



真光女書院 校友會會訊

2020年4月



主席的話

主席 李詠詩

時光飛逝，不經不覺本人出任校友會主席已經六年了，六年間見證著本會所舉辦的各項活動得到很多校友的支持，盛況時現，成果實在令人鼓舞。

今年因應各種突發事件，校友會的活動雖然作出一定的調整，但也無礙各位校友對真光的愛戴，仍能身體力行地支持校友會的恆常活動，如亦師亦友計劃等。本年度活動能夠成功舉辦，實在全賴校方及一眾委員的鼎力支持。

最後，本人謹在此再次感激母校及各執行委員的信任，冀望本會能於未來繼續做好校友會的角色，進一步鞏固校友與校方之間的聯繫，藉此將真光的傳統及文化承傳下去。

校長的話

校長 譚劍虹

這個學年，從九月至今，香港發生了許多無法預測的事情，先有因逃犯條例修訂引起的社會風波，繼有新冠肺炎的爆發，導致學校的正常學習屢屢受到干擾。然而，在這種困境中，真光的同學仍然保持著積極正面的態度去面對學習及成長的挑戰，以回應今年學校的主題 Be Proactive, Be Positive。這段時間，雖然停課，但同學透過老師提供的網上教材及視像課堂，積極努力學習，真的做到停課不停學！

在過去一年，真光的同學在學術成績及課外活動上都取得突破性的佳績。在去年的文憑試中，同學摘星的數目大增，其中中文科更有13.5%的同學取得5**，是全港的13倍！同學們亦不再懼怕中文科的「死亡之卷」！在課外活動上，同學們在一個STEM的比賽上奪得代表香港到美國參賽的資格，但因所需費用不菲，於是向校友們招募經費，在極短時間之內，已收到超過十萬的捐款，讓同學們完成了一次畢生難忘的學習旅程！

感謝校友們不單在經濟上支持學妹，更花時間參與師友計劃，並回校分享妳們的生活經歷，讓學妹們能夠從妳們身上看到如何活出「爾乃世之光」的校訓！在此再一次感謝一眾校友會的幹事們，為推動校友會的會務，不辭勞苦，付出心力與時間，希望各位校友們在未來更積極參與校友會的活動，令真光這個大家庭綻發的光芒，越發輝煌！



亦師亦友計劃2019-2020

校友會積極舉辦亦師亦友計劃，很高興每年都有不少校友鼎力支持，校友會為中五同學個別配對校友作為導師，提供聯絡途徑，解答她們有關升學及就業的疑問，好讓同學通過了解不同校友的經歷，對自己的未來有更清晰的路向。



亦師亦友啟動禮2019年12月14日

啟動禮已於2019年12月14日下午2時至5時於本校禮堂舉行，共150校友及中五學生出席活動。二十多位不同屆別及不同工作範疇的校友回到母校與即將升中六的同學面談，分享讀書及升學心得。



學生分享

5A 王榕

我覺得這個活動很有意義，因為師姐豐富的經驗能給予我方向。而且師姐在詢問我們的目標後，有給一下相關的資料和自己的見解，對我有莫大的幫助。而且有師姐以自己的經歷告訴我們，失敗和挫折並不代表什麼，讓我增加了對未來道路的希望。很感謝師姐們的幫助！

5A 董煦慈

我覺得亦師亦友計劃十分有意義，令我有機會與來自不同職業範疇的師姐交流，瞭解各行業的要求。其中有一名曾擔任記者的師姐向我們講述記者的辛酸之餘，更提醒我們一定要「求真」，在未掌握確鑿的證據前都不要輕易下定論，實在令我獲益良多。除了未來的職業道路外，師姐亦有分享自己的成長經歷，鼓勵我們不要畏懼在校內遇到的挫折，堅持自己的興趣和理想。很感謝師姐的分享，更希望下一次活動能夠安排更多時間讓師妹與師姐交流。

