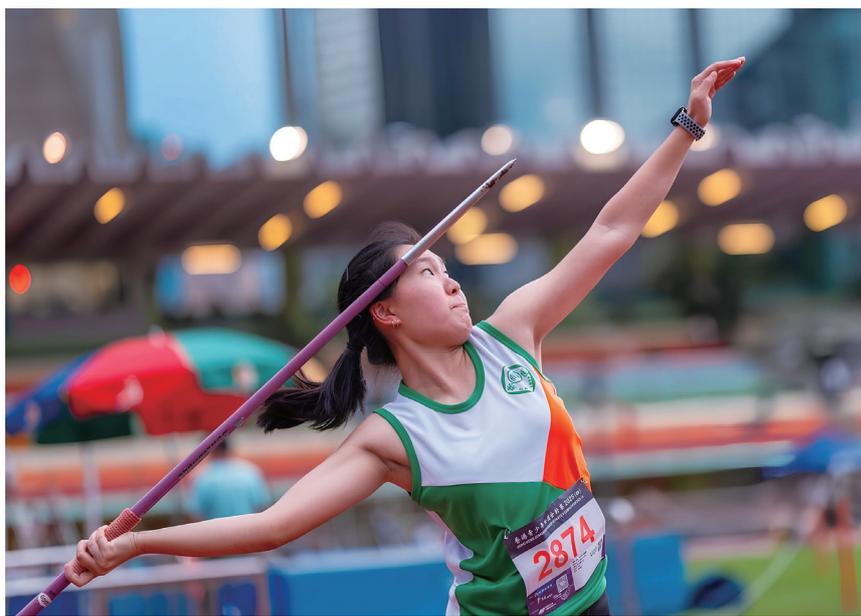
## 在無人看見的角落， 為自己贏得掌聲

### 疫情中斷的運動夢

沒有人天生就是出色的運動員。

記憶中的我曾是如此平凡。那時的我，從未想過有一天會成為學界紀錄保持者，能一次次站上頒獎台，更不曾想過會代表中國香港遠赴巴林參加世界中學生運動會。

初中時，我鼓起勇氣同時加入田徑隊和羽毛球隊。然而一場疫情，奪走了我初中三年參加學界比賽的機會。中四前的我在運動方面毫無天賦——跑得不快、跳得不高、鐵餅拋得不遠，在羽毛球隊也只是湊數的隊員。那時的我，根本不敢自稱「運動員」。



## 那些汗水告訴我的事

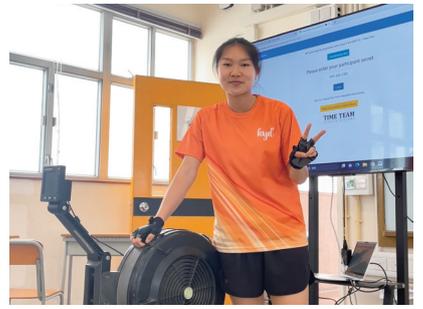
直到一束光的來臨，照亮我平凡的生活，老師的一句：「不如你試試看擲標槍？」——成了我在體育路上真正的起點。我很快掌握了要領，但迷茫與孤獨不時襲來。

在練習時，我總能看到隊友們在訓練期間相互勉勵，一起揮灑汗水。而我身旁，只有一支鐵棍相陪伴，放眼望去，更多的標槍插在偌大的空地上，那份惆悵彷彿看不到盡頭。更剛開始訓練時，手臂和側腰的刺痛如影隨形。每每練習完畢，我都會累得癱倒在跑道上，仰望夜空、感受胸腔的劇烈起伏。在這無盡的黑夜裏，我似是捉不住屬於自己的那顆星星。「我可以做到嗎？」無數對自我的質疑、甚至放棄的念頭在腦海裏不斷閃現。

幸而，我憑著不懈的努力，最後真的成功打破了學界和聯校運動

會的標槍紀錄。可是，自卑的想法也不時會在心間發酵，比起奪獎授譽的盛夏驕陽，我的體育路上更多時候是否定自己的寂靜闇夜。標槍劃破長空的瞬間看似輕盈如羽，實則是承載了沉甸甸的重量，這些重量是數千次反覆校正投擲角度的偏執，是連一呼一吸也要仔細調整，帶著鐵鏽味兒的堅持，更是一雙雙注視著我，載滿驕傲的眼睛。

