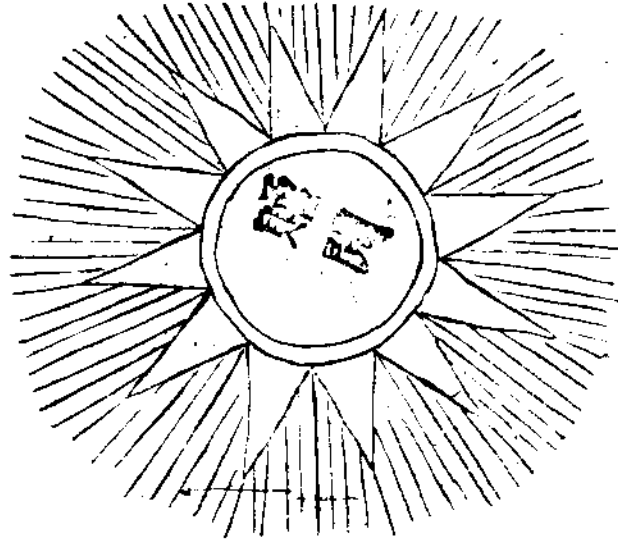


類紙聞新爲認號掛准特政郵華中

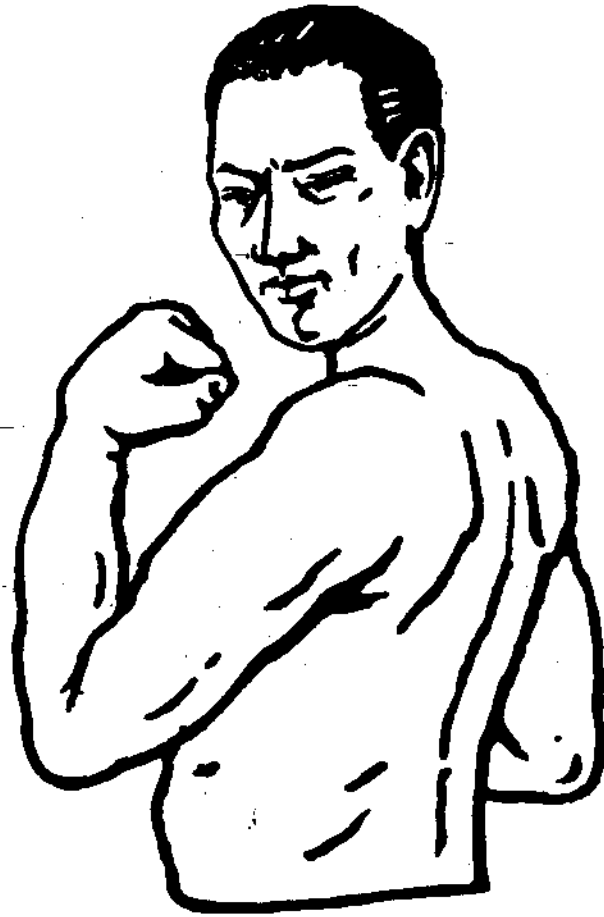
版出(日期星)日十月三年四十二國民華中

# 國術週刊

第三期



強種強國



自衛禦侮

拳之精神

中華民國二十四年一月二十三日  
違章聲請  
內政部登記

天津道武學社出版  
天津國術週刊社發行

# 總理遺教

## 總理遺教

一、奮鬥這一件事，自有人類以來，天天是不息的，政治修明，武力強盛，纔可和別人競爭，

二、無論是個人或團體或國家，要有自衛的能力纔能够生存，



三、中國人失去自信力，完全信仰外國，中國的舊東西都不

### 民族精神

要，這實在是大錯，

四、現在要恢復中國固有的地位，便要先把我們固有的能力一齊恢復起來，

五、要振起民族精神纔能抵抗外國，

六、對於民族精神不但要保存，並且要發揚光大，我們不要受外國的壓迫，根本上要從修身做起，

七、我們要濟弱扶傾，纔是盡我們民族的天職，

## 本刊宗旨

一、發揚固有的國粹

二、提起尚武的精神

三、喚起全民均國術化共謀強身自衛以

種種強國興

四、融洽國術同志感情以期互相競進

五、介紹專著研究以期集思廣益

六、用科學方法來整理沉淪於江湖中的

各種技藝

七、用楮筆墨來打破國術界舊有的荒謬

言論和惡習

八、闡揚國術的真精神

九、便利有志國術者之研習

# 國術週刊第三期目錄

## 題辭

中央國術館張館長  
海京洋行經理工程師

## 啓事

## 論壇

國術漫談

## 著述

國術十講  
江湖見聞錄  
泗水術

## 小品

國術漫話  
恩師憶友

## 研究

太極拳精義

## 心得

拳術箴言

## 電台

十八屆華北運動會國術場紀實  
魯第一屆國術省考委員會成立  
中央國術館體育專門學校招生消息

## 問答

本市林鮑伯君問

## 雜俎

國術週刊題辭

## 拳術

八卦遊身掌  
性功拳解  
意拳解

## 器械

宋代楊家奇槍真傳

大刀術

六合槍

太極支門劍

子母雙龍劍

六路戰

春秋刀

## 功夫

渾元一氣功

先天道功

跌打擒拿法

暗器

彈弓

續國術名人錄

孫季寬 陳敬伯 永山

郵筒

訪學友

國術小說

雍正劍俠快聞

俠義秘史

孝義情天

江南三大奇俠傳記

武林情話叢書

專載

國術考試細則