5D 蘇傳恩

通過這次活動，我們可以有機會與分別於不同崗位工作的學姐交流，我對自己的理想職業的了解更上一層樓，也學習到未來在職場上待人處事的重要性。

5D 周芷曦

「亦師亦友」這個活動讓師姐與我們能有機會相識。平日在各行各業的師姐，在那日一同回校，為我們講解不同職業的需求及其工作大概，讓我們對不同工作有了進一步的了解。而一些仍是學生身份的師姐則以過來人的經驗，教導我們增加進入心儀大學的機率。師姐們以自身的經歷為我們提供參考，協助我們制定目標，幫助我們尋找熱衷的職業生涯。十分感激師姐能抽空回校以自身經驗為我們講解求學、求職的重點，希望這能成為我們與師姐建築友誼橋梁的契機，成為彼此無話不談的知心好友。

TLGCAA Scholarship 2018-19

1B	Liang Kit Ying	梁潔瑩
2A	Jade, Hui Ying Tang	湯惠盈
3B	Ho Sze Man	何思蔓
4C	Wong Tszi Wun	王芷媛
5C	Gloria, Chan Suet Ching	陳雪晴
6D	Goretti, Moo-Penn Maria	巫穎欣



校友會獎學金 - 最佳學業進步獎



為鼓勵同學努力學習，校友會為同學設立了最佳學業進步獎，每級一名，得獎者可獲校友會頒發獎學金及獎狀。



真光校
珠穗江連兩地香
理德萬里傳世情
光耀香港代代續

廣州長堤真光中學啟
陳樹光撰文已初夏李偉書

校友訪問

趙慧珊 Aka

2019年4月下旬，適逢趙校友回到母校工作，校友會很榮幸與趙校友做了一個訪問，通過是次訪問，趙校友（下稱Aka）回顧了昔日在母校的點滴、個人職業生涯的起伏，並提及未來的動向。

離開真光多年，Aka最懷念以往在母校時參與的校外活動，除了舞蹈以外，還有跨欄及田徑訓練，校園生活豐富多彩。吳慧婷老師是Aka田徑隊的師姐，她提到Aka非常勤奮認真，那時就讀低年級的Aka比高年級的師姐較早放學，Aka一放學就隨即到場地訓練，即使經常加操，或沒有友伴只得

一人默默訓練也毫無怨言。Aka回想起昔日田徑隊在學界比賽的快樂片段，又想到當年母校的體育設施未必非常完善，她在石屎場地上無數次跌倒受傷，無數次爬起來繼續訓練，記憶猶深。更有一次跌倒受傷，幸得吳師姐安慰陪伴，師姐師妹之間的友誼確實深厚。如今Aka尚有與不少中學同學聯絡，也曾出席一些校友會的聚會，可見她對母校的情懷不變。

談及入行的經歷，Aka指出小時候已經對歌唱事業頗感興趣，只是昔日在校不太放得開，較少展現才藝。後來因為喜愛繪畫，入讀理工大學的平面設計，卻發現平面設計似乎不是自己心儀的職業方向。後來Aka正職擔任有線主播，兼職做港台DJ，然後得唱片公司邀請，組成女子組合Super Girls，成功出道。回想以往的路，Aka認為自己很幸運，因為在有線、港台的工作獲益良多，對現在的事業甚有幫助，例如訪問對答更純熟流暢；昔日在有線甚至做過「狗仔隊」，種種經歷讓她至今與傳媒朋友能夠保持良好的關係。

至於人生的挫折與低潮，Aka想起入行時聽過很多負面聲音，很多責罵與批評，令她不禁自我懷疑，自我否定，甚至深恐會浪費父母對她的栽培，令她陷入低谷。在很多艱難的時刻，幸得父母、朋友的支持，再加上畫畫成為她紓解壓力的方法，更沒想到能夠開畫展，讓大家更了解Aka的不同面貌。

在2019年Aka單飛發展，談及機會與挑戰，Aka謂現在要更留意個人的衣著及談吐，例如以往訪問可能有隊員補位、接話，現在只能靠自己，不過慶幸以往DJ的訓練幫了她不少。

