



沙巴崇正中學  
Sabah Tshung Tsin  
Secondary School



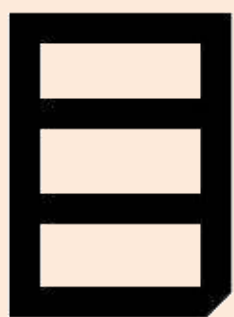
第 4 5 期  
崇正校訊

出版日期

二零二一年 七月

「 自強不息

止于至善」



## 校园大事迹

2021 年线上开学典礼 01

2020 年大专院校奖学金 02-03

## 人文活动

2020 年线上成年礼 09

2020 年毕业典礼 10-11

## 校外赛事

台湾东海大学线上科学营 16

陈景润杯数学比赛 17

荣誉榜 18

## 校讯社作品

## 学生作文集

## #老师的话

## 金榜题名

04-05 2020 年高、初中统考成绩

06-08 2020 年马来西亚教育文凭成绩

## 校内赛事

12 校内三语演讲比赛

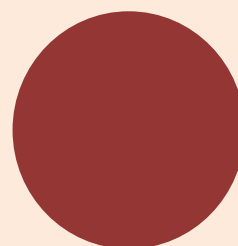
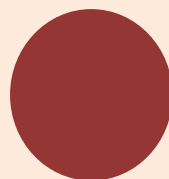
13-14 校内硬笔书法比赛

15 English Handwriting Contest

19-20

21-22

23-25



# 2021

## 1月23日

# 开学典礼



➤ 校长郑展兴博士致辞



➤ 董事长拿督杨菊明致辞



➤ 线上师生合照

资料整理:胡欣怡, 罗詠芊

(崇正 1 月 23 日讯)在疫情肆虐的情况下,我们历经了一个非比寻常的 2020 年,迎来了前所未有的种种挑战。无论是防疫、网络教学、取消的 PT3 考试、延期的统考及 SPM、线上考试又或是休業典礼等等。

全校师生约有 2800 人在线上一同见证这场线上开学典礼。在全体师生唱完国歌和州歌后,就是校长郑展兴博士的致辞时间。言辞中,郑校长提到,在踏入 2021 年之前,我们须整装待发,检讨自己究竟在这一年里学会了什么,无论是我们所经历的还是他人的经历等,不管是成功还是失败,都须铭记于心,才能够在 2021 新的学年里,朝更好的方向打拼及前进。正如校长说的:“天行健,君子以自强不息”。意即维持创新和开放的视野,才可以探索及克服更多,让自己能力不断提升,发挥我们的最大极限,做的最好。



此外,也必须拥有自我反思的能力,看见自己的不足,透过不断改进,进步中求进步,自强不息!

本校董事长拿督杨菊明在致辞中表示,在过去的一年中,虽然生活得很艰辛,但是他坚信崇正人将奋斗且永不歇息,在 2021 年创下佳绩,并希望逾 516 位的初一新生早日适应崇正舒适良好的学习环境,积极向上、努力学习,成为学业、品德、联课活动好的三好学生。另外,拿督也提到原定于 2020 年 7 月 18 日举行盛大的五禧庆典,在确诊病例起伏不定的情况下,迫不得已延期。董事长承诺,若今年的疫情好转,校方将考虑补办五禧庆典。

最后,校歌响起,开学典礼礼成。满怀着欢悦之情,我们开启了我们的新学期。新的一年,让我们一起探索及克服新的挑战。

# Back To School

资料整理：林秀美、徐芯尧

(崇正5月13日讯)在这饱受疫情笼罩的2020年,本校陆续接获奖学金喜讯。目前,本校总共有31位学生获得政府、海内外大学奖学金:本校6位同学获得沙巴州政府奖学金;6位同学获得本地大学奖学金;留学中国奖学金的有13位,留学台湾奖学金的有6位,其中两位更是高三应届毕业生。



# 2020年大专院校奖学金★

谢芷娴、萧琬殷、孙洁詠、郑依琦、黄新婷

- 获沙巴基金局 SPM 卓越成绩奖学金。

苏伟纶

- 在泰莱大学就读计算机科学获得卓越奖。

张智柔

- 获州政府提供四年的奖学金到澳洲新南威尔士大学攻读精算系。

邓雨璇, 赖星萦

- 在莫纳什大学就读理科科系的邓雨璇和就读会计与金融的赖星萦双双荣获杰出成就奖。

马正耀

- 获得我国国油大学机械工程系提供马币15万的五年奖学金,每月还享有1200令吉的生活费津贴、1000令吉的购买书籍费用及为国油服务5年的工作机会。



## 沙巴崇正中學 二零二零年大专院校獎學金得主



### 林芫安

- 获得运动奖学金。

### 周舫

- 获得高雄义守大学数位多媒体设计系第1年学杂费全免奖学金。

### 邹嘉慕

- 获得国立政治大学心理学系四年学杂费全免。（半额奖学金）

### 洪仪美

- 获黎明技术学院观光管理系第1年学杂费全免奖学金。

### 梁琰凌

- 获台南中华医事科技大学第1年学杂费全免奖学金。

### 邬佳珉

- 系因丰富的领导经验，因此荣获2020年独中生“领导力”奖学金。

### 叶呈诣

- 获国立东华大学音乐学系4年学杂费全免奖学金（校长推荐奖学金）。

### 李虹

- 获得中国浙江工商大学影视摄影与制作第一年半免奖学金。

### 陈瑁娟，林佳璇

- 在中国清华大学就读经济、金融与管理类的陈瑁娟获得优秀本科国际新生一等奖学金，第一年学费减免RMB26000；就读人文与社会科类的林佳璇则荣获部分新生奖学金RMB10000。

### 李政隆、叶柯吟、谭秋琦、蔡汶轩

- 就读中国浙江传媒学院修读影视摄影与制作的李政隆、叶柯吟和谭秋琦，修读播音与主持艺术的蔡昱琪，和修读广播电视编导陈奕获得2020-2021浙江传媒学院国际学生B类奖学金；而修读影视摄影与制作的蔡汶轩则荣获2020-2021浙江省政府奖学金B类。

### 吴怡萱，周瑜霖，庞婉晴，谭靖

- 就读中国暨南大学的吴怡萱；就读上海交通大学金融科技系的周瑜霖；就读《师资培训课程》华文教育学系的庞婉晴和则获得中国暨南大学的师培专案奖学金荣获中国驻哥打基纳巴卢总领事馆赴华留学奖学金。

### 李思钰

- 将入读国立台湾大学农业化学系的她获得四年学杂费全免及每月生活补助费TWD6000。



# 2020年高、初中统考成绩

(崇正 2 月 27 日讯)2020 年度高初中统考,已于去年 12 月 22 日至 29 日圆满举行,本校成绩亦于日前出炉,在超过半年时间皆在上网课的情形下,高初中的表现却逆势成长,整体及格率比起去年均有提升,成绩亮眼。

本校高中个人方面,李美懿同学考获 7 科全 A 的佳绩,她考获 7A,2B 成为本年度的状元。同时考获 7A 的同学有 2 位,考获 5A 的同学 3 位,考获 4A 的同学 6 位,考获 3A 的同学 9 位。

## 高中组:



7A 李美懿



7A 吴敬欢



7A 刘哲铭



7A 华景弘



5A 陈樟涵



5A 杨岢霓



4A 黎嘉俊



4A 陈欣仪



4A 徐文豪



4A 朱侠逸



4A 曾衡嘉



4A 涂漫妮



初中组个人表现特出的有考获 7A 的同学 9 位;6A 的有 5 位,5A 的有 12 位,考获 4A 的同学有 32 位,考获 3A 的同学有 26 位。董事长拿督杨菊明代表全体董事,感谢老师们的尽心教导之余,亦要感谢全体主任及教职员,在考试前及考试期间所做的防疫抗疫准备,让大家在安全无虞的环境下完成考试。郑展兴校长则在恭喜成绩优异的考生之外,同时肯定同学在这疫情期间,返校应考时遵守校园防疫守则。此外,校长勉励在籍高一学生继续努力也祝福高三毕业生前程锦绣。