特載

記郭壽臣先生

圖影

本刊編者戎裝術照圖影

本刊編者與女弟子合攝圖影

河北警官學校國術表演圖影

妙興大師演戲圖影

附錄

贊助同志題名

本刊宗旨

本刊啓事

本刊啓事

本刊啓事

本刊啓事

本刊啓事

本刊啓事

本刊啓事

本刊啓事

王雲雲

武夫

張玉

孫玉朋

李斌

李斌

李斌

李斌

李斌

李斌

李斌

李斌

李斌

李斌

李斌

李斌

李斌

李斌

李斌

李斌

李斌

李斌

李斌

李斌

李斌

李斌

李斌

李斌

李斌

李斌

李斌

李斌

徵求全國男女同志一致致練固國術以期強種興國

# 本刊啓事

## 請本刊讀者注意

- 一、本刊本種強國興之義，提倡固有國粹，發揚民族精神，聯絡同志感情，介紹同志智識，互相研討，以期集思廣益，而謀普及民間。
- 二、凡本刊讀者，有與本社共負宣傳提倡改良國術之責任，故於定閱後倘能介紹五位親友為本刊讀者，以期擴大提倡國術運動，更所歡迎。
- 三、凡介紹讀者滿足五人之後，本社即承認為贊助同志，由社寄贈青天白日提倡國術精美徽章一枚，以資佩帶，而示提倡，此外並將姓名列入本刊首頁贊助同志題名內，以資表揚，此後即永稱為本刊贊助同志。
- 四、凡本刊贊助同志，對於提倡國術運動宣傳推廣有特別成績者，本刊當於首頁宣布之，並登載其像片小傳以資表揚。
- 五、本刊完全由創辦人堅苦經營，並未向任何方面募捐及求助津貼且既不推銷，亦不並派，倘有發現以上情事，請即將該人逕交官廳依法懲辦。
- 六、如蒙讀者熱心介紹親友加入本刊，增進親友健康之福，請向本社函索介紹定書券，免多費同志筆墨口頭宣傳之勞。

## 熱心推廣本刊之贊助同志題名

特別贊助同志(介紹在十人以上者)

張君運然(漢口) 李君金燕(唐山) 吳君煥傑(汕頭)

程君宗準(上海) 李君金亭(本市) 李君允中(本市)

趙君書丹(宣化) 孫君芳芳(冀州) 呂君珍庭(青島)

張君志華(寧縣)

贊助同志(介紹在五人以上者)

羅君雲清(本市) 張君玉田(本市) 李君增樹(本市)

張君玉峯(本市) 吳君鐵俊(北平) 石君玉山(本市)



敬請全體 讀者加入本社為贊助同

志共負強種強國責任



編者

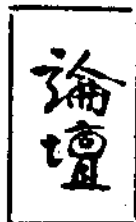
辦理一種刊物，並不是容易的事，尤其是初創，更是要到處碰到困難，今後我們在前途如何尚無把握之前，處處要謹慎掙節，不願裝飾門面以自眩，埋頭苦幹，以求壽命的延長。