最後如果要送一句話給師妹，Aka認為當師妹踏出社會，會發現「真光」這個品牌頗受認同。Aka希望師妹努力讀書，發揚「爾乃世之光」的精神。



劉詠賢

記者：5A 王榕、5D 周芷曦

中學是我們人生中極為重要的階段，它帶領我們向昔日的稚氣揮手告別；引領我們向未來的夢想擁抱歡呼。那段記憶我們會銘記於心——

爭分奪秒地與遲到鈴聲賽跑、強打精神地支撐著腦袋上課、如夢方醒地被老師叫起來回答問題……日復一日，大同小異，但我們卻找得出那點細微的差異，將一點一滴都融於生活。初時，我們懵懂無知地小心推開校門，終時，我們意氣風發地悄然關上。中學生涯在我們的人生中書寫了濃墨重彩的一筆，那一幕幕溫馨的畫面都被我們用鐵門鎖在心房，等待著下一次相遇時共同回顧。

師姐——劉詠賢，是沛公甜品的創始人之一。讀新聞系出身的她，畢業從事相關工作，但隨著時間流逝，漸覺得找不到剛入職的那股壯志凌雲，在一份份的稿件中，力不從心。她大可若無其事，繼續在原本的崗位用中規中矩的稿件來維持這份穩定的工作。但她勇於挑戰自己，不甘平庸，果斷地跳出舒適圈，在自己沒有接觸過的餐飲業一步步地去鑽研、打造出獨屬於她的甜蜜王國。

萬事開頭難，她為了能給顧客留下深刻印象，選用熒光綠來打造店面，作為其代表色，成為晦暗、樸素街道上那抹最獨一無二、光彩奪目的一道風景。輕鬆地吸引每日路過的行人來光臨。從外表上就先聲奪人，再以食物套住客人的胃，從此拜倒在款式各異的甜品裙下，無法逃離。沛公更是取其「起義」的含義，沛公劉邦在沛縣起義成功，農民出生的他成功成為漢朝開國皇帝。她定是寄寓自家甜品店能像沛公起義般，捷足先登、成績斐然。碰巧，她的丈夫曹捷沛亦常被人稱呼為沛公，

故促使她以此命名甜品店，既暗藏為其未來發展的期許，亦隱藏夫婦二人之間伉儷情深之意。

她成功打造沛公甜品這個品牌的秘訣在於會因應市場的需求而自我調節。2008年，她開始構思、經營這家甜品店，那時，本地傳統的甜品店主打產品不外乎涼粉、糖水等，她嘗試去挖掘更多的可能性，找到未被人發現的元素——榴蓮、芒果等新鮮口味。



這成為了沛公甜品與其他店鋪不同的閃光點，亦率領同行探索其獨特的味蕾享受。就算在今日，榴蓮與芒果口味爆火的時代，他們仍能保留傳統的主打產品之餘，再發掘市場空間，推出創新的產品，如每一款都暗含故事的蛋糕都成了推動店鋪知名度的利器。

他們用心研發，將周邊故事藏匿其中，將他們的喜悅、快樂等觀感傳遞給不同的人，希望顧客亦能享受到那份怡悅、歡愉。比起靜待佳音，他們更傾向主動出擊，不被長期租鋪面的合同局限，開啟一家家快閃店，在不同區展現其身影，主動、積極地把自己介紹給食客認識。如此把握良機，又用快閃店在不同區域出現達致宣傳效用，果真用心良苦。

在籌辦過程中，她與丈夫幾經艱辛如資金、請人等問題，但這些都靠她在求學生涯時養成的性格特徵，得以迎刃而解。師姐認為，在真光的求學生涯，她的性情都有所變化，這亦促使了她往後的成功。讀女校的我們會傾向於自食其力，每個人都不會畏於承擔責任，不會因為任務艱辛而退卻。這使我們養成了獨立自主的處事態度，我們不會盲目期待有人能幫我們解決疑難雜症，不會低估或高看自己的能力。因應這自身才幹來制定目標，使其更具可行性，而我們不矯揉造作，使我們能有堅持不懈的韌勁，令我們能越走越遠，離夢想越來越近。

