

教 學 生 涯 七 十 年 (上)

● 高梓口述 · 汪清澄執筆 (本文插圖刊第三頁)

國學繪畫耳濡目染

我姓高名梓號仰喬，原籍安徽貴池，一九〇一年民國前十年辛丑，農曆八月廿一日出生於江蘇南通，父親高湘年僅六歲時因擅長書法的祖父逝世，所以取一個悲淒的號叫做楚秋，由祖母撫養長大，他老人家是滿清光緒年間的秀才。

祖母姚氏是安徽桐城派文學大家姚鼐後裔，能詩能文。

我父親在這樣環境薰陶下，智慧大開，學養俱豐，思想前進，並有商業頭腦，經營土布外銷，生意興隆，白手起家，被推為南(南通)、崇(崇明)、海(海門)、泰(泰州)四縣總商會會長。

我有四個哥哥，一個弟弟和妹妹，排行第五，我父母在四男之後得生一女，很受寵愛，依當地習俗接生婆還要加倍收費。

我的三哥高樹很有藝術天才，曾拜畫馬名家徐悲鴻為師，由於天賦和環境因素的影響，從小耳濡目染，對於國學與繪畫，都頗有心得，因此奠定了日後多方面發揮的基礎。

引發學習體育動機

當時舊社會的思想觀念十分保守，女子大多纏足，且受無才便是德錯誤觀念的束縛，多深藏閨中，可是我的父親則極力反對這種不良的習俗和觀念，並鼓勵我發展自己的志趣，所以非常幸運，不但幼年免除了纏足的痛苦，且能走出閨房和男孩子一樣進學校唸書。

後來我取得留學美國的資格，但需要負擔一半的學費，我的父親也毫不猶豫地滿口答應，如果不是我的父親有這種開明的作風，我的命運將完全改觀。

民國前四年，六歲時進入南通明義女子小學就讀，專制時代剛結束，在南通創辦女子學校是開風氣之先的大創舉。那是一所僅有一間教室，由祠堂改建的學校，有一塊空地作為運動場，我的年齡最小，但活潑好動，對於體育運動有濃厚的興趣。

十六歲那年升入南通師範預科，適有一于姓同學到上海女青年會體育師範學校就讀，回來報告在那裡學習的內容非常新穎豐富，值得研習，

於是引發了我學習體育的動機，在民國六年進入了上海女青年會體育師範學校。

遠渡重洋赴美深造

由於天賦和興趣，無論學習什麼運動都進步很快，跳舞、棍棒操、啞鈴等是當時最流行的運動，我都能練得非常純熟，成為學校的運動明星。

我在上海體育師範學習兩年，畢業前夕，適逢北平女子高等師範校長方選前來參觀，他對於我的風度儀表、技術都非常賞識，特指定要聘請我到北平任教，那是民國八年的事，我年僅十八歲。一年後我的母校上海體育師範要徵選兩人赴美深造，我與張匯蘭入選，一同遠渡重洋，成為我國早期的體育留美學生。

我先進入美國加州密爾斯(Mills)私立女子大學體育系，一年後轉到威斯康辛大學體育系，研讀兩年及四次暑期班。我被選為威大籃球隊代表隊的中鋒，當時中國女生能在美國大學被選為代表隊的我應是第一人。

威大有很多著名的教授，設備完善，上運動

生理學解剖學等專門科學課程，是與學醫科的同學在一起，所以我對於現代科學的知識與觀念都打下了一些基礎，加以學校環境優美，是理想的學習園地，我在這一時期的收穫可以說最為豐碩。

運動風氣帶到古都

民國十二年我學成歸國，依規定應先到上海體育師範母校服務兩年。十四年應聘赴北平，擔任北平女子高等師範（後改為北平國立女子師範大學）體育主任，退職監察委員張岫嵐，及前中國婦女聯合會總幹事王亞權，文學家蘇雪林，教育家江學珠等，那時都是我的學生。

我對於教學非常認真，常以愛心關懷每一個青年，又注重言行舉止和風度，在這個我國女子體育萌芽階段（民國十二年至十六年），學生們都覺得獲益不少，使我深受尊敬與愛戴。

留學美國春田大學研習體育的郝更生博士，當時任教於清華大學是北平中等以上學校體育聯合會會長，我被選為副會長，我們年輕有幹勁，將運動風氣普遍的帶到文化古都，大的小的運動會，校際比賽持續不斷，每逢星期六下午或星期天，北平街上穿運動裝，拿運動器具上運動場的青年學生，到處可見，使故都洋溢著青春愉悅的蓬勃氣氛。