## 初中组:



7A 孫騫



7A 郑嘉齐



7A 陈鈿媗



7A 林雅琪



7A 林宁熙



7A 黄咏琪



7A 苏家恺



7A 蔡岳秦



7A 谢秉辰



6A 梁嘉颐



6A 林升杰



6A 邓绣年



6A 吴礼浩



6A 彭思阳



5A 林亭霓



5A 吴莘妤



5A 陈凯柔



5A 何文淳



5A 董芯宜



5A 许敬恒



5A 郑浩文



5A 张芷绮



5A 许嘉琰



5A 李卉盈

5A  
许  
瑜  
殷



5A  
黄  
学  
文



# 2020年马来西亚教育文凭 (SPM) 成绩

(崇正 6 月 10 日讯) 本校在今年 SPM 成绩更上一层楼, 总及格率为 98.06%, 平均积分 GPS 为 4.28 分, 比全国的 4.80 分表现得更好。118 位或 28.6% 的学生考获 5A 或以上, 15 人考获全科 A, 成绩亮眼。

本校董事长拿督杨菊明在获悉成绩表现后恭喜大家, 也感谢老师们的用心教导, 也感谢同学在返校应考时遵守校园防疫守则, 合作精神可嘉, 自律就是成功的第一步。

校长郑展兴博士也借此想要勉励同学们, 在疫情肆虐, 导致 2020 年里有长达半年以上的时间都被迫居家网课的种种限制下, 在这次考试仍能突破重围, 考获佳绩, 实属不易, 可见有志者事竟成绝不是空谈。校长也同时感谢家长每时每刻的监督以及对孩子的悉心栽培。



以下为考获 11A 的学生:



谢芷草

蔡舒骐

杨凯翔

罗瑄嫻

吴子菁

马嘉倩

黄悦恩

以下为考获 10A 的学生:



林怡文

冯依婷

黄惠雯

符鸿证

郭恺欣

陈沛南

张可欣

严可立

郭浩彭



谢乙恩

吴敬轩

*Congratulations!*



以下为考获9A的学生:



高嘉敏 周筱殷 蔡俊溢 林仅思 黄祖儿 颜亦暄 张嘉芯 郭以诺 杨温妮



陈家宏 刘咏婷 朱婷婷 董思伟 可晶 岑佳恩



以下为考获8A的学生:



陈忆游 邓凯文 骆子茜 傅靖倪 蔡雯慧 吴旭阳 张杰 吴家圆 周浦栋



张千晶 余琼仪 张皓 张欣怡 关峻阳 邝家欣 秦晓娴 翁佩茹 黄慧颖

以下为考获7A的学生:



王程刊 郑浩怡 叶尚霖 杨振兴 郑凯玟 侯慈恩 郑家仪 洪汉理 陈竞



杰迪 邓凯源 钱乐瑶 黄瑾瑄 萨曼莎 沙辉 陈如意 邬腾庆 许益斌



黄稚善 陈成立 林思琦 黄绣纹 蔡欣慈 沈俊易



以下为考获 6A 的学生：



李子逸 叶恒伟 张杰 蔡汶俊 吴汶蔚 萧嘉盈 龙欣怡 史蒂芬妮 刘珈绮 林维蕴



梅肯森 陈嘉欣 郑美恩 吴维羚 张芊慧 涂馨允 曾彩琳 成兆 李盈彤 江启莹



江佳纹 李思杏 杨詠淇

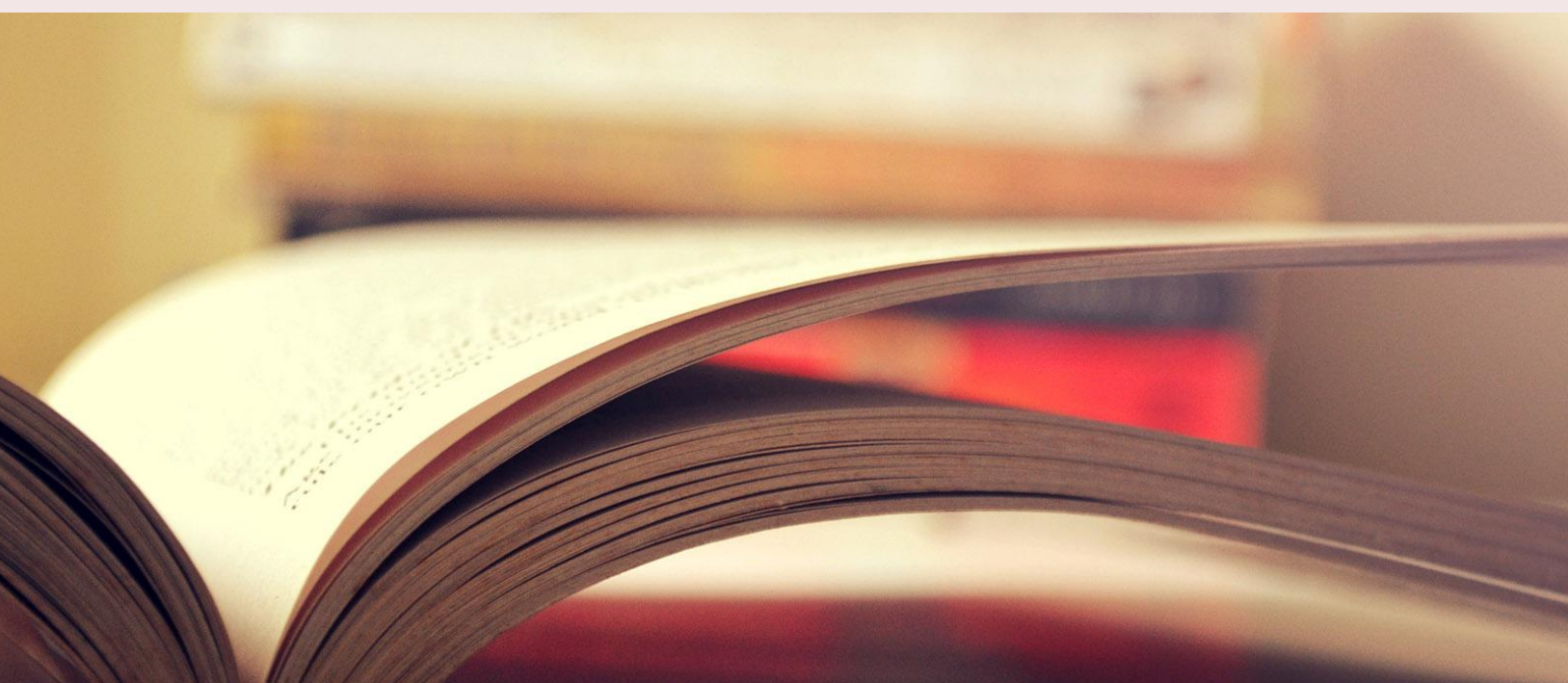


以下为考获 5A 的学生：

陈慧慧 房秀芸 廖文健 李咏琪 罗文乐 黄慈恩 孙宇万 陈净莹 珂丽思特 李谦  
江启宁 江明恒 刘怡汇 吴祖仪 游依雯 郑建聪 马廷蔚 陈虹瑜 林其成 李秀凤

以下为各科及格率：

国文	英文	科学	英文文学	美术	科技英文	中国文学	圣经知识	旁遮普文	物理
100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	99%
化学及生物	历史	数学	华文	道德教育	回教教育	簿记	地理	高级数学	经济
99%	98%	98%	97%	95%	88%	83%	72%	64%	65%