這一切，沒有旗幟、沒有掌聲，只有自己知道。但也正因如此，我慢慢學會了如何與痛苦共存。擲標槍這項運動可以是孤獨，也可以是「自由」的。當我不再需要迎合他人的節奏，就能專注調整自己的呼吸，擁有更多與自己對話的時間。漸漸地，平凡的我開始在身心兩方面都變得強壯。因為我明白：只有經歷徹骨寒冷，才能聞到梅花的撲鼻清香。



## 真正的勝利

直到畢業後，我對運動的熱誠仍不減，選擇入讀了浸會大學的體育及康樂管理文學士（榮譽）學位課程，希望未來從事與體育相關的工作。

回首來路，我深深體會到：**真正讓我變得強大的從來不是那些能輕鬆駕馭之事，而是那些雕琢我、碾煉我、打磨我的種種痛苦，這些痛苦的瞬間提醒着我堅持，使我在逆境中奮起，拿出不怕失敗的勇氣來。**

如果此刻的你也正為著一個未知的結果而奮鬥，**無論如何，也請你相信自己，不要輕言放棄。**或許你有着無人理解的艱辛、無法訴說的疼痛、無處安放的身不由己。但我相信在未來的某刻，你便會知道這一切的意義。**嘗試的結果是成功又好，失敗也罷。要知道真正的輸贏從不在終點的獎牌，而是跌倒後你能否笑著爬起，繼續前進。**當你凝視那些用盡自己全力爭取回來的東西時，無論是一塊獎牌，一張證書，一段旅程，你會發現那些無數個囿於自卑的日日夜夜都將變得渺小，而每個咬緊牙關的分分秒秒都會變得無比宏大。

謹以此文感激每位點亮這段旅程的恩師和伙伴，也勉勵每個在不同賽道上追逐夢想的靈魂。願你們勇敢擁抱生命中的春和景明，謳歌平凡又不凡的每一天，成為屬於自己的驕傲。



「追尋一束光」



BUCM Bachelor of Chinese Medicine  
北京中醫藥大學 · 中醫學學士

# 鄧廣成



## 成功由「誰」定義？

致各位讀者，你們好！

我是鄧廣成，或許是KYD最失敗的學生之一……

小學的故事剛結束，中學的故事剛開始。

路經十萬八千里，聖僧歷難簿分明。

我也曾彷徨過一段時日，慶幸能夠得到名師相助；我也曾無助過一段時日，慶幸能夠得到伯樂賞識。

千里馬常有，而伯樂不常有。

若沒有校長、副校長以及老師的相助，便沒有今日的我。

中一是一切的開始，我從懵懂的小學生，步入了中學的新世界。KYD是土地，而我則是中學的嫩芽，一步步成長，多虧了各位小學老師的悉心栽培。



中三是第一個轉折點，幸得葉老師賞識，第一次參加了全港青年學藝比賽（中文故事創作），便取得亞軍；中四是第二個轉折點，幸得趙老師賞識，第一次參加全港學界室內賽艇比賽便取得季軍（新界地域）。