我與郝更生既是舊識，又共同致力一項合於興趣的工作，我們見面的機會很多，朋友和學生也就在私底下，或竟當面開起玩笑來。大家都說郝更生和我因為興趣相同，朝夕聚晤，發生了感

情，一時間到處流傳會長和副會長如何如何的佳話。我們兩人只好報之以微笑，並在民國十五年訂了婚。

高郝聯姻轟動華北

訂婚以後我們相偕從事共同熱愛的事業，有理想、有抱負、有計畫、也有成就，那一段日子過得極其幸福與甜蜜。郝更生和我與北師大體育系主任袁敦禮合力推展的北平中等以上學校體育聯合會，使北平大中學生熱中體育運動，朝氣蓬勃，於是乘暑假開暇，我們又合力再辦一個「暑期體育學校」，邀請體育界人士擔任講習，培養體育人才。在民國十五年到十六年，這個每期上課四星期的學校，辦了一年。

在我與郝更生訂婚前後，我在運動場上十分活躍，成為大眾矚目的鋒頭人物。當時曾有人形容說：

「高梓教授在北平運動場上，就像蝴蝶在花叢中翱翔。」

當年對我的追逐者，大有人在，其中有大學校長、教授，甚至還有其他學校年齡較大的學生。正因為追逐的人多，所以在與郝更生正式宣告訂婚之後，便有朋友打趣郝更生說：「你是從千軍萬馬之中殺出來的。」

民國十八年二月六日，我二十八歲與三十歲的郝更生在北平南河沿歐美同學會舉行結婚典禮，成為轟動華北體育、教育兩界一時的盛事。

一幅賀聯大開玩笑

我們的好友文學家徐志摩別開生面，用三張宣紙寫了一篇長長的賀詞，由於彼此太熟，平時開玩笑開慣了，因此字裡行間頗有妙趣橫生，在於幽默邊緣的句子，讀後令人大笑。這篇賀詞已因「九一八事變」倉卒之間，在瀋陽遺失了。