# 2020年线上成年礼

资料整理：陈如意、陈佩凤

(崇正 2020 年 11 月 21 日讯) 本校于 2020 年 11 月 19 日为全体高三毕业生举办了线上成年礼。由于成年礼是本校历年来的传统, 本校不会因疫情的影响而浇灭了本校的热情与执着。成年礼见证了孩子们在父母的陪同下健康成长, 看到孩子们在六年里的蜕变过程, 并送上最真诚的祝福。成年礼意味着 18 岁的同学长大成人了, 也以这样的方式来告诫同学们从今日起就要为自己的人生和未来的道路努力且负责任了。

此外, 透过成年礼让同学们意识到父母的重要性, 并给予高三同学一个机会, 感谢父母这 18 年来的养育之恩, 懂得感恩身边默默支持、鼓励和关怀他们的父母, 而不是与父母亲之间的关系渐行渐远。

由于疫情关系, 本校无法邀请全体高三同学与各自父母亲在大礼堂举行成年礼, 但线上成年礼, 同学们依然有父母陪在身边。虽然没有往年的跨门槛, 成年结与成年护照, 但敬茶仪式仍旧透过线上方式进行。

在感恩父母的包容和爱护, 给父母敬上一杯茶, 高三同学们对父母鞠躬, 一句: “感谢父母, 给予我生命; 给我一个温暖的家、一个栖息的地方、一个坚实而温馨的避风港。” 成年礼在漫漫的感恩中画上句点。

## ➤ 各班老师和代表致词





本校在沙巴州政府的批准下，安排 163 位高三毕业生于 12 月 12 日及 13 日，分班抵达学校。毕业生从董事长拿督杨菊明、署理董事长张纪煌先生、校长郑展兴博士手中领取毕业证书。此外，毕业典礼当天亦有 9 位毕业生领取学长服务证书。

本校得到爱护崇正，关心华教的社会人士的支持，让本校短期复课期间，做了许多历史性的第一次，包括防疫手册出版成册，成为全州的典范；筹募二手电脑给有需要的同学、爱心巧克力助学金募集计划等，这一系列的活动都展现了崇正一家亲的精神。高三毕业生们在崇正的最后一年，与本校经历了许多有史以来的第一次，董事长拿督杨菊明也希望毕业生们离开校园后能带着这些经验，踏上属于自己的人生新旅程。

郑展兴校长表示，今年本校虽无法举行全校实体的毕业典礼，但本校还是想方设法让毕业生们能亲自于校方手中领取毕业证书，为自己的高中生活画个完美的落幕，本校的创举也获得沙巴州州政府及州教育局的鼎力支持。

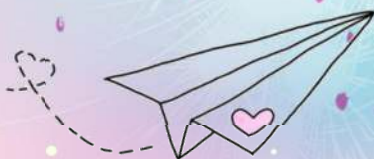
郑校长在致辞中与毕业生们说，18 岁的人生犹如人生的启航，未来是一条漫长艰辛的路途，只要相信自己，就能展望未来。郑校长以仁爱、诚实、敏捷、坚毅不拔四个故事勉励高三的毕业生们，成功来自于付出，只有通过正确的方法，不断地阅读，来开阔视野和增加知识的深度，才能在时代大洪流里占一席之地。

未来，当有所能力时，一定要懂得感恩反馈，饮水思源，回馈社会，回馈母校。社会上多一份善良及正能量，社会整体的仁爱幸福才能倍数成长。郑校长祝毕业生们统考考试顺利，身体健康，鹏程万里。谨记老师们的谆谆教诲，今后的日子里，脚踏实地、勤学苦练，往后归来时，已是最好的自己。本校第 47 届毕业典礼，以学生自创的毕业歌《回忆，一起毕业吧！》完美落幕。

# 第四十七届 毕业典礼



相约，再见！



# 校内三语演讲比赛



❖ 初中组冠军李贞俏

(崇正4月19日讯)本校在三月杪至四月初举行了首届线上三语演讲比赛。比赛的目的是为了发掘具演讲潜能的人才，且提升学生们的三语能力，即国语，英语及华语。

尽管受到新冠疫情影响，原本实体的三语演讲比赛转为线上的方式进行，虽然缺少一些现场氛围，但网络竞赛仍然可以为学生们提供一个很好的虚拟平台来展示自己的才华。

校长郑展兴博士恭贺所有获奖的同学们，并且也感谢各位辛勤的评委老师们使这次比赛能在公平公正下成功举办。

## 初中组获奖名单如下：

- 冠军：李贞俏（初三平）
- 亚军：张晟恬（初二信）
- 季军：陈柯云（初二仁）
- 殿军：张勇（初一勤）
- 第五名：刘慧妍（初一信）
- 第六名：陈明涵（初三孝）
- 优胜奖：万家义（初三信）  
蔡玟馨（初一勤）
- 最具潜能奖：刘镇铭（初一平）  
杨赞胜（初三信）



❖ 高中组冠军吴莘妤

## 高中组获奖名单如下：

- 冠军：吴莘妤（高一忠）
- 亚军：叶惟瑄（高二仁）
- 季军：叶恩琦（高一和）
- 殿军：苏家恺（高一孝）
- 第五名：陈玟恩（高一忠）
- 第六名：庄力嘉（高一忠）
- 优胜奖：林益巍（高一忠）  
李敏慈（高二忠）
- 最具潜能奖：林宁熙（高一孝）  
雷采瑛（高二孝）



❖ 高中组优胜奖李敏慈



❖ 初中组第六名陈明涵



❖ 初中组殿军张勇



❖ 高中组最具潜能奖林宁熙

资料整理：许瑜殷，许嘉珺

(崇正1月22日讯)在新冠疫情的影响下,学生无法如期的回到校园上课,不过为了让初一至高三  
的同学以及全体教职员一起参与活动,为此本校书艺社于2021年1月21日举办了校内硬笔书法比赛。本  
校书艺社将硬笔书法比赛改为线上及线下分别进行,让暂未回校的同学们仍然能参与比赛,以展现自身书  
写方面的才华。

# 校内硬笔书法比赛

资料整理:周彦宜、黄靖莹

## 初一得奖名单:

蔡佩佩(初一忠) 胡欣怡(初一忠) 洪嘉恩(初一孝) 杨凯乐(初一孝)  
萧爱汇(初一孝) 锺浩程(初一仁) 黄咏儿(初一仁) 赵秀晶(初一爱)  
廖蕙蘋(初一义) 史甯(初一义) 陈尊弘(初一义) 方莹莹(初一和)  
黄歆殷(初一平) 陈佳乐(初一平) 郑菁蕙(初一平) 罗以宸(初一平)  
孙丽媚(初一平) 朱柔仪(初一礼) 刘昕如(初一礼) 陈摠仪(初一勤)

沙巴崇正中学第十届硬笔书法比赛

名字 陈尊弘  
班级 初一义

《	春	夜	喜	雨	》	杜	甫				
	好	雨	知	时	节						
	当	春	乃	发	生						
	随	风	潜	入	夜						
	润	物	细	无	声						
	野	径	云	俱	黑						
	江	船	火	独	明						
	晓	看	红	湿	处						
	花	重	锦	官	城						

沙巴崇正中学第十届硬笔书法比赛

名字 萧琬芯  
班级 初二忠

## 初二得奖名单:

萧琬芯(初二忠) 赵怡晴(初二孝) 黄筱懿(初二孝) 刘豫(初二仁)  
罗升驰(初二仁) 陈柯云(初二仁) 黄嘉仪(初二仁) 林可欣(初二爱)  
涂一宣(初二爱) 萧靖怡(初二爱) 姚馨茹(初二信) 张晟恬(初二信)  
李丽文(初二信) 张心瑜(初二义) 陈美绮(初二义) 吴佳欣(初二和)  
曾芷柔(初二和) 杨咏琳(初二平) 张含涵(初二礼) 彭歆喻(初二礼)

《	过	故	人	庄	》	孟	浩	然			
	故	人	具	鸡	黍						
	邀	我	至	田	家						
	绿	树	村	边	合						
	音	山	郭	外	斜						
	开	筵	面	场	圃						
	把	酒	话	桑	麻						
	待	到	重	阳	日						
	还	来	就	菊	花						