在此，師姐希望能以自身的經歷來鼓勵大家，希望大家能趁年輕時，找到自己想發展的方向，並以此為終點地去努力。只要有興趣，就多去嘗試，成功了固然好，繼續保持；失敗了亦可引以為鑒，作為下次嘗試的參考。只有多嘗試，你才能發現自己真正喜歡的東西，自己願為此付出一切的東西。人生這場戲，導演是你，製片人是你，連演員亦是你，事無巨細皆要自己多加留心，故此大可順應本心，拍攝出獨一無二的電影，就算拍到一半，靈感乾枯，亦可卷土重來。畢竟人生漫漫，我們有大把的時光去拍攝這個作品。



方榮深副校長今學年將榮休，不論同事、舊生、學生皆覺惋惜又不捨。校友會有幸邀得方副校做一次筆訪，在離別依依之際，好讓我們能回顧方副校的教學路和知悉他未來的動向。



學生們為方副校慶生留影

1. 在真光三十多年，有甚麼難忘或讓您感動的回憶？

三十多年細水長流，絲絲點點滴滴，不僅只是回憶，而且也是埋於心內我最珍重的寶藏。在我的人生塑造裡，它們舉足輕重，這包括來自學生花上心思給我突如其来慶祝生日的驚喜、以及雖聽著我五音不全歌興大發仍能強忍著笑送我的澎湃掌聲、還有那些慈悲為懷毫不吝嗇寫於聖誕咭或是紀念紙讚美我的說話……等等。

重拾過去和學生共同走過的足跡，發現原來師生之間也曾天南地北的無所不談，例如一起發掘香港流行文化的一塊瑰寶 - Cantopop。有學生因此給同學出賣，踢爆她喜歡謝霆鋒；也有學生向我推介黃耀明，說他的唱腔磁性獨特迷人。而投我所好者更跟我講足球。當女孩子們都一窩蜂地迷戀著碧鹹的時候，竟有學生排眾而出，說她跟我一樣喜歡巴治奧，令我驚為天人。說到電影戲劇，這的一張相片所留下的光與影，或許可值一談。

那是1997-1998年度校內「五餅二魚」慈善籌款活動的一次戲劇餘興表演。當時風靡全球俘虜了無數少女的心的電影《鐵達尼號》方興未艾，而我竟然獲得主事學生的青睞，一番美意的邀請我飾演阿Jack這傾倒眾生的角色，讓我重新演繹You jump I jump這經典一幕。受到學生這般錯愛，我自然滿心歡喜，於是當仁不讓，只覺義不容辭。我在真光的悠悠歲月裡，彷彿祇此剎那，最是完美。

也有些感動時刻，是來自家長的，尤其是在學生提心吊膽的家長日。除了間有家長偶一不慎洩露了一些少女心事，說女兒喜歡有我這樣的一個老師外；也有家長可能平日聽見女兒說起過我，見了我便十分客氣的說很榮幸認識了我。我這一介布衣，自然愧不敢當，惟有一臉赧然！

同事間的並肩同行互相扶持，更如清泉暖流，不斷替我加油。曾經有次當我接待家教會會員大會講座的演講嘉賓的時候，那講者見了我便說：「你的文章寫得很好的，是嗎？」我好奇地問這印象是怎樣來的，便聽見她接著解釋：「剛才你的同事說的，他說你是個才子，中英兼善啊！」原來，我雖不才，不但沒受同事嫌棄，還惹來他們慷慨的美言，心中不無感動。