我們完全是營業性質，既無背景，也不捐款，也不求助津貼，所以一切都因陋就簡，職員除義務以外，有薪金的也很低微，但是我們都是中了多年武術迷的人，白效力也很情願。

我們的內容，絕對的純潔高尚，不願迎合一般市井的趣味，也不傳授什麼舊矩規惡習慣，而且儘着力量來揭穿打倒牠。

國術是實作的東西，不是紙上談兵的東西，因此同人們技藝有限，不得不仰仗 諸位董事顧問，隨時賜以鴻文巨著，既然不比其他文藝作品，可以利用『偷剪』兩大主義，偷剪也是不懂，因此我們也不敢偷剪，還是求董事顧問諸公，隨時大發慈悲，以解搜腸刮肚出汗着急也掏不出來新鮮東西的圍呀！

我們不是常辦刊物的人，對於一切，自然是門外漢，那麼一切自然有不安的地方了，很希望讀者們親愛的國術同志們，不客氣的賜以指導，我們歡迎，感謝，不是客氣話，實在的情形，也是這樣，因為牠即打算成爲國術同志的園地，就應當大家來建樹，改良。



國術漫談

編者

### 七，國術與戰術上之價值

自五洲交通，生存競爭，戰事頻仍，科學發達，日新月異，其戰術各異，因戰事上之作用，迭有變遷，其種類雖多，僅陸戰一項，約不外遠近晝夜而已，晝間之遠戰，火器當先，射擊尚可決戰，夜間之近戰較難，白晝爲重，勝負之分，又當基於勇刺術之良否，比近如火器精奇，化學進步，威力浩大，欲求盡間迫近敵軍，甚非易易，歷觀戰史，用晝夜直衝，突破敵陣，以致勝利者，蜀可將數，或兩軍相接，狹巷相逢，擊地遇敵，或深入林莽之中，行軍邱陵之間，道路崎嶇，峯谷交錯，多有開敵聲而不見敵影，中敵彈而不知敵方，偶一轉折，則兩軍衝觸於數武之內，或砲火猛厲，殺傷劇烈，然一遇猛驚強悍不怕死之士，排槍砲手溜彈而直進，雖死傷枕藉，亦弗稍懼，卒至血肉相搏，當此時也，雖有機關之快槍，迫擊之利砲，爆炸之飛機，毒質之瓦斯，亦不適用，惟有用白刃相搏，以取最後勝利者也。

### 八、國術於個人之關係

人生最尊重最寶貴之物，無有過於體力者，故有「健康即是福」之語，深吾國弱民貧之秋，於體力尤為注重，體力者，與腦力，胆力，魄力，智力，自信力，以及活潑，進取，剛毅，冒險等精神，均有密切之關係，故有健康強固之體魄，然後有通天洞地，移山倒海，堅忍不屈之精神，以創造世界偉大之事業，歷觀古之偉人，其能負荷艱鉅，開拓世界者，類皆負絕人之異質，耐非常之勞苦，陶侃之習勞，運甕不間朝夕，史可法之督師，七日不交睫，拿破侖之流軍，日睡僅四小時，占士比兒之築大北鐵路，五年奔走，巴律西之改良磁器，坐守十五日二十日以爲常，士提反孫之作行動機，瓦特之作蒸氣機，一則費十五年之心血，一則絞三十年之腦髓，他如格蘭斯頓之乘老，步行能逾百里，俾斯麥之體格，重至二百八十餘磅，孫總理之奔走革命四十年風塵跋涉，朱子橋之惠及貧苦，數載馳騁於慈善事業，其筋骸堅固，體魄強壯，故能冒風雨，犯寒暑，衝瘴癘，凌波瀾，樓患難，忍勞苦，而貫徹初衷，然則非一般同胞之所共信者耶。故體力之於人身，實有百利，而無一害，況國術者，乃體用兼備之術，無論何界，皆宜汲汲乎研究而不可緩忽者。(未完)



### 國術十講

張蔭梧(却酬)