另一位音樂家杜庭修，比徐志摩更「惡作劇」，專程從天津趕來北平參加婚禮，並送上自撰賀聯一副，掛在禮堂上，這副對聯的賀詞是：

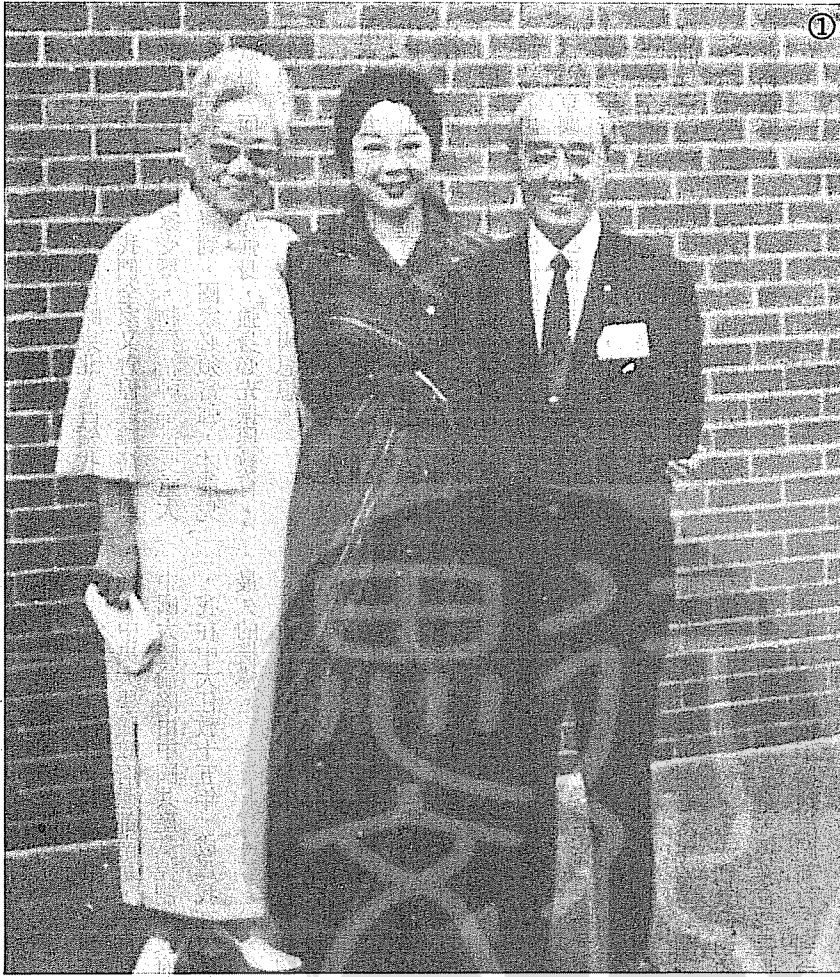
兩位體育名家，兩體合為一體；
一件結婚大事，結婚不許離婚。

郝更生看到以後，認為玩笑開得太過火，忍不住發了大脾氣，並和杜庭修吵了一架，結果好友翻臉，這一副對聯也成了騰傳一時的笑談。

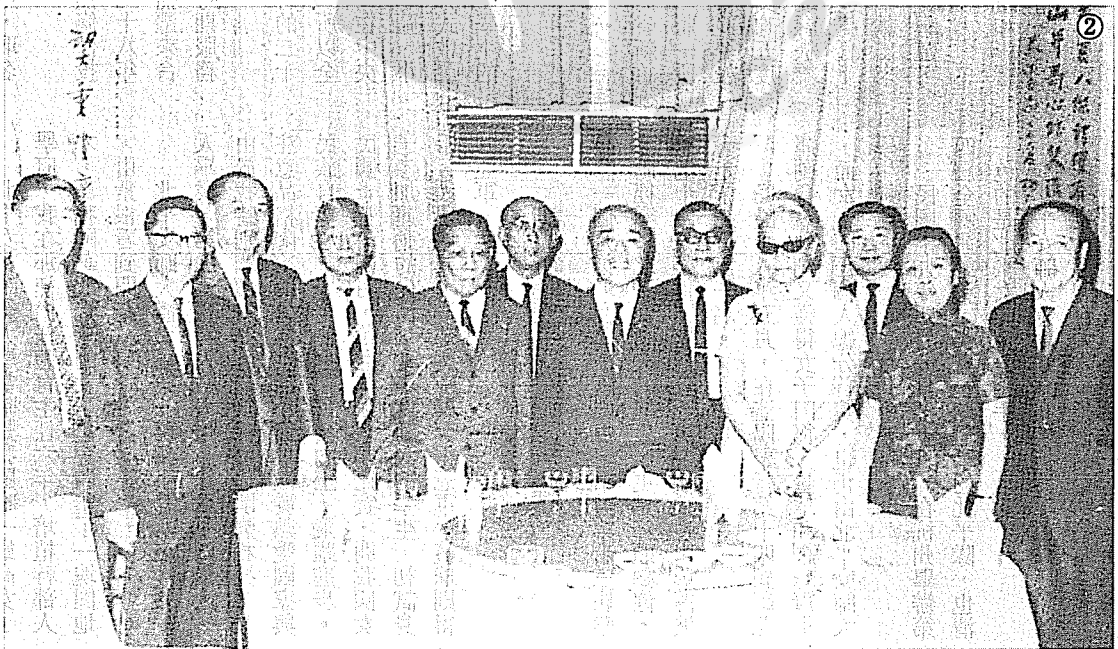
民國十九年郝更生鑒於東北地大物博，是開拓體育事業的處女地，壯志雄心驅使他辭去清華大學的教職，改赴瀋陽東北大學擔任體育學系主任。

我也準備辭去北平女子師範大學體育學系主任職務，隨他遷往局勢動盪不安的瀋陽，到東北大學教育學院擔任體育科主任教授。

女師大的同學得到這個消息，發動全校師生苦苦挽留我，要求我打消辭意。有好多熱情感人的學生，在我與郝更生面前痛哭流涕，學生們說，她們並不否認為了家庭關係，高梓主任有到東北去的必要，但是她們也有苦衷，因為快畢業了，有許多重要的課都是高老師教的，決不肯失去這一位老師，在這左右為難的情況下，我最後決定應學生懇求，再留教半年，始得離開北平，前往瀋陽。