這裡我揀選了另一幀舊照，攝影師是當時的學校社工Cora姑娘。那時候，她給了我一些照片，附帶著一紙字條，她在裡面這麼寫著：「Mr. Fong，目睹同學們對你的愛戴，作為旁觀者的我也深受感動，特將這些片段留下，送給你們。」那天，她在走廊經過，看見學生們給我慶生，興之所至，便拍下了幾張照片。當時的我並不知情，知悉之後，祇有無言感激。

2. 您認為過往三十多年不同時代的學生有甚麼不同之處？

誠心而論，不同年代的真光學生並沒甚麼大不同，彼此都是「真光珠」，溫婉、明麗、秀外慧中、一脈相承。

也許有人會說，以往的學生較多的靜如處子，近年則以動若脫兔的居多。又或者說當年的師姐含蓄內斂，如今的師妹活潑外向。而我卻只會這樣的想，多年以來，真光學生克己復禮、正心修身、勤於學而敏於事、積極奮進，立己立人的本質從沒改變，變的可能只是世道、或是那既急且多的風潮。但因著那始終不變的氣質，真光學生因時制宜，不論是甚麼年代，面對著怎樣的挑戰，總會見到有人站在前驅、有人身處後援；有人蠢蠢欲動、有人默



1997-1998年度校內「五餅二魚」慈善籌款活動戲劇餘興表演

默耕耘；既有學遍唐虞者、也有木蘭紅玉成就匡時偉業。真光代有人才出，或腹有詩書、或濟世為懷，各領風騷。

於我個人而言，今時往日的學生可能真的有些分別，隨著我的年紀愈大，她們與我的距離也愈拉愈遠。以前她們暗地裡叫我 Mr. Frog，或者是「麵包超人」，現在應該是「方叔」吧！

3. 過去面對最大的挑戰是甚麼？有甚麼信念讓你不能改初衷，迎難而上？

教師這角色愈趨多功能化，所遇上的挑戰便更加的來自四面八方，或大或小，無日無之。若要說最大的挑戰，我會挑那在腦海裡即時浮現的來說。

時光倒流至二零零六年初，那劃時代而平地一聲雷的學校新翼，即將於五月初舉行的三十三年校慶典禮中正式落成啟用，而當中的盛事，包括為新翼碑文揭幕。當時滿腦子鴻圖偉略獨具慧眼的杜耀君校長，竟將那撰寫碑文的歷史重任託付給我，真的叫我受驚若寵，心又喜時心又慌。我雖略通文墨，但與神聖的碑文從沒沾上邊兒，不知從何寫起！終日苦思無法，卻於偶然間靈機一觸，發覺若從最具真光特色的校歌著手，取其曲譜創作碑文，豈不美哉！心意已決，在接下來的兩個多月裡，家裡的人便見著我茶飯不思焚膏繼晷，聽著我英文校歌日夜曲不離口。最後，那可供唱詠中英文版各一的新翼碑文終於寫成了，而當時我那十歲大的幼子耳濡目染，唱起真光英文校歌起來，比他的老爹還要滾瓜爛熟！

至於學校層面的最大挑戰，則非本學年全年莫屬了！在我這退休之年，上半年社會運動、下半年全民抗疫，都使人禁不住有些聯想，比擬上半年尤如二零一四甚至一九八九、下半年則仿似二零零三崔護重來。但無論是學校的救急應變、老師的竭心盡力、學生的躁動不安、家長的擔憂掛慮，掩映在課業的或罷或停、病毒的若隱若現的陰影底下，都來得比過去牽涉更廣影響更深。彼此心力交瘁之餘，還得想方設法，拯救及彌補學生再三嚴重受阻的學習進度於萬一。

蘇格拉底嘗說：「未經審驗的生命並不值得活下來。」(The unexamined life is not worth living.)其實，人生每遇一次挑戰，便碰上一個機緣、或是一次試煉，讓你艱險奮進化危為機，也讓你檢視你的實力、信念，看看自己是否與真理同行。或許，就是這樣對於止於至善的念念不忘，讓我雖困乏，仍兀自多情。