余對拳術，每日按時練習，與飲食無異，直至今日，其間惟雁北作戰受傷，間斷六日，在北平落馬跌傷，間斷十日而已。故余之拳術，論其來源，係純潔的結交朋友，健全身心，論工夫有十九年不斷之時間，論學理並非道聽塗說，口耳記誦之學，純由事實之經驗練習而得，此非自誇，確係客觀之事實，而所以先謂諸君述者，因吾人關於自修之事，則應誠默，而然潛修，至於行政，教育，必先使人澈底了解，所謂「自明誠謂之教」也。

○如諸生先未上結，自無信仰之心，又何肯下苦工夫，作深刻之研究乎？但尚有預先申明者，俗語說：「會看，看門道；不會看，看熱鬧。」這話是說世間事物，金玉其外者，往往敗絮其內，表露愈多者，其儲藏者愈少。○加洋貨商店，其貨物擺滿櫃前，玻璃照得五光十形，而櫃台以內，實少儲藏；至於金珠銀店，其門面陳列有限，而後台則實藏與焉；又如學校，凡舉止潤滑，修飾時髦之學生，其程度成績，多屬中平，或竟下下，所謂高才生者，斷不在此輩。○花叢中，乃在一般樸素篤實，勤奮莊重之青年內，其故即因勞其精力於浮華之修飾者，學問士之自修，勢必爲之減少，而彈精力於學問之自修者，自無暇之意於浮華之修飾也。故真有價值之學理，往往不在極端新奇之中，而在平易近人切近事實之內。○中庸說：「智者過之，愚者不及論語說：『過猶不及』，這過猶不及一語，未免令人懷疑，世界進化，惟恐不速，過乃進化之速，何得謂與不及相等？實則並無可疑，蓋進化須循正當的軌道，軌道乃是離心力與向心力之均衡之妥適道路，「進」是離心力，爲什麼能「進」？是因爲有向心力。所以進化是合乎事實需要的一種演進，並不是「索隱行怪」，爭妍鬥奇的一種躁進。

吾人學書畫詩文，有句說：「山俗入古，山古反俗」。這話表面上也似矛盾，學書畫詩文，惟恐不能脫俗入古，既然脫俗入古了，何以又須反俗？蓋脫俗入古，乃模倣之工夫，也就是「離心力」的造詣；由古反俗，乃創造之成效，那就是「向心力」與「離心力」均衡的結果。如諸君此際作文，惟思材料不多，但到完篇以後，須講究別裁鍛鍊，方稱作文之能事。故在現時，猶想立憲復辟，盼望真命天子，固然是倒車的「愚者不及」，但急進者欲破除國界，放棄民族主義，高唱世界主義，是則「智者過之」，「直等於」不及耳。○故孔子「極高明而道中庸」。老子說：「大智若愚。」「語焉孔明，未出茅廬，已知天下三分，乃六出祁山，鞠躬盡瘁，死而後已。孔子「知其不可而爲之」。『皆可謂由古返俗，外表似愚，實則大智。』所以世間事物，真有價值者，多不外此種原則，大都平淡無奇，惟魔術幻影，以騙人圖利爲目的者，則表面光怪陸離，變幻多端，刺激人之精神，甚爲劇烈。