沙巴崇正中学第十届硬笔书法比赛

名字 黄德化  
班级 初一勤

《	春	夜	喜	雨	》	杜	甫				
	好	雨	知	时	节						
	当	春	乃	发	生						
	随	风	潜	入	夜						
	润	物	细	无	声						
	野	径	云	俱	黑						
	江	船	火	独	明						
	晓	看	红	湿	处						
	花	重	锦	官	城						



沙巴崇正中学第十届硬笔书法比赛

名字 萧君琳  
班级 初三礼

《	天	净	沙	·	秋	思	》	马	致	远	
	枯	藤	老	树	昏	鸦					
	小	桥	流	水	寒	冢					
	古	道	西	风	瘦	马					
	夕	阳	西	下							
	断	肠	人	在	天	涯					

## 初三得奖名单:

余芷萱(初三忠) 罗诗悦(初三忠) 陈心宇(初三忠) 陈盈谕(初三忠)  
施绚馨(初三孝) 何欣颖(初三爱) 张慧筠(初三爱) 安裔佑望(初三信)  
温仪盈(初三信) 梁嘉傲(初三平) 刘傲瑜(初三礼) 萧君琳(初三礼)

### 高一得奖名单:

刘倩雯 (高一忠) 李璇 (高一孝) 张芷绮 (高一孝) 郑嘉齐 (高一孝) 李思鹏 (高一仁)  
林雅琪 (高一仁) 陈芷瑜 (高一爱) 李映莹 (高一信) 马宝依 (高一平) 王暖佳 (高一平)  
魏丽君 (高一平) 曹雁婷 (高一礼)

### 高二得奖名单:

彭小轩 (高二忠) 彭燕怡 (高二忠) 傅国桐 (高二忠) 吴悦文 (高二孝) 叶惟瑄 (高二仁)  
李姬昊 (高二义) 邱蕙芯 (高二义) 朱彦雁 (高二礼) 蔡可丽 (高二礼) 杨倩慧 (高二礼)



### 高三得奖名单:

张惠媚 (高三忠) 冯依婷 (高三忠) 林义恩 (高三忠) 骆子茜 (高三忠) 陈佑洲 (高三忠)  
史帝芬妮 (高三忠) 沈晓君 (高三忠) 陈家嫣 (高三孝) 张千地 (高三孝) 赖孙诚 (高三孝)  
李欣璇 (高三孝) 钟婉盈 (高三孝) 黄美嘉 (高三孝) 许益斌 (高三仁) 刘于玲 (高三仁)  
沈柔恩 (高三仁) 李盈彤 (高三仁) 杨咏琪 (高三仁) 岑佳恩 (高三爱) 叶美莹 (高三爱)

### 教职员获奖名单:

赵翠玲 刘慧珠 任兼之 陈怡华 谢茂广 蔡明慧 李荷珍 叶志光 黄耀发 陈齐溪 林琰玲  
林湖锦 郭淑芳 冯慧盈 林文杰 黄汉仁 廖玉霞 何威胜 Evelyn Jose Yusnita Yusuf

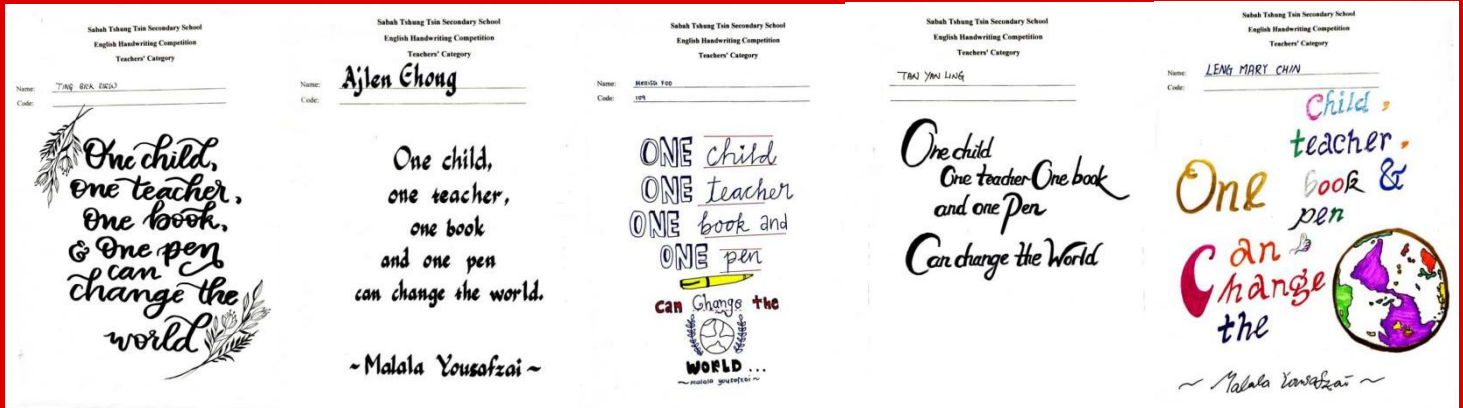


With pandemic disrupting normal schooling, Sabah Tshung Tsin Secondary School has conducted our annual Chinese and English handwriting contest online this year. We thank our teachers from the English department for making this competition a success. Despite the many shortcomings of online contests, we believe it is good to find avenues to promote students' talents.

# English Handwriting Contest

## Junior One Top 20:

1 <sup>st</sup> Liew Jia Lee (J1A)	8 <sup>th</sup> Jireh Yew Yi Lee (J1E)	15 <sup>th</sup> Issac Wong Jing Jie (J1H)
2 <sup>nd</sup> Yong Xuan Chen (J1B)	9 <sup>th</sup> Yvon Siaw Jing Wen (J1E)	16 <sup>th</sup> Carol Liew Hwa Li (J1I)
3 <sup>rd</sup> Siew Ai Vey (J1B)	10 <sup>th</sup> Abigial Lim Bo Bo (J1F)	17 <sup>th</sup> Celest Yong Zi Qing (J1I)
4 <sup>th</sup> Wong Xin Jie (J1B)	11 <sup>th</sup> Mikoyo Ho Kah Yee (J1F)	18 <sup>th</sup> Liew Hui Yi (J1I)
5 <sup>th</sup> Lee Sien Been (J1C)	12 <sup>th</sup> Nascar Chong Na Jia (J1G)	19 <sup>th</sup> Ynovenna (J1J)
6 <sup>th</sup> Melissa Hew Zhi Yi (J1C)	13 <sup>th</sup> Rachel Lim Ern Yee (J1G)	20 <sup>th</sup> Sonia Ling Tian Jia (J1J)
7 <sup>th</sup> Hii Xiang Xin (J1D)	14 <sup>th</sup> Valeria Liaw Jia Er (J1G)	



## Junior Two Top 20:

1 <sup>st</sup> Brittany Ernesia Yap (J2A)	8 <sup>th</sup> Joey Chan Mei Yee (J2D)	15 <sup>th</sup> Angy Shim En Hee (J2G)
2 <sup>nd</sup> Joyce Liew Xi Ying (J2A)	9 <sup>th</sup> Lim Jin Yun (J2D)	16 <sup>th</sup> Chairmaine Chen Zhi Rou (J2G)
3 <sup>rd</sup> Siu Wan Xin (J2A)	10 <sup>th</sup> Shenaiah Lo Xue Yi (J2D)	17 <sup>th</sup> Rachel Wong Siau Ying (J2H)
4 <sup>th</sup> Emily Tan Yu Tong (J2B)	11 <sup>th</sup> Yao Xin Ru (J2E)	18 <sup>th</sup> Jane Tseu (J2H)
5 <sup>th</sup> Sylvester Vun Kai Jiun (J2B)	12 <sup>th</sup> Yong Leong Onn (J2E)	19 <sup>th</sup> Chloe Kao (J2I)
6 <sup>th</sup> Chai Yi Chen (J2C)	13 <sup>th</sup> Rachel Wong Ying Shin (J2F)	20 <sup>th</sup> Jophy Sim (J2I)
7 <sup>th</sup> Gnee Siaw Jing Ee (J2D)	14 <sup>th</sup> Kong Zi Kay (J2F)	