4. 要是用一首詩、一句話或者一個詞語來總結三十多年的教學生涯，會是甚麼？

三十多年的教學生涯，由一片混沌不著邊際吟風弄月空談理想，走到兩鬢斑白不務正業筋疲力竭心如止水，這種望盡天涯路、除卻巫山不是雲的心境，讓我想起蘇東坡家傳戶曉的「回首向來蕭瑟處，歸去，也無風雨也無晴。」而且更加喜歡辛棄疾《醜奴兒》這詞。他說：

少年不識愁滋味，愛上層樓，愛上層樓，為賦新詩強說愁。

而今識盡愁滋味，欲說還休，欲說還休，卻道天涼好個秋。

與真光數十寒暑朝夕相對，如今卻要若即若離，怎麼說總是萬分不捨，真的希望能夠學會「看破、放下、自在」這種不如歸去的灑脫、瀟灑。

半生孺子牛，回望前塵，還是小思老師於2002年4月19日，在中文大學教她的最後一課時所說的一句話，最上心頭：「我昨晚一夜未眠，因為我真的好喜歡教書。」

5. 未來的退休生活有甚麼計劃？

我並沒有甚麼具體的退休計劃，祇覺日後的時間既然全屬自我操縱，便會任意的寄情於山水、忘形於文字和影像所建構的那無窮的穹蒼裡。當然，我也希望能一圓好夢，寫一本書，或到酋長球場看一場阿仙奴華麗而浪漫的足球賽事，便於願足矣！

6. 您對真光學生或舊生有甚麼寄語？

臨別依依，寄語校友學生，無論是對自己或是對真光，都要「莫失莫忘」，要活出真我、也要掛念真光。除此以外，假若妳還會記得，在妳的成長路上，曾經有我這樣的一個人，輕提著燈，為妳推開過一扇門、或是打開過一葉窗，便最好不過。

方副校做事竭盡全力，對教學滿懷熱誠，在上述的文稿確實可見一斑。方副校一生桃李滿門，除了在教學、行政工作為真光為教育作出很多貢獻外，也留下很多詩文、對聯，歌藝才華也讓一眾學生喜愛不已。盼未來在校友會Homecoming Day、真光周年晚宴還可「追星」，能夠和方副校敘舊合照。校友會謹在此祝願方副校退休生活愉快，身體健康！

校友會紀念品

售賣紀念品時間及地點：

時間：星期一至五 ~ 09:00-17:00

星期六 ~ 09:00 - 13:00
(公眾假期休息)

地點：一樓校務處



真光妹貼紙及文件夾 真光校服造型筆記簿

HK\$15.00

HK\$20.00一本

(A4 size 白紙)

活動預告

方榮深副校長榮休歡送會

活動的時間、日期及形式，將稍後於學校網頁公佈



聚沙成塔

校友會一直以來舉辦活動和編印刊物，除了學校、顧問老師和校友會幹事的努力外，還需要妳們的鼎力支持。無論捐款多少，妳們的慷慨解囊都有助校友會舉辦更多的活動及提供獎學金以助家境困難的師妹升學。

校友會於13年始設立校友會獎學金，
嘉許全年最佳進步之學生（每級一名）。

捐款方法：

請於辦工時間致電2385 1491與校務處陳小姐聯絡。



facebook 專頁

真光校友會於2012年正式成立 **TLGC Alumni Association Facebook 專頁**

(<http://www.facebook.com/TLGCAA>)，請各校友在

Facebook 專頁「按讚 」，以便接收校友會最新的資訊。謝謝！



聯絡方法



我們期待於下一次的活動中與妳們相聚！

如果妳尚未成為我們的一分子，我們現在誠意邀請妳加入校友會。如對我們的活動有任何疑問，或個人通訊方法有更改，可用以下途徑聯絡我們的職員：

電郵：tlgcaa@gmail.com

WhatsApp：9267 1986

電話：2385 1491

傳真：2782 5300

Facebook：<http://www.facebook.com/TLGCAA>