思想愈幼稚，愈易受其誘惑，小孩對於魔術電影，學得手舞足蹈，若成人揚其黑幕，則所謂識破不值半文錢矣，明白此理，方可開始討論拳術。

余所練拳術，乃形意與八卦；論中國拳術，種類甚多，大別為內工外工兩大派，形意八卦係內工，內工可是不只這兩種。內工拳之來源，亦可謂鑒於智者過之，愚者不及之流弊，乃建築在聯繫均衡之原理的基礎上面，中國向來練拳術者，祇知對於身體筋肉骨節，作極端之鍛鍊，而對於內心氣息，毫不顧及，以致號稱拳術大家，往往五臟內傷，壽命短促；而一般提倡靜坐如宋儒及打坐參禪之佛家，又專注意於心息之沉靜保養，如所謂心放在肚子裏，而於身體筋骨，乃聽其坐廢，不加勞動，故其結果，往往手足麻痺，心如死灰，而形亦如朽木；二者皆偏於一端，一偏於內，一偏於外。要知宇宙生成之道，並不是獨立而存在的個別物體之綜合，而是互相聯繫着的物質之統一體；並且這聯繫中，是彼此交互適應，而有一個均衡性的存在。所以喻形發展，單調偏枯，決無善果，過剛則折，過柔則弱，睽夫亢陽不壽，浪子癡慾，亦慘然而死。其至善萬全之道，乃在剛柔均衡，內外合一，無過無不及之則，堯舜十六字心傳，其要在「允執厥中。」一舜一執兩用中。孟子曰湯執中。所謂中也就是均衡的意義。故陰陽調和，雨暘適中，而萬物育，歲功成；人是宇宙間的一體，他的生存發展，當然要與宇宙生成之道相合，故肢體心息，不可偏重，偏則生病，惟身心交養，動靜適中，乃能常保健康。內工拳者，即一面調養心息，一面運動筋骨，雙方並進，內外同修，將心意與肢體，均衡的打成一片，融合無間，所謂盡人合天，踐形盡性，若內工拳者，乃其實現者也。本日時聞有限，此不過略發其端而已。（未完）

### 江湖見聞錄

瘋顛客

凡此道中人，走外碼頭，如缺少盤費，該處又絕無相識之人，則可用掛招牌之法以求之，必有人加以招待也，其法如在茶館之中，則將茶壺之蓋揭下，倚於茶壺之外側，如在酒肆之中，則將箸置於酒杯之前面，或將

帽反而置桌上，或以手之五指，攏拂衣袖以示一老之意，道中人見之，應前來問話，其問答亦有一定之次序，始見人掛招牌者，則問曰，「老大可有門檻」掛招牌者見有人問話，宜敬謹起立，躬身答曰，「不敢，是清祖師爺的靈光」，再問貴前人是那一位，貴爺是一帶答稱「在家子不敢言父，出外徒不敢言師，敝家師姓□□上□□下□□字□□，是□□□□□□，再問，老大頂那個字，答曰，頭頂□□□□世，身背□□□□世，腳踏□□□□世，至此則知係道中人，然後一同入座，有時須將自己之前人，及引見師父傳道師父之一代，如師太師爺師父齊之，此所以為三帶九代也，道中人接納，止限二日，三日之內，凡一切飲食起居之費用，皆由其人負擔，臨行更可得上盤費，若居留過三日後，仍不他去，即不復再受招待矣，幫費助財，互相救援，蓋本乎義氣千秋，如掛招牌者欲反請其人之姓氏履歷，則所用之詞，例須更換，如問其行輩，則曰，老大燒那踏香，而不可言，老大頂那個字，答語亦不用世字。而須曰，頭頂□□□□踏香，手燒□□□□踏香，腳踏□□□□踏香。（未完）

### 泅水術

寶鏡

露身泅水足上功

斜肩抗水破浪行

提氣踩水手足動

金鯉浮水快如風

水底潛行排身進

足踏沉水上岸

沉氣坐身千斤重

應敵躍水似蛟龍

民十七，北伐成功，張雨帥，通電和平，繼以被炸聞。時張學成充陸軍第九師師長，張漢卿命其退駐遼縣待命，張以雨帥慘死，決心復仇，（張學成係雨帥姪），乃自動退至關外，散駐興城縣邊條紅樹子一帶，倡發起兵攻日，其不量力也。時余任陸軍十六團團長，雖全軍奉命馳赴興城解決該部，團長商公廷年，與余有同學之誼，深知余體力強壯，命余為軍官偵探，單身化裝，偵察匪窟。余赤足肩鑊作農人狀。抵匪窟，偵得敵情，擬回營報告，不意被敵人騎兵看出破綻馳騁逐余，鎗聲連發，一斷小

河。余心中想生，得獨投水，幸水較深，乃潛游而逸。至氣竭露首水面，頭顱擊又起。換氣之餘。仍潛水而行。(未完)



國術漫話

魏劍寒(即酬)

