

# 師牛



嶺南鍾榮光博士紀念中學  
第二十三卷(第二期)

地址：葵涌荔景邨第二校舍

電話：2743-9488

校網：<http://www.lcdwkmss.edu.hk/>



## 鍾榮華副校長榮休特刊

顧問老師：

黃孝明老師 周艷華老師

Miss Jennifer Leheny

學生編輯成員名單：

中文版：5B 何鐘輝

英文版：5E 姚卓施

5B 歐雨昕

5B 張朗賢

5B 劉莎菲





在嶺南鍾榮光博士紀念中學裡任教了三十年以上的老師不多，而其中一個就是鍾榮華副校長。

鍾副校長關愛學生的程度，猶如關愛著自己的孩子一樣親切，所以學生們都稱之為爸爸。如今，我們的爸爸帶著

欣慰的笑容，光榮退下教育的火線，離開這度過了他人生大部份歲月的「第二個家」。



在大家的印象中，鍾副校長永遠都是仁慈的，並且與學生建立了良好的關係，從他連續多年獲得我校學生投票的「我最喜愛老師獎」，加上每年都有不少畢業多年的學生回校探望，足見他在學生心目中的地位。

鍾副校長表示，學生每年都會為他慶祝生日，都令他覺得開心，而且有一年學生更把活動詳情在校報中刊登了出來，令他較為深刻。不過在嶺鍾中的教學及輔導生涯裡也有不如意的事，本報記者發現鍾副校長談及此事時，他會把笑容收起，黯然神傷的沉默下來，原來他偶然仍會痛惜以往意外逝世的學生而感到悲傷。由此足見鍾副校長對學生感情的真摯。



鍾副校長熱愛武術，但原來他的學習經過也很有趣的。起初他只是受兄長影響，學習詠春，而且態度上不算認真。

後來在五年級的時候，他因為曾經被同學欺負，於是希望加入武館學習武術，可惜當時他的父母不讓他練習，怕武館會讓兒子學壞。幾經波折下，鍾副校長四處尋找師父學習武術，最後憑著自己的誠意，加上後天的勤奮，才學得一身好功夫。



眾所周知，鍾副校長是我校武術班的負責導師，除了學生武術班外，亦有教授長者武術班。在學生的武術班中，鍾副校長最希望能夠把中國的傳統武術承傳下去，所以他會教授傳統中國武術及經過他改良的簡易武術給學生，而不是表演性質的武術表演；而長者武術班當中，鍾副校長則主要教授一些可以幫助長者減少病痛的招式，一方面可以強身健體，而且又可以修心養性。覺得武術是一種有益身心的運動，但眼見現時傳統武術日漸式微，鍾副校長對此感到非常可惜。





# 獨家之「方拳」

原來，鍾副校長把他所學的功夫加以改良，自創了一套招式，取名為「方拳」，當中原因有三。第一，這是鍾副校長為了紀念自己的師傅姓方，第二是因為方拳與太極拳不同，招式有較多的剛硬動作，與傳統較圓的太極拳不同，故取命為「方」；第三是方拳能在一個有限的空間進行練習，儘管是一個小小的方圓之地也可以練習而取名。



方拳最特別之處，在於其招式不野蠻，融合了很多不同的招式的元素，增加了實戰的能力，減少表演的娛樂性質，鍾副校長希望能藉「方拳」推廣古老而正宗的武術，讓這種傳統文化的寶藏能傳承下去，普及大眾。

另外，鍾副校長在臨別依依之際，跟大家分享了兩件有關自己的小秘密。鍾副校長：「若果你們好記性的，應該記得我曾在早會表演過『吹口哨』，你們又知不知道我甚麼時候會多『吹口哨』呢？相信大家都會猜洗澡或追求女孩子的時間吧.....那就大錯特錯了，其實我會在緊張或不開心的時候選擇『吹口哨』，因為這小動作能夠平伏我的情緒。後來，我的兒子也嘗試模仿我的小動作，不過他不是用吹的方法來發聲，反而是用吸的方法。這種落差對我來說覺得很有趣，但我卻不鼓勵！」



鍾副校長：「至於第二件秘密，就連我的家人也不知道的，你們又猜猜我每天洗澡的最後一個步驟是甚麼？」

「我會選擇『紮馬』一分鐘。原來這動作可以防止膝頭上的痛楚及退化的最好方法！大家有興趣也可試試看！」

最後，鍾副校長感激每一位跟他道別的學生，亦多謝散開禮當天各位同學送給你的掌聲！

## 李成新校董寄語

不知不覺間，我已退休近一年，如今聽聞鍾副校長亦退意已決，真的有點可惜。鍾先生為人敦厚，以誠待人，我作為他的上司，是可以証明他對待工作非常認真，對交付給他的工作盡力盡心，是一個有獨立主見而又懂分輕重的人，常能從學校整體考慮問題，在職務上也是很稱職的；在待人方面也能為人著想。