中五是第三個轉折點，我成為了校園電視台的一員，多虧毛老師慧眼識珠；中六是第四個轉折點，我成為了內地校長推薦計劃的一員，多虧校長慧眼識珠。

中六是一切的結束，我從無知的中學生，步入了大學的新世界。BUCM便是天空，而我則是大學的雛鳥，一步步成長，多虧了各位中學老師的悉心栽培。

過去，我或許是嫩芽，也許是齊天大聖；現在，我或許是雛鳥，也許是鬥戰勝佛。

未來，我或許是孫悟空，也許是一位註冊中醫……



我十分感激中三時遇見吳老師、中五時遇見詹老師、潘老師以及梁老師。

沒有他們就沒有今日的我。

我更是感謝邱校長以及各位副校長，感謝你們願意給予我一個內地校長推薦計劃的名額。

沒有邱校長以及各位副校長，就沒有今日的我。

我十分感激遇見各位老師，更是感謝你們願意給予我一個內地校長推薦計劃的名額。

新竹高於舊竹枝，  
全以老幹為扶持。  
明年再有新生者，  
十丈龍孫繞鳳池。

2018，我希望成為一位東華三院甲寅年總理中學的學生，過去的我依然只是一無所知的小學生，心中懷揣著進入KYD的理想，從小學六年級步入中學一年級，第

一次作為年紀最大的小學生轉變成為年紀最小的中學生。

2025，我希望成為一位北京中醫藥大學的學生。

現在的我依然只是一無所知的中學生，心中懷揣著進入BUCM的理想，從中學六年級步入大學一年級，第二次作為年紀最大的中學生轉變成為年紀最小的大學生。

2032，我希望成為一位註冊中醫……

謹記邱校長、各位副校長以及各位老師的教誨，謹遵父母的教誨。

致各位讀者，你們好！

我是鄧廣成，或許是KYD最失敗的學生之一，也或許是KYD最成功的學生之一。

中學的故事結束了，大學的故事開始了……



# 「我的第一杯人生咖啡」



HKAPA Bachelor of Fine Arts (Honours) in Film and Television  
演藝·電影電視藝術學士



# 張家慧

有人說，夢想如同一杯咖啡，有人愛手沖黑咖的純粹，有人偏愛拿鐵的奶香溫和，它的意義，由個人來定義。要調配一杯好咖啡，從選豆、研磨到水溫與時間的控制，每一步都馬虎不得。夢想亦然。它不是空想，而是需要你的熱情、堅持與計畫。如放涼了，香氣與風味皆會盡失。

我想：夢想最初的模樣，或許就是一粒未經研磨的咖啡豆——質樸、堅硬、毫不起眼，甚至帶著一絲青澀的苦。但在KYD這這片溫暖的沃土上，我品嚐到這杯咖啡的真正滋味。

在中學六年，其中讓我最引以為傲的，便是擔任學校「Dreamland」咖啡室團隊首任CEO的經歷。Dreamland，顧名思義——「追夢的空間」，而我有幸成為它的奠基者與守護者，我的夢想，也從這裡飄香。



Dreamland真的就像我的「孩子」一樣，從無到有，從零到整，每一個角落都是由我們親手搭建。這個飄散著咖啡香氣的夢想空間，完整見證了我的成長軌跡。為了設計出獨特的咖啡拉花，我們反覆試驗；為了打造溫馨的空間氛圍，我們親手製作裝飾品；為了制定合理的營運計劃，我們學習成本計算。在一次次的活動籌備中，我也學會了推廣、策劃、設計等工作。那段日子，我們常常放學後仍留在學校討論至黃昏，有時為了一個創意爭執不下，有時又因一個突破而歡呼雀躍。

我覺得自己是幸運的，能在中學階段就被老師發掘出自己的潛能，並被悉心培養。這種被看見、被信任的感覺使我感到異常溫暖。後來，我們甚至有幸受邀代表學校到香港電台作分享，亦在Dreamland接待各界嘉賓。這些經歷不僅鍛鍊了我解決問題的能力，也讓我學會了待人處事的技巧，更塑造了我樂觀、敢於嘗試的性格。Dreamland給予我無數超越課堂的寶貴經歷，它們如同最燦爛的煙火煙火，點亮了我青春的夜空。當然，我希望在此感謝Miss Lam，是她的慧眼與無條



件的信任，點亮了我心中的火種，讓我有機會在母校盡情綻放自己的特長。

升上高中後，伴隨着我視野的不斷開闊，我逐漸萌生起從事媒體工作的想法。起初，我也曾擔心，學校作為一所Band 1學校，會不會支持這看似與學業無關的夢想？但讓我感動的是，從校長到科任老師，每一位老師都給予我充分的尊重與鼓勵，他們幫我分析行業前景，為我推薦相關的進修書籍與活動，讓我對自己有更深入的了解。正是這份支持，讓我不僅僅能自信地沖泡出一杯好咖啡，更是讓我有勇氣去調配人生的更多可能。

我恍然明白：原來，追夢的空間，從不只是在2樓那間我們親手打造的Dreamland咖啡室，更是KYD這

所學校本身。咖啡室是我實踐夢想的微小縮影，而學校則是我追逐更大夢想的廣闊平臺。

回首六年，KYD於我而言，不僅是一個學習的地方，更是一個被信任、支持與愛緊緊包圍的家園。在這裡，我們與老師以「閨蜜」般的身份相處、與同學一起為彼此的成就歡呼，也一起在低谷中互相打氣。甲寅年教會我的不僅是知識，更是如何成為一個更好的人——一個懂得感恩、敢於擔當、心懷溫暖的人。