# 荣誉榜

## 玻璃市武术线上比赛

-李文斌 (初三仁) 【一金·两银】

## 《2021 欢乐春节贺卡设计比赛》

-陈冠希 (初三礼) 【创意奖】

-陈冠宇 (高一礼) 【年度设计奖】

## 《第3届华文创想曲》华裔青少年创意作文大赛

-陈玟恩 (高一忠) 【一等奖】

## 马来西亚数学邀请赛‘神墨杯’国际比赛

-罗诗悦 (初三忠) 【第九级 - 杰出奖】

-郑嘉齐 (高一孝) 【第十级 - 银奖】

## 全球华裔青少年作文比赛

-蔡岳秦、翁宇煌 【一等奖】

-吴礼浩、刘倩莹 【二等奖】

-张晟恬、李卉盈 【三等奖】

-任亿豪 【优秀奖】

## 47<sup>th</sup> MD Leo Forum District 308-A2 (Virtual)

-杨子霖 (高二孝) 【Excellent Leo President】

-吴敬轩 (高三孝) 【Excellent Leo Treasurer】

-余琮仪 (高三仁) 【Excellent Leo Secretary】

## 《Championship 4 Virtual Bacata Cup Columbia》

-钟佳淇 (初一爱)

【Category Silver B Junior Clubs-Gold, Ball-Gold】

## Perlawanan Persahabatan Badminton Mac 2021 LBA Papar

-刘志贤 (高一礼)

【Boy singles U17 Second place】

【Mix doubles open Third place】

## SINGAPORE & ASIAN SCHOOL MATH OLYMPIAD (SASMO)

-罗詠妍 (初一爱) 【Grade 7-Honorable Mention】

-罗詠芊 (初一爱) 【Grade 7 - Silver】

-张彧宸 (初一义) 【Grade 7 - Bronze】

-罗文 (初一义) 【Grade 7 - Bronze】

-郑焯午 (初一礼) 【Grade 7 - Bronze】

-陈健儒 (初二忠) 【Grade 8 - Bronze】

-萧琬芯 (初二忠) 【Grade 8 - Gold】

-王以杨 (初二仁) 【Grade 8 - Bronze】

-杨良安 (初二爱) 【Grade 8 - Silver】

-刘瑾言 (初二爱) 【Grade 8 - Silver】

-戴雍秦 (初二礼) 【Grade 8 - Silver】

-罗诗悦 (初三忠) 【Grade 9 - Silver】

-刘筠语 (初三仁) 【Grade 9 - Bronze】

-林升杰 (高一忠) 【Grade 10 - Bronze】

-孙 睿 (高一忠) 【Grade 10 - Silver】

-郑嘉齐 (高一孝) 【Grade 10 - Silver】

-苏家恺 (高一孝) 【Grade 10 - Bronze】

-张镇巖 (高一仁) 【Grade 10 - Silver】

-刘珈绮 (高三忠) 【Grade 11/12(JC) - Bronze】

-沈晓君 (高三忠) 【Grade 11/12(JC) - Bronze】

## 《Budokan World E-Karate Championship- India Series,Intermediate Boys U-14》

-杨凯乐 (初一孝) 【3rd Winner Group 2】

## 《EST——Taylors' College Public Speaking Competition》

-莊力嘉 (高一忠) Consolation Prize

资料整理：岑佳恩

# 陈景润杯数学比赛

资料整理：谢楚慧

## 初阶组 JUNIOR CATEGORY



**萧琬芯**  
SIU WAN XIN  
全国第14名  
东马区第3名



**杨良安**  
YONG LEONG ONN  
全国第25名  
东马区第5名



**吴宥宏**  
JASPER NGOH  
全国第29名  
东马区第6名



**戴雍秦**  
TAI YOONG CIN  
全国第48名  
杰出奖



**张含涵**  
CHLOE CHONG  
全国第51名  
杰出奖



**傅颂允**  
POH SONG YUN  
全国第51名  
杰出奖



**苏韵晴**  
SOH YIM QIN  
全国第51名  
杰出奖



**陈健儒**  
CHIN KIAN YEE  
全国第70名  
杰出奖



**温宏洋**  
WEN HONG YANG  
全国第87名  
杰出奖



**张彧晟**  
CHANG YUCHENG  
全国第89名  
杰出奖



**王以杨**  
WONG YI YANG  
全国第96名  
杰出奖



**张勇**  
BRANDON CHONG  
杰出奖



**苏靖毅**  
SAW JING YI  
杰出奖

### 团体成绩

全国第3名  
东马区冠军



## 中阶组 INTERMEDIATE CATEGORY



**郑嘉齐**  
CHUNG JIA CHI

全国第5名 东马区第1名



**林升杰**  
LIM SHEN JIE

全国第24名 东马区第8名



**苏家恺**  
SOO JIA KAI, NICHOLAS

全国第42名 杰出奖



**张镇巖**  
CHONG ZHAN YIM, AYRTON

全国第52名 杰出奖

(崇正5月11日讯)由厦门大学马来西亚分校主办的第五届“陈景润杯数学比赛”，于4月1日举行。此赛事共分为三个组别，分别是初阶组、中阶组及高阶组。

本校于比赛中的成绩亮眼，在东马区及全国皆有优越的表现。

## 高阶组 SENIOR CATEGORY



**王础庆**  
HENG CHO KENG

全国第35名 东马区第3名  
奖学金100%



**江庭森**  
KONG TING SEN, LARRY

全国第80名 东马区第7名  
奖学金100%



**阿纳士**  
MOHAMMAD ANAS

优秀奖  
奖学金75%

### 团体成绩

全国第6名  
东马区亚军



**陈竞**  
CHIN KEN

表扬奖  
奖学金50%



**邱梓海**  
KEW ZI HUI

表扬奖  
奖学金25%



**陈怡祯**  
TAN YI ZHEN, CAMELIA

表扬奖  
奖学金25%



**张洁莹**  
TIONG JIE YING

表扬奖  
奖学金25%



**梁贵雄**  
LEONG GUI XIONG

表扬奖  
奖学金25%



**张欣慰**  
CHONG SHIN WEY

表扬奖  
奖学金25%



**彭燕怡**  
PANG YAN YEE

表扬奖  
奖学金25%



**张雯婷**  
TEO WEN TING, JOANNE

表扬奖

本校学生高二忠班周筱殷、高一仁班丘梓海在2020年12月14日至18日参加了长达5天的东海大学海外线上科学营,获益良多。

此次线上科学营以 Google Meet 的形式举办,内容涉及智慧产业、回收化学、癌细胞等,由东海大学生命科学系、工业工程与经营咨询学系、化学系等专业师资讲授,全程参与的学员也将获得结业证书。深入浅出的科学营令本校同学获益匪浅,赶紧接下去看他们的课程参与心得吧!