無論那一種拳術，先以已身理會，再以體會，或他人或病夫試之，是否內功外操，若有三四式站功(即立功)，行功(即動功)，臥功，坐功，數病者，不期然而然，外形實不見甚合姿勢，然病者自覺長精神，或長食量，或漸漸見胖等現象，此即內功也，或許人身身體靈活，肉便似鐵，瘦人氣足，骨健如鋼，此其同一證據也，有人拳術功夫甚好，與人相較，亦多致勝。拳術可謂有功夫，或有傳授，然每每體不能支，病不離身，此外操甚好內功太欠也，有人操練一二月即見內功進步，據其高明一看，即認識此人，福大所得不凡，有人一世功夫，仍是外操，所談所論，據實一考，無一不內功，然話語亦是內功，詞句真正講究之點，仍欠高明，又有人始而所練，率皆內功，所得亦是內功，俟練至三五年，漸漸誤入外操，再延至數年，大名鼎鼎，亦學亦教，朋友亦不少，自覺人皆說不錯，據高明一看，此外操也，外魔太深，無有入內家之希望，其師父亦內功，其師兄弟亦內功，獨此人，雖有十數年功夫，反失本原，而入歧途，凡曲一高和者必寡，致於形意太極八卦三門，果有名師傳授，按步就班，數年純功，不至所動中化勁之始，好仁行義，抱不平，寬人之過，不喜人之惡，學而不厭，誨人不倦，內功也。若以獵色，嗜財，趨勢，附炎，而容談內家者少也，太極形意八卦，在楊露禪那輩諸先生為內家，李洛能郭雲深等先生身上為內家，董海川眼鏡程諸先生身上為內家，一代一門不過幾人得之，其餘不過得外形外操而已，名之內家拳，而未得之於內家之實，或得

若一勢不能謂全體大用，一貫始終為業，亦是逐願必敗，必難必衰，北平先以重程之世，八卦最盛，後形意郭劉先生，創而發揮，今南北高唱太極，實究之原不如前數十年，在平時也，愈傳愈遠矣，道不遠人人之為道而遠人，愈發明愈黑暗，學者盲從，所學亦不知是否入黑暗之途，何論內外也，噫！

【完】

國術發揚

思師憶友

仲衡(即酬)

民十七年春二月，海京洋行地盤繪圖員劉秋舫者，每因接吻，夜不能眠，只在恍惚中而已，未及發音，喘聲先作，言不數語，喘聲更劇，凡與談者，輒多嘆息，蓋恐其氣力也，劉君與同事，常於午飯時同餐一席，遂詢其如何羅此苦症，得悉劉君六歲時，同輩家中人日赴瓜地看瓜，及照料菜園等事，一日，天氣炎熱，家人行歸疾，手携小兒(即劉君)往返，小兒呼喚甚，家人以新提井水痛飲之，因行路歸熱之極，驟然受此過寒井水一激，即羅此症，待年至二十六歲，尚不能娶親，蓋恐體力如斯，易至不治故也，中經若干醫士診視，亦未見效，於是求余設法治之，遂取三體式以治之，(內家拳却病延年，已為各界所公認，自不贅述)，不數日劉君覺能吸氣，(以前鼻不能吸氣不能辨味)左手向前左鼻孔通，右鼻孔仍不靈，然右手向前，右鼻孔通，左鼻孔不靈，以至漸漸氣足，兩鼻孔通，後吐血數塊，(肺臟不舒之瘀血)，胸膈痞滿，如此兩月餘，劉君仍大膽勉力，余亦大膽教導，並使之向風而立，每一氣喘，不論夜間何時，下床出戶，迎風而行三體式，有時練幾遍勢拳，(形意拳練師者，五行屬金，五臟屬肺，其形似斧)，亦不如站三體式，至是年端陽節，劉君送