①高梓（左）偕夫婿郝更生（右）與女兒（中）合影。
 ②高梓（右四）偕夫婿郝更生（右六）與體育界人士合影，右八為楊森將軍。



提倡體育強身強國

民國二十年日本軍閥侵略東北，占領我東三省，成立傀儡政府，我們全家又倉惶逃離瀋陽回到北平，這一次國家受辱，物質精神都遭受重大損失，使我深深感覺到，國家必須富強，才能免受欺侮，而強國必先強身，強身必先振興教育，提倡體育，鍛鍊體格，激發愛國思想。

這一年我們的長女郝飛誕生，取名「飛」以示不忘「九一八」日本飛機濫炸我國軍民。郝更生應聘為山東大學體育系教授兼訓育主任，我則接任有名的青島文德女中校長。

民國二十二年十一月郝更生應教育部長王世杰聘請，出任教育部簡任體育督學，我也南下應聘為南京國立中央大學體育系教授。當年雙十節在南京舉行第五屆全國運動會，郝更生任總幹事，中華全國體育協進會（即中華民國體育運動總會前身）改選，郝更生與我、王正廷、張伯苓、袁敦禮、吳蘊瑞、馬約翰、沈嗣良等九人，當選為常務董事。

任教中大一十五年

民國二十六年七月七日，駐豐台日本軍隊在北平西南宛平縣蘆溝橋附近舉行演習，藉口有一名士兵失蹤，大舉增兵侵略我國，我政府忍無可忍，由蔣中正委員長領導，決心抗戰到底，我與郝更生隨中央政府西遷重慶，但仍在中大執教。三十年四月四日中國滑翔總會成立，軍事委員會委員長蔣中正任會長，郝更生為總幹事，以普及

航空教育，鍛鍊青年體魄，我的長子出生，取名郝翔，以紀念滑翔總會的成立。

民國三十四年抗日戰爭勝利，日本無條件投降，中央大學隨政府還都南京，一直到三十八年中國大陸淪陷由中國共產黨控制，政府播遷來台，我在中大任教十五年，成為我在大陸時期服務最久的機構。

我自美國留學歸來，從事教育和體育的二十六年時光，深深體念到基本工作的重要，所以全心致力於培養女性體育師資的教育工作，在中央大學主持「小學體育」講座，並兼當地學區、小學的體育輔導，我以愛心及以身作則的方式啟發、感化學生。收效很大，成績斐然，很受學生的愛戴及輔導學區各校的敬重。

詹森總統邀請與會

民國三十八年八月八日，我接任台灣省新竹師範附小的校長，經過八年的精心關劃，將一所充滿衰敗形象的學校，辦成朝氣蓬勃的模範學校，為了嘉惠更多的兒童，經教育部長張其昀五度邀請，我才依依不捨地離開新竹，到台北縣板橋籌辦「台灣省國民學校教師研習會」，我擔任十三年半的主任，把全部的心力和感情都奉獻出來，使這所教師研習會辦得有些成績，頗受稱道，深感安慰！

美國總統詹森，賞識我辦教育的成績和影響，曾於民國五十六年（一九六七年）邀請我去美國，出席挽救世界教育危機會議，發表我的見解，備受禮遇。

北平女子師範大學當時是我國唯一最高女子學府，我在那裡擔任體育主任六年，培植幹部人才，為我國華北荒蕪的女子體育開墾了一塊園地，由紮根看到開花結果。

北平女師大體育系第一班招生廿六名，廿一人畢業，第二班報考人數大增，錄取了四十人，由於我特別關懷學生，毫無保留地傾囊相授，又注意品格陶冶與日常生活小節，激發熱愛國家與民族自尊心，學生們個個奮發向上，飛躍進步。民國十七年四月，華北舉辦球類比賽，開我國女子參加運動的先河，北平女師大的學生，初試身手，表現優異，排球賽一舉奪得冠軍，籃球則得到亞軍。