# 台湾东海大学 线上科学营



高一仁  
丘梓海

在这一次的课程中,我们知道了 Basic 是研究家做的,他们需要大量的数据,以制造更好的药物,而门诊指临床医生,他们开给的药物都是 Basic 的研发成果。还有研究是对一个课题进行研究,里面包含很多未知性,实验是课堂上的练习,通常我们已经预先知道结果,但是做研究之前要学会做实验。接着老师又提到了基因与癌症的关系,并且向我们介绍了几种癌症,例如视网膜母细胞瘤和慢性骨髓白血病。其中,生物学家已经发现:(1)视网膜母细胞瘤跟基因有关系。(2)慢性骨髓白血病发生则是因为人类的23对基因中,第9对和第22对基因产生调换,22号的尾巴跑到9号那里。他也介绍了两种癌症疗法,化学疗法和标靶疗法。标靶疗法能有效并无副作用的治疗癌症,但是只有少数的人适用,有些人还会产生抗药性。

参与心得:“上完这节课,我才发现我对癌症的了解并不多,也让我更感谢为我们努力寻找更好的药物的生物学家们。”

杨老师向同学们仔细地介绍铝回收和萃取茶的过程,也演示整个过程给所有在线上的同学。他还笑着说:“有没有人发现,茶其实含有更高含量的咖啡因,为什么不叫“茶因”而是咖啡因呢?更可笑的是中国饮茶,据说始于神农时代,少说也有4700多年了,咖啡文化也才四百多年。这是因为咖啡因先被常饮用咖啡的洋人发现,而并非喝了将近五千年的华人。”

“科学家要有梦想,但不要有空想。只要这世界还有尚未解决的问题,科学家的存在便有意义。”赵老师说的这句话成功地吸引我的注目,科学家古今中外,为人类文明奠定了深渊的基础。除此之外,由来自生物科学系生态组的吴立伟教授带来亚洲蝴蝶多样性与种化的课程。除了介绍各式各样的蝴蝶,吴教授还展示了他的蝴蝶标本,让我们对蝴蝶能够有更深一层的认识。



高二忠  
周筱殷

参与心得:“相信有参与本次科学营的同学都会对科学家有一个崭新的认识。科学家其实并没有我想的那么压抑,天天只是待在科学室里做一大堆的实验,有可能还比医生的工作来得更有趣”。





学 生 の

优 秀 作 文



## 余芊颖 高一和《人美靠心灵》

“哇……”  
 “怎么了么？”  
 “你看看，他的样貌也太完美了吧！走，我们一起关注他！”  
 “的确，的确。好！”

这就是我们世人常做的事。不管我们对什么人，陌生不陌生，一看见样貌好看就会像所比例的情况，想关注那人。我不是在说那是一件坏事，但我认为我们有时也得看看人的心灵。人不只是靠着样貌而美，也可以是靠心灵而美。

怎么才可以知道一个人是否靠着心灵而美呢？大部分的人都会这么问，但其实答案很简单。只要你是真心对别人好，有一个道德的心，那么也就可算是靠心灵而美的人了。但也会有一小部分的人会问，为什么不能只靠样貌而美呢？原因是因为美丽的样貌是不可能永存的。少年时期美丽帅气的样子一旦老了以后也会逐渐消失；但心灵可不同，它是可以永存的，只是看你自己想不想让它和你一起度余生。

长辈们可能都有说：“人美靠心灵，世界才和平”。我很认同，因为美丽的心得才会创出一个和平的世界。若人人都可以和蔼可亲地生活在一块，不分种族或肤色，我相信这个世界肯定没有战争。可是这美丽的画面应该也不会那么快出现在我们今日的社会上，凡事都需要时间。

还记得我初中的时候认识了一个朋友，她真的可以说是外表完美的一个人。她很美丽，也懂得潮流的打扮，不认识她的人可能会以为她是个模特儿。我本以为她是个知心好友，但我错了。她和我想象的完全相反，她欺骗同学，装作可怜，还背叛自己的朋友……想起都令人反感。自从以后，我叫朋友都在看内心及心灵，不再让自己犯下同样的错误。

最后我想说，人美其实真的没有很重要。最主要的还是自己的内在美，心灵上的美可说是世上最美的样子。人美靠心灵，世界才和平。



## 苏家恺 高一孝《感谢磨难》

磨难，是人世间不可或缺的一部分，亦是万物皆会经历的考验。面对磨难，有的人会选择畏缩不前；有的人则会昂首挺胸与它对抗到底。而我，选择感谢磨难！

感谢磨难，因为磨难带出了人世间的美丽。树枝上的花蕾是因为经历了磨难才会开出一朵朵青翠欲滴的花儿；地面上的芽儿是因为经历了磨难才会破土发芽，探出羞涩缅甸的绿叶来；深海的蚌子是因为被冲上岸来，用尽全身经历磨难才能造出一颗颗珍贵闪亮的珠宝；叶面上的毛毛虫是因为在蛹里所经历的万分磨难，才能破蛹而出，在花卉中舞蹈……我们，亦是如此。在跑道上奔向终点的运动员是经历了日月积累的磨难，才会有如此美丽的表现；在台上领奖的学生是熬过了多少的磨难才能如此风光！磨难，带出美丽——美丽的汗水、美丽的成长、美丽的生命。

感谢磨难，因为磨难让我们从中学学习与成长。如果老鹰天生会飞的话，那么，它就永远不会了解逐步学习、成长的乐趣与价值。同样的，若是一个人类永远不用经历磨难就能获得自己所要的一切，那么，他始终不会了解人生的条理与拼搏。磨难让我们能反省，从反省中领悟，从领悟中学习，从学习中成长。可见，磨难是多么折腾，却又是如此重要啊！

如果说人生是一枚硬币的话，磨难是一面，遗憾便是另一面了。在我们逆流而上的过程中，有多少人会向其低头屈服，而这些人是多么遗憾的啊！人生只能这么的一次，如果我们选择了懦弱胆怯，唯有剩下的只是我们的“如果当初我……”。我们应该选择磨难，在磨难的大山上找到能立足的地方，以骄傲自信的步伐往前看，向上攀爬。尽管磨难辛苦、令人疲惫，但我们却义无反顾，因为我们深知松软的沙滩上，最容易令人留下足迹，但也是最容易被潮水抹去存在的痕迹。而我们所有在磨难大山上挥洒过汗水，都能换来苦尽甘来的峰上日出。

我感谢磨难，因为它是让我在人生的各个阶段能继续咬紧牙根，奋斗到底的考验。磨难，让我的天空在雨后出现一道绚丽灿烂的彩虹。磨难啊，我感谢您！





## 张晟恬 初二信《品德与成绩》

考考考，老师的法宝；分分分，学生的命根。在这无一日不论成绩、不论分数的时代里，有多少人因为成绩而忽略了自己的品德修养呢？

品德与成绩，哪个比较重要呢？这其实见仁见智。有些人认为只要有了成绩，就可以上大学，找到一份好工作。有些人则认为，成绩不一定要非常优秀，只要有良好的成绩，一样能在社会上立足。对我而言，良好的品德修养比卓越的学术成绩来得重要。

有了良好的品德修养，我们就会受人尊敬，让别人对我们留下好印象。的确，储总的学业成绩也能让别人对我们甘拜下风。但，试想想，一个学生的成绩是全级第一，可是一开口就“口出美言”，这样还会有人看得起他吗？先撇开说话这门事儿不说，我们从最基本的礼让及宽容心说起吧！一个成绩非常优秀但别人对他提出课业上的问题就嘲笑他们的同学，我想该不会再有人因为他成绩优秀而对他肃然起敬了吧？

此外，我认为如果你的成绩卓越但品行不好的话，成绩自然也会受影响。就比如你的成绩一向来都很优秀，但这次考试你傲慢自大，自认为你能考出好成绩而随便复习。那你认为你的成绩还会像以往那么出众吗？要获得好成绩的方法只有一个——努力奋斗，没有捷径。唯有积极进取，力图上进，才能获得好成绩。

不啻这样，当我们出社会工作时，一个品德良好的员工肯定能够让别人对你敬而远之，反之，一个能力好但品行比公司最下层的清洁工还差，那还有什么意义呢？

人有脊梁，人格也有脊梁，我们一旦失去了人格的脊梁，那就算你拥有再好的成绩，一切也会化为乌有。如果你有成绩但没有品格，那么你终究还是那个外表看起来光鲜亮丽，但里面空得连一滴水掉进去都听得一清二楚的空瓶子。

品德与成绩，显然是品德重要，但若是能够品学兼优，那肯定能让别人对我们肃然起敬。那么，从今天开始，让我们在成绩成为“知己”的同时，也一起培养良好的品德修养，让我们的生活缤纷色彩，备受尊敬吧！