在二十多年的共事日子裏，彼此談笑自如，無拘無束地工作及交往，總體上是非常愉快的。鍾先生退休在即，我謹祝他萬事稱心如意，身體健康，享受家庭生活，做個開心快樂的人。



## 招世良老師分享



我跟鍾老師可算是亦師亦友，我們之間的回憶很多，其中有三件事情是很難忘的。

第一件是鍾老師的工作桌面上擺放了一張於二零零三年五月我跟鍾老師兩家人的合照，那張相片是十年前留影的，但鍾老師卻保留至今天，足以證明他為人重情重義、念舊的一面。

第二件事發生在二十多年前，當時我還是剛出茅廬的新教師，買了人生中第一部汽車，但我卻不懂「換機油」的步驟，可是鍾老師卻沒有架子，毫不嫌棄的爬進車底幫我，尤見鍾老師樂於助人的一面。

第三，某年鍾老師要準備演講，他告訴我要熟記一件事物，需要在一日內溫習兩次以上，三日內溫習第三次，七日內溫習第四次，這有助自己把事物牢記在心，也就是「記憶曲線」的理論。後來我寫了一份專題研究，當中運用到「記憶曲線」，可見跟鍾老師相處，更使我在知識層面也獲益良多。

以上的三件事情，足以證明鍾老師對我來說真可謂「亦師亦友」。



認識鍾榮華副校長只短短一年的時間，談不上什麼交心摯友，不過鍾老師給我那份可信賴、安全感、對老師及學生那份真摯關懷的心最令我留下深刻印象。

每日在校園走廊，總有不少學生流連，有的等老師；有的三三兩兩陪同學與老師談天說地。不過走廊總有一兩位同學因遲到、因欠功課、因紀律失儀被老師責罰。不知何時，這些同學被人忽略，他們大多沉默不語；有些垂頭喪氣；有些青筋暴現。作為校長、作為老師、作為同學的成長伙伴，我總會找些理由，停下腳步，與這少撮被孤立的小伙子交談。可能校長身份，又可能他們擔心校長只是責備自己，說話總不多。不過，每當鍾老師經過，或提及他的時候，這些頑皮的小伙子總會放下拘謹的態度，侃侃而談，鍾老師就是他們最好的交談對象。

我並不知道鍾老師是怎樣「馴服」這撮「小豆丁」，但我可以肯定鍾老師對他們真摯關心，循循善誘的教導就是「靈丹妙藥」。記得有一次，我與一位離校已久的學生交談，他說要找鍾老師，他弟弟（亦是嶺鍾中舊生）當他是爸爸一樣，鍾老師說什麼，弟弟都會「言計必從」。究竟鍾老師有什麼「攝人的魅力」？我相信每位老師、每位與他相處過的學生都自有體會。

離別在即，鍾老師，真心的跟你說聲：「感謝」。感激你三十年來教導一代又一代嶺南人。你教導學生的那份真心付出，我相信一群又一群嶺南人是「心神領悟」。

真心地說：「不捨」。不過我知道鍾老師要實踐弘陽武術心意。在此衷心祝福鍾老師展開人生的另一頁，別要忘記我們嶺鍾中一群師生默默支持你，並送上綿綿不盡的祝福。



### 後記

鍾副校長離開嶺鍾中雖然時間不長，但我們已經開始思念他那循循善誘、語重心長的一字一句，像爸爸一樣的用他寬厚的臂膀溫暖我們，總是特別的親切及和藹可親，而且慈祥的微笑給我們迷茫的未來帶來希望。最後，師生全人敬祝鍾副校長榮休快樂，繼續弘揚中國武術精神。



## A FAREWELL INTERVIEW WITH MR CHUNG

As you know, the Vice Principal Mr Chung Wing Wah, retired at the end of last year. In order to satisfy students' curiosity about him, we decided to interview him about his life at Lingnan and his future plans.

*By Jonathan Cheung and Ceci Yiu*

*S=Student C=Mr Chung Wing Wah*

**S: What are your favorite memories of the Lingnan students?**

**C:** My favorite memories of the Lingnan students are from the Boy Scout camps. We had some exciting adventures during those camps, for example, storms, fires and floods. It was exciting having to deal with the situations and the problems they caused. As a result, the relationship between teachers and students was made stronger on those camps.

**S: What are your favorite memories of the Lingnan teachers?**

**C:** Lingnan teachers have good communication and respect towards each other. There is a cordial atmosphere and great support among the teachers. I am most grateful to them for their support and cooperation in the past. This is my favorite memory of the Lingnan teachers.



**S: What are your favorite memories of Lingnan school?**

**C:** This is the place I started my career thirty one years ago. I have learned a lot and become a capable adult at Lingnan. I have learned the importance of communication with the other teachers and I have gained a positive work attitude.

**S: What are your hopes for Lingnan students?**

**C:** I hope Lingnan students can learn to think before they act and that they try to equip themselves with the most during their time at school. Remember, "Chances are reserved for the prepared".

**S: What would you like to become or see after ten years?**

**C:** I would like to become a more capable kungfu teacher. I hope more and more Hong Kong people would like to learn kungfu with me. And kungfu would become more popular.

**S: Thank you Mr. Chung for sharing your thoughts with us. And good luck in the future.**

**C:** You're welcome and thank you. I hope we have the opportunity to chat again in the future.

*Mr Chung,  
we love you.*