訓練選手鋒頭獨健

一個月後，在北平匯文中學舉辦第十三屆華北田徑賽，北平女師大的學生，更是鋒頭獨健。以七十四分榮獲團體總分冠軍，個人也由彭靜波奪走了總分第一名。

民國十八年五月，在瀋陽舉行第十四屆華北運動會，她們又獲得女子田徑、壘球和網球冠軍，而女子田徑個人總分首獎，也仍由北平女師大學生躋聯。

民國十九年四月二日至十日，在杭州舉辦第四屆全國運動會，榮獲壘球冠軍的北平隊，也清一色的是北平女師大的選手。

北平女師大體育系自我主持開辦以來，培養了幾百位女性體育人才，她們的足跡遍及全國，尤其是華北一帶，數十年來她們在運動場上活躍



①



②

①高梓（左二）與高棧（右一）、鍾壽仁（右二）、曾憲嘉（左一）合影。

②高梓教授（坐）與汪清澄教授（立）合影。

，繼而成爲社會的中堅，無論擔任教師或其他工作，都有出色的表現。

我凡事以身作則，注重美國哲學家杜威「生活即教育，教育即生活」的理論實踐，所以在我國教育及體育方面都產生了一些影響。



高梓教授和她手繪的梅花。

我爲了實現教育應從根做起的理想，來台後選擇擔任新竹師範附屬小學的校長，但到校不到五十天，就要我交出一張體育的成績單。

贏得國小組總冠軍

上任後適逢新竹縣要舉辦運動會，過去總是敬陪末座的竹師附小，必須在短期內完成準備組隊參加，我要求全體老師一切都須依合理的程序進行，先將小選手進行體格檢查，測驗體能，選拔特長，展開集訓。

正好竹師附小有兩位上海體育畢業的教師潘源和高曾在該校執教，加上訓導主任林戊堃及對運動有興趣的教師熱心支持輔導，在集訓中他們發現附小的兒童有優異的潛力，尤其是在接力賽的技術方面，一經指點就能領悟。

代表隊產生後，學校與家長密切聯繫，通力合作，對選手的訓練，以及生活、保健、營養、服裝等細微末節，都有很周到的安排。參加比賽時，更是全校動員，小選手們受到老師及護士們無微不至的照拂，心情愉快，精神振奮，技術潛力充分發揮，把冠軍獎杯抱回來，竟以十分之九之差，贏得國小組總冠軍，獲得空前的勝利。

頒獎閉幕後，小選手列隊凱旋回校，沿途家長們燃放鞭炮慶祝，民衆佇足鼓掌爲他們歡呼，熱烈的情況，至爲令人感動。

實際我並未刻意求得勝利，在這極短的時間內，能有這樣豐碩的成果，只不過是運用所學的體育專業知識，盡心盡力，有方法有步驟，按照正確的原則執行而已。

訓蒙大意獲得啟示

還值得一提的，學校發掘了一名跳高技巧特優的學生，如果讓他參賽，必定可名列前茅，爲學校爭光，可是經體格檢查，發現他有肺病，不宜參加比賽，於是我就決定要這名學生休養治療，退出比賽。

我認爲維護學生健康，比得錦標更重要，這就是我所主張的「愛」的教育。

爲闡揚基本教育及體育理論和方法，我寫了幾本書，即：小學體育、簡易運動、國民學校實施衛生教育及眞善美的生活等。

我在三十八年來台以前，就已在大學擔任教授，並作過中學校長，爲什麼來台後會先選擇去當小學校長呢？說來有一段插曲。

民國二十三年我在南京中央大學任教時，偶然讀到一篇明代大儒王陽明的訓蒙大意，得悉四百多年前王守仁教導兒童，特別重視歌詩習禮，融紀律陶冶與健康教育於一體。對於好活動怕拘謹的兒童，應順導他的志意，調理他們的性情，在潛移默化中消除不良的行爲習慣，成爲中正平和有仁義美德的人。

我對這篇訓蒙大意誦讀再三，興奮得如獲至寶，真沒有想到在明朝教育心理學尚未萌芽的時代，王陽明守仁先生就有真知灼見，了解兒童身心發展的需要，提出這麼高明的教學方法，在感佩欽羨之餘，使我對教育工作的觀點，產生了重大的改變，下定決心要從基層教育這個「根」做起。（未完）



①

①一九二九年高梓教授(左)與郝更生博士(右)在北平結婚時合影。

②一九七五年高梓(左)與夫婿郝更生(右)合影。



②