

有一種驕傲，叫作「我們」

這份屬於「我們」的驕傲，從不止於獎牌與證書。更讓我們深感自豪的，是校園裡每一位同學的良好表現，整齊的服裝、得體的儀表，彰顯著陳中學子的規矩與教養；是課堂之上專注聽講、勤於思考的學習狀態，是自習時安靜專心、互助共勉的濃厚學風，是師生相處間的彬彬有禮、同儕相處中的團結友善。



站在三月的春光裡，回望近月校園的點滴精彩，心中滿是溫暖與驕傲。

這份驕傲，不僅來自體育賽場、藝術舞台、學術賽事上的連連捷報，更源於每一位陳中人始終秉持的禮儀修養、得體儀容與求真向學的端正態度；源於我們同心同德的團結、全力以赴的付出；更源於校園裏各項多元活動的精彩開展，每一位陳中人都屬於自己的舞台上，努力綻放光芒。

近月來，陳中學子在各個領域綻放光彩，完美詮釋了陳中人「讀得又玩得」、「Play Hard, Work Hard」的精神。體育賽場上，何柏勤同學在全港單車賽斬獲佳績，體球隊、田徑隊、手球隊、太極隊在各項賽事中摘金奪銀，獅藝班勇奪金獎。特別是手球隊雖在決賽中惜敗，卻憑藉全場拼盡全力的頑強拿下亞軍，隊員們帶傷堅持、助威團現場吶喊，師生同心的畫面，成為陳中最動人的風景；藝術舞台上，舞蹈隊首度征戰便獲區賽銀獎，更在學校舞蹈節拿下甲等獎；學術領域中，陳建豆同學刷新國際生物奧林匹克校內紀錄，行程設計比賽團隊從五百份作品中脫穎而出獲優異獎；

更有中二、三級 32 位同學參與「多元智能挑戰營」學成歸來，5 日 4 夜於消防及救護訓練學院接受高強度的領導訓練，過程雖艱辛，卻在磨練中收穫成長、鍛煉能力，這份堅持與突破，恰是陳中精神的最好體現。

更為可喜的是，學校十多年來首次復辦新春年宵攤位活動，同學們組隊策劃、分工協作，在實踐中磨練商業思維、鍛煉溝通能力，讓校園的多元發展更添亮色。每一份佳績、每一次嘗試的背後，是同學們課後刻苦訓練、用心籌劃的堅持，更是課堂上專心向學、認真求進的積累，玩時全力以赴，學時專心致志，這便是陳中學子最亮眼的樣子。

而這份屬於「我們」的驕傲，從不止於獎牌與證書。更讓我們深感自豪的，是校園裡每一位同學的良好表現，整齊的服裝、得體的儀表，彰顯著陳中學子的規矩與教養；是課堂之上專注聽講、勤於思考的學習狀態，是自習時安靜專心、互助共勉的濃厚學風，是師生相處間的彬彬有禮、同儕相處中的團結友善。這些日常的點滴細節，是陳中育人的底色，更是我們身為陳中人的驕傲。



或許，校園中仍有極少數同學，時常自我質疑、妄自菲薄，甚至難以相信學校能助力自身成長提升，更甚者還會對學校的發展心存質疑、加以否定。殊不知，**自我否定是成長路上最大的絆腳石，它會消磨你的勇氣，阻礙你的嘗試，讓你在機會來臨時猶豫退縮。**古往今來，凡能成大事、被團隊與歷史認可的人，從無一人是因自我否定而立身；劉邦雖出身平凡，屢經戰敗、身陷困境，卻從未否定自身，更始終相信團隊的力量，知人善任、堅持向前，最終凝聚韓信、蕭何諸賢力成就大業；反之，若遇事便質疑自己、否定自身能力，既看不見內在的潛能，更會讓身邊的夥伴難以建立信任，終究無法成為被團隊認同的一份子，也只能與身邊的機會擦肩而過。這便是最好的證明——自我否定，從來都是成長與團結路上最大的絆腳石。



同學們，你們正處在最寶貴的青春年華，能在陳中，我們擁有多元的平台、老師的引導、同儕的陪伴，有機會盡情探索、發展自身潛能，這本就是最幸福的事。



學校為你們搭建的每一個舞台，開展的每一項活動，都是為了讓你們看見更好的自己；老師們的每一次指導、每一句鼓勵，都是為了助你們突破自我、實現成長。



這一切的美好，離不開全體師生的同心同行。感謝各位老師的傾力付出，課堂上悉心教導，課後為各類賽事、活動、商業計劃及領袖訓練營傾心指導，在學生遇挫時鼓勵，在進步時欣慰，用專業與愛心為學子成長護航；也為每一位敢於嘗試、堅持突破的同學點讚，你們守禮知規、認真向學，敢於拼搏、善於合作，在屬於自己的舞台上閃耀光芒。正是因為有了每一位陳中人的付出與堅持，有了我們彼此的包容與扶持，才有了今日充滿朝氣、滿足榮光的陳中，才有了「我們」共同的驕傲。



同學們、老師們，「Play Hard, Work Hard」從來不應是口號，而應是每一位陳中人的行動準則；身為陳中人的驕傲，也從來不是單獨的個體成就，而是我們彼此成就的溫暖與力量。願那些仍在質疑自己的同學，能放下自我否定，勇敢看見自身的潛能，抓住學校給予的每一個機會，大膽嘗試、勇敢突破；願我們每一位陳中人，都繼續保持良好的校園風貌與端正的學習態度，秉持「讀得又玩得」的精神，學時專心、拼時盡力；**願我們繼續守護這份團結，師生同心、同儕相惜，以每一個「我」的努力，成就更好的「我們」。**



有一種驕傲，叫作我們是陳中人。願我們攜手並進，以更飽滿的熱情、更堅定的信念，在學習與成長的道路上繼續奮進，讓這份陳中驕傲，在每一個日常、每一次挑戰中，綻放更耀眼的光芒！



第五學校 妙法寺內可
陳呂重德紀念中學
The YUI MUI FONG NUI MING CHAN LAI CHANG TAK MEMORIAL COLLEGE

黃建豪校長

2026年3月