原來，那一杯咖啡的溫度，是母校洋溢著的溫暖，更是追夢時的炙熱。在這裡，我們的夢想被耐心地打磨、被熱情地衝調，最終萃取出那一杯每人獨有的香醇。



「進無止境」



HKUST BSc in Risk Management and Business Intelligence  
科大·理學士（風險管理及商業智能學）

# 田俊杰



## 給學弟學妹的話

大家好，我是2025年畢業生田俊杰。回顧在中學的六年時光，這段歲月伴隨著我的淚水與歡笑，是我青春中最無悔的一頁。

我在高中三年全力拼搏，面對重重挑戰和挫折。雖然我常常會想放棄與逃避，但正是在這段崎嶇的路上，我能夠不斷磨礪自我，更有幸結識了一群並肩前行的夥伴。如今回望，我終於真正感受到那份「輕舟已過萬重山」的釋然與豁達。

在此，我衷心感謝甲寅中學老師們的用心教導。我不僅在文憑試的旅遊與款待科考獲5\*\*的佳績，更在經濟科及企業、會計與財務概論科也分別取得了5\*的優異成果。這份殊榮，屬於每一個曾為我的前路點燈的人。老師們的恩情，遠不止於課堂內的傳道授惑。為了我們的成長，你們犧牲個人時間課後補課，精心設計每一堂課，你們總是給予我最及時的建議和最溫暖的支持，能成為您們的學生，是我莫大的幸運。



## 挑戰與成長

若問中學時代最寶貴的財富是什麼，我會毫不猶豫地想起中四、中五時加入學生會、JA學生公司及Dreamland的點點滴滴。當時的我身兼數職，既要應付繁重學業，又要參與各類課外活動，無疑是對時間管理的極大考驗。然而，風雨過後，終見彩虹。經歷完這些活動後，我不單止結識了很多志同道合的朋友，亦培養了我高效管理時間的智慧、順暢溝通的方法與初具雛形的領導力。這些無法在教科書中找到、也難以用分數衡量的能力，卻是最能塑造我們品格的人生課程。我想對大家說：中學正正是探索自己興趣、發掘自己潛能的階段，不要害怕改變和嘗試，多嘗試踏出自己舒適圈，生命的驚喜往往就在前方。也謝謝甲寅，為每一個渴望發光的學生，搭建了如此精彩的舞台。



## 學習與進步

至於在學習法方面，我認為時間管理是高中的重要一課。不是每個人都能連續讀書好幾個小時。所以，我們要學會利用零碎時間：小息時背幾個單詞、午膳後快速完成一項小作業。這些時間雖無法用來解決複雜的課題，但能寫簡單的小題目、背單字或讀筆記。只要我們能妥善規劃，便能將零碎時間「積少成多」，匯聚成可觀的片段。晚上回家後，我們可以先做運動或聽音樂重整狀態，讓頭腦變得清晰為高效學習鋪路。請記住：學習的價值不在時長，而在成效。妥善管理好自己的時間，將使你的每一分努力，在考場上綻放雙倍的光芒。

不過，我亦時常在測驗考試中取得未如自己理想的成績，可收到成績表的那瞬間，**你的成績已成定局，無法改變。與其死在死胡同裏徘徊不前，不如反省並回顧自己的錯**

**誤，檢討考試結果，為下一次的飛躍奠定基石。**

我相信各人都有各自適合的學習方式。這是一段不斷嘗試與摸索的旅程，目的在於更深入地認識自己，從而找到屬於自己的節奏。我們並非要全盤接受所有新方法，而是以開闊的胸襟，接納自己在各方面皆有進步的空間。**對於他人的經驗與「小撇步」，請保持好奇並勇於嘗試，若見成效便內化為己用；若不合適，則不必強行接受—正是這種「擇善而從」的態度，推動我們持續前行。**

學習是一個漫長的旅程，你需要慢慢認識自己，尋找適合自己的方法，方能發掘所長，在所熱愛的領域裡，邁向屬於你的成功。



# 東華三院甲寅年總理中學

## TWGHs Kap Yan Directors' College



📍 地址：新界上水彩園邨

☎ 電話：2672 7395

☎ 傳真：2679 0330

✉ 電郵：mail@twghkyds.edu.hk

🌐 網址：<http://www.twghkyds.edu.hk>

---

Editorial Board:

Editor-in-Chief: Mr. Leung Sai Kit

Other Editor: Mr. Yeung Long Ching, Ms Liu Ka Lee

Photography: Mr. Wong Hi Kwong

Supervisor: Ms. Yau Chun Yin, Ranny (Principal)

Advisor: Ms. Hung Lai Fan (Vice-principal)