## 叶惟瑄 高二仁《生命在于珍惜》

来到世间上走一遭，生而来，死而去，人人都逃不过“生”和“死”的宿命。花开花落自有时，时针“滴答滴答”响，不知不觉地在每分每秒里，生命也在悄悄然地消逝中。生死有命，世间上的生物皆会面临死亡，只是迟早的问题罢了。生而为人，被赋予如此珍贵的生命，如何能不珍惜呢？

生命在于珍惜，珍惜每一分每一秒能不受束缚，自由自在呼吸的每一刻。美国的“弗洛伊德窒息而死”事件总是让我感慨：弗洛伊德在香港消玉殒的七分钟被束缚，无法呼吸，一直在求饶。这七分钟是对生命的一种羞辱，因为他人的蔑视、忽视他人的生命，是对生命的不尊重，不珍惜。文艺复兴时期的法国哲学家洛克提出：“每个人与生俱来的人权、生命和财产是不能被剥夺的。”但为什么，如今的花花世界总有草菅人命的登徒子，仿佛没有良心和人性可言，冷漠麻木地夺取他人宝贵的生命呢？

生命在于珍惜，因为我们永远不知道，明天和无常，何者会先到达？清明节连假第一天，台湾便发生了惨绝人寰的“太鲁阁号”事件。这起事件死伤惨重，有人尸首分离；有人幸存；有人则要承受白发人送黑发人的痛苦。试想想，一个父亲连打了十八通电话给列车上的女儿却没有回应，殊不知女儿早已变成残骸废墟下的亡灵。父亲再也听不到女儿的呼唤；女儿也无法回应父亲的关怀。如斯痛楚，怎能释怀？

家人一直是我们世上最亲的人，是所有人心中的软肋。我们常说“爱要及时”，但有谁真的能做到呢？多去陪伴年迈的父母，孝顺父母，莫要等到“树欲静而风不止，子欲养而亲不待”才来追悔莫及。多去陪伴家人吧！少些争吵，多些爱和感恩，至少，当生命的花儿逝去凋零时，我们不会留有遗憾。

在世间上，我相信生命比任何外界物质来得重要，没有什么可以取代生命。随着时间的推移，物转星移，很多人为了追求外界的奢侈物质而不去珍惜生命。新闻上处处可见有者因跟随时代潮流卖肾，最后人财两空；有者因为霸凌或考试成绩不理想而选择轻生。生命中跌宕起伏，我们固然感到沮丧，但这正是生命的魅力所在。因此，不要轻易放弃自己的生命。生命就像雪花，握在自己的手心里，应当小心呵护珍惜才是。

生命，可犹如泰山之大，也可秒如尘埃，但无可否认的是，我们都要珍视它。生命没有重来，它是美丽的，也是残酷的。美丽的是，它让我们享受世界的自由美好；残酷的是，他让我们经历生老病死，生离死别。生命不是永恒的，因此，它值得我们去珍惜。

在生命之光陨落的那一刻，我们会因为曾经拥有，曾经珍惜而感到美好。







# #老师的话#系列节选

信件主旨：《抗疫的教育道路，我们走了一年半》

#2

寄件人：杨佩灵老师

“喂？还在吗？”、“醒了吗？还没醒的话，去洗把脸！”、“你们有在听的吗？有听懂吗！”……这些，无疑是我这一年半来在虚拟课堂说得最多的几句话。两堂课下来，重复四五遍，好像复读机。我深情的望着屏幕，拿着话筒窃窃私语，有如对着树桐诉说秘密，我坚信学生与我同在，同在一个教室，但我很清楚我们的思想并不一致，有些人……想着其他。

一场新冠肺炎肆虐，改变了全球人的生活，包括了教育体系。可能还需要几年或十几年的教育改革，却提前了，让所有人要在无充分准备的条件下边抗疫，边达成停课不停学的方针。史无前例，教师是这场因疫情引起教育革命的开荒牛，学生是试验品，家长则是监督员。

学生说：“等疫情过后我再好好学习，再努力学习也不迟。这网课我实在吃不消。”现阶段，无人能断定疫情几时能被抑制或消灭，试问，你又何时等得了疫情过后呢？既然已是不争的事实，何不自己做出改变，适应这个新常态，而不是等那遥不可及的疫情过后来适应自己。正所谓“子不学，非所宜。幼不学，老何为”，疫情不应该成为你学习的绊脚石，抗疫更不应该成为你不学习的借口。

教师虽说是开荒牛，则是统帅，学生虽说是试验品，更像是勇士；在这抗疫的教育路上，不论是教师、学生或家长应该是相辅相成，各司其职，自律坚持的，这样大家才不显孤单，才有动力往前迈进。

信件主旨：《充实自己》#8

寄件人：邬芬芳老师

同学们，学习无处不在。

居家学习，只是换了一种学习的形式。

无论身在何处，一要立志，二要惜时，三要乐观。

5G及人工智能时代已经悄悄来临，

不断阅读、学习、思考，充实自己，才能厚积薄发。

明天的机会，是留给今天有准备的人。

忘记背后，努力面前，向着标竿直跑。

信件主旨：《与高一和书》#23

寄件人：任俭之老师

亲爱的热爱的同学：在写完这封信后，老师就要开始检查你们在谷歌课室缴交的作业了，希望你们在看到时，还没有缴交的同学，都已经把作业完成。

对你们来说，读书写作业，也许很苦，但人生哪儿来一开始就甜，没有过程哪儿来结果，种瓜就不会得豆，美妙的果实就是希望，怀着光明的希望前进，踏着步就不会太苦。

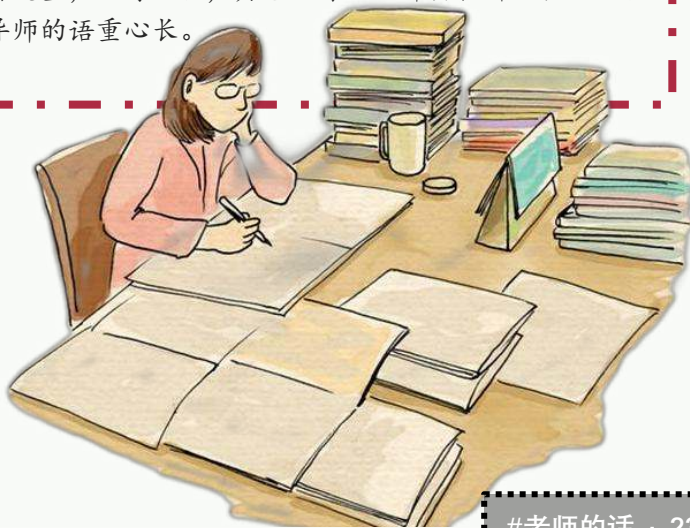
只是遗憾没能在你们面前再次提醒，也许可以耳濡目染，潜移默化，说着说着就会成真也说不定，记得老师说过，要全体一起升上高二吗，去年老师的愿望没实现，今年轮到大家来光耀高一和的门楣。

没有完美的人，就如没有完美的学生，也许早点名晚了起床，或者盯着荧幕就打起了瞌睡，请接受老师的责备，请原谅老师的唠叨，如果不关心你，没有人会再多说一句，就算是负担，也是甜蜜的负担。

疫情让老师没办法在你们面前说，老师也在学习看见同学的优点，或许很少交功课，可是字却写得整齐；考试成绩不怎么样，班上卫生却让老师不操心，还有许多乐于助人、乖巧听话的，要帮老师做一把长木尺的，老师都感动在心。

谢谢在开学前答应当班级干部的你们，成为老师的左右手，让事务日渐顺畅，收作业的、开投影机的、记录体温的、整理垃圾的、离开课室检查电源开关的等等等等，以及非干部却热心伸出援手的，老师都看得清楚，到时会报答大家的。

最后大家谨记，安排时间温习功课，晚上不可超过十一点睡觉，赶快完成该做的功课，留守在家，三餐定时定量，记得运动，其它还有的老师会在群组提醒。班导师的语重心长。





信件主旨：《Kepada warga Tshung Tsin》#25

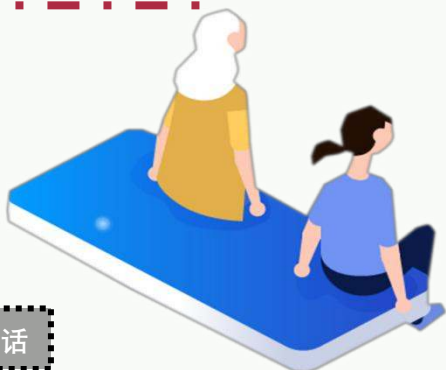
寄件人： Cikgu Chong Kong Shang

Pada bulan November 2019,  
Covid 19 mula merebak,  
18 bulan telah berlalu,  
Kehidupan harian telah berubah,  
3W 3S wajib diamal,  
Virus tak pernah bercuti,  
Mencari peluang terus berjangkit.

Kita harus sedarkan diri,  
Sayang nyawa kita sendiri,  
Sayang nyawa keluarga kita,  
Sayang nyawa masyarakat kita,  
Patuh SOP setiap hari,  
Agar suatu hari nanti,  
Kehidupan normal akan kembali.

Pelajar harus sabar berusaha,  
Menuju ke arah kejayaan,  
Pelbagai cara belajar sendiri,  
Masa berlalu tak kembali,  
Pelajaran bagai harta sendiri,  
Ilmu dipelajari pengetahuan dicari,  
Pengalaman diri kekal abadi.

资料整理：陈恬伊、岑佳恩



信件主旨：《Suatu hari nanti saya akan \_\_\_\_ . Anda tentukan sendiri》#22

寄件人： Cikgu Suzanah Masalin

Jika kita melihat masa lalu, kehidupan kita telah melalui banyak perkataan “hari pertama.&quot;

Hari pertama saya ke Tadika.

Hari pertama saya ke sekolah rendah.

Hari pertama saya memakai baju seragam Sekolah Menengah Tshung Tsin Sabah dan sebagainya..

Kemungkinan kita boleh menyenaraikan “hari pertama” dalam kehidupan kita dan semuanya peristiwa yang berbeza dan situasi yang berbeza. Sebagai contoh, jika anda seorang pelajar Junior 1, anda bertekad mahu belajar bersungguh-sungguh untuk mencapai keputusan yang cemerlang atau jika anda ialah pelajar SPM anda ingin mencapai 11A dalam keputusan peperiksaan kelak. Mungkin juga anda seorang yang obesiti dan anda ingin turunkan berat badan dan sebagainya.

Kita perlu ingat bahawa perkataan ‘hari ini’ sangat penting dalam hidup kita jika kita tidak bertindak dengan segera. Tidak kira bagaimana anda melihatnya, kehidupan kita penuh dengan hari-hari pertama atau perkara-perkara baharu yang kita ingin lakukan dan akan berlaku dalam kehidupan kita.

Adakah anda bergelut dengan ketagihan? Ketagih media sosial, ketagih bermain telefon pintar?

Adakah anda hari ini bertelingkah dengan ibu bapa, guru, rakan?

Adakah anda hari ini masih mempunyai sikap malas untuk belajar?

Adakah anda hari ini masih gemar menunda kerja sekolah?

Adakah perasaan benci telah berakar dalam hidup anda? Mungkin hari ini adalah hari pertama anda mengambil langkah untuk mendamaikan hubungan itu.

Apakah perubahan yang diperlukan dalam hidup anda hari ini?

信件主旨: 《Do the next thing》#16

寄件人: Teacher Chong Fui Lee (English Department)

An 18-year-old came up with a bucket list of 46 things to do while he could. This was after receiving the diagnosis from his doctor- terminal cancer. One of the things in the bucket list was having a go at public speaking in front of lots of people. A 99-year-old man decided to raise money for charity after the outbreak of covid 19 by walking one hundred lengths of his garden with the aid of his walking frame. After the death of her husband, a young widow continued working in the deep jungle of Ecuador helping the indigenous people to analyse their language before putting it in writing. This was on top of having to raise a toddler. All these happened in the 1950s when the world wasn't as modern as it is today.

So what's common between these three people? Do the next thing. Yes, do the next right thing. They had a choice. They could either panic, wallow in self-pity, get bitter or angry. But they made the choice to be different. The result? Stephen Sutton raised £5 million for cancer research before he died in 2014. On the morning of Captain Sir Thomas Moore's hundredth birthday, the total raised by his walk passed £30 million. People who read Elizabeth Elliot's books have been greatly inspired to be hopeful in hard times. Her Ecuadorian legacy is priceless.

Doing the next thing does not mean big things. In fact, it's those tiny little steps that make up the big "success" or achievements. While you may worry about your tertiary education, your SPM, lagging behind your studies or that dreaded essay demanded by your teacher, just do the next right thing. Pick up your pen, get out of bed, tidy your study desk, write the first sentence of that essay even if it means making grammatical mistakes, for a change be kind to your baby sister .... the list goes on. You are in for a surprise!!

信件主旨: 《Rising Stars》#11

寄件人: 林文杰老师

You are like the rising stars, move above the horizon at your own speed;

Knowing that your universe is packed with millions of glamouring stars, each dance at assigned orbits in the infinite space.

After you struggle through the gruesome process of making, you will find new ability, purpose and calling, go chase your dreams.

Now, the sky is not the limit as you are the mature stars. You will continue to soar high and leave insurmountable legacy for the next generations.

We, teachers are so privilege to be parts of your making. May our memories lock in all the amazing times we had together.

信件主旨: 《Willpower- Can We Say No?》#13

寄件人: 王恩爱老师

Willpower – Can We Say No?

Willpower is the answer;  
It is what we all need.  
Let it dazzle into brilliance,  
Let it thrive and flourish;  
Power head-on with diligence,  
Onwards with confidence.  
Wither and shrivel we shall not;  
Effort and determination -  
Remember and all is well.

As the saying goes, action speaks louder than words. We must practice what we preach. What do all these mean? You can google them or you can ask around. At the end of the day, it all boils down to one thing – are you doing enough to secure a future for yourself and your loved ones?

Undeniably, everyone of us is suffering from 'pandemic fatigue'. We feel unmotivated and stressed from the endless amount of SOPs and countless recommended behaviours to protect ourselves and others from the virus. We feel that our freedom has been curtailed, and it is time to take the bull by the horns. Unfortunately, the intention does not equate with the result we hope for. As you can well see from the rising cases of Covid-19 in our nation.

We have truly fallen from the horse. We need to get back in the saddle fast or all is lost. How do we do that? Simple, all it takes is willpower. But, do not confuse it with stubbornness. Willpower is not about resisting, forcing or controlling – it is about choosing. Yes, choosing the right actions, and making the right decisions. It will not be easy. Who says it will? Life is hard. Life will throw you a curve ball. To beat it out of the park, you will need all your strength and determination. Never choose the easy way out as the relief is only temporary.

By OEO

All the best!



出版	沙巴崇正中学
制作	崇正校讯社
发行人	校长郑展兴博士
总顾问	邬秀琴主任
会社顾问	林璦玲师 邹依羚师
总编	林璦玲师 邹依羚师
文字校对	林璦玲师
美术设计	邹依羚师
编辑	岑佳恩 沈天心
美编	岑佳恩 沈天心
封页设计	岑佳恩 沈天心
摄影	CEP 小组 张一平师
整理	胡欣怡 罗詠芊 吴亭仪 黄美慈 刘泳成 邬明姍 许嘉弦 洪韵宁 谢楚慧 张怡渲 徐芯尧 陈佩凤 陈如意 艾丽雅 许瑜殷 林秀美 郭晋宏 陈恬伊 沈天心 林昱祈 周彦宜 黄 棋 亿 蕾 岑佳恩 卡米丽亚
特别鸣谢	校长郑展兴博士 温家尊师 张丽玲师
印刷	PERCETAKAN KOLOMBONG RIA