余奉燒鴨一海，余驚訝詢之，乃知劉君已結婚，此結婚之後三日也，余曰：破鈔乎何為也，劉曰：此南市聚和成，余家買賣也，何費之有，其後，劉因故由海京洋行退職，任美興公司地盤繪圖員，與插畫家嚴德華君為同事，後有許和豐君，舍洋行地盤繪圖專家也，其背刺形意拳專家趙佐堯君門下習拳，余與嚴德華，許和豐，趙佐堯君之相識，亦由劉君之紹介也，許與劉君為表兄弟，許君到余處閒談，贈余山水多幅，不但拳術交，而又成翰墨交矣，劉君於民二十年同余君拍照，以作紀念，民二十一春余乃介紹嚴德華孔慶元諸君，拜國術先進周祥君門下（周係八卦大家眼鏡程弟子，且入門最早，即本刊編者近著國術名人錄中之周玉祥），習八卦掌，余亦告知劉君，（斯時劉已不站三體式矣），仍可從周師習拳，劉君因日間無暇，每日由英租界返家噴腐址，抵家已晚，無暇計及矣，余遂將周師照片示之，劉含淚而去，余心頗疑，問其故不以告也，茲者劉君已於前年病故矣，噫，命也，命也，劉君結婚次年，得一極肥胖小兒，親友無不慶賀，今劉君死矣，小兒仍健乎，劉夫人有此子而移其歡心於此子身上乎，一切悲苦余不得而知矣，聞之心碎，又劉君與先師祿堂，曾晤面於河北五馬路館址，相談四小時之久，今日師友俱亡，其不甘之痛痛乎。

# 研究

## 太極拳精義

吳橋孫錫華講述  
燕京金聲鐘筆記

## 太極十三勢歌訣

十三勢勢莫輕視，命意源頭在腰際，雙膝虛實須留意，氣遍身轉不少，靜中觸動動靜，因勢變化示神奇，勢勢在心換其意，得來不覺費工夫，刻刻留意在腰際，腹內鬆靜氣騰然，足間中正須貫頂，滿身輕利頂頭

懸，仔細留心向推求，屈伸開合聽自由，入門引路須口授，工夫無息法自修，若言體用何為準，意氣君來骨肉區，想推用意終何在，益壽延年不老春，歌分歌分百四十，字字真切意無疑，若不向此推求去，枉費工夫貽嘆息。

## 太極十三勢行功心解

以心行氣，務令沉着，乃能收斂入骨，以氣運身，務令順遂，乃能使利從心，精神能提得起，則無遲重之虞，所謂頂頭懸也，意氣須換得靈，乃有圓活之趣，所謂變動虛實也，發動須沉着，鬆靜專注一方，立身須中正安舒，支掌八面，行氣如九曲珠，無微不至，氣遍身軀之謂也，運動如百鍊之鋼，何堅不摧，形如搏兔之鶴，勢如擗鼠之貓，靜如山岳，動似江河，蓄勢如開弓，發勁如放箭，曲中求直，蓄而後發，力由脊發，步隨身換，收即是放，斷而復連，往復須有摺疊，進退須有轉換，極柔軟然後能堅硬，即所謂似柔非柔，似剛非剛，柔即是剛，剛即是柔，剛柔并濟，虛實兼收也，能呼吸然後能靈活，氣以直養而無害，動以曲蓄而有餘，如令氣為旗，腰為纜，先求開展，後求緊湊，乃可臻於綿密矣，又曰：先在心，後在身，腹鬆氣斂入骨，神舒體靜刻刻在心，切忌一動無有不動，無有不靜，牽動往來氣要貼背斂入脊骨，內固精神，外示安逸，過步如貓行，運動如抽絲，一身全在精神不在氣，在氣則滯，有氣則無力，無氣則純剛，氣若車輪，腰如車軸。

（未完）

# 心

## 拳術箴言

## 路數

滄州郭海臣講述  
燕京金聲鐘筆記

路數如傳真，傳真宜肖，路數亦宜肖，且期其神，肖者肖其局度之尺寸也，路數之演練，雖大同於散手，然承轉起頓進退之間，自各有法，善拳術者，無論演練何種拳術，進退左右雖百勢，不得逾路數之分寸，是其身手法步如何工穩乎，習者散手既精，理法亦熟，再從事於調神運氣之功夫，則臨機應變可操左券矣。

### 單練

拳術手法雖多，然無手不可於理想中求得，習者步法既穩，所習手法，又均能領略其要，則千手萬手均不難由此中變化之，何也，人之一身，雖有上下前後左右六方面，而所以應敵者，必不出一方面，（拳殿不在此例）會無有攻吾前而又兼擊吾後者，攻吾左而又擊吾右者，彼轉而攻，吾轉而應，跌曰，奇正變化，習者明夫應敵之義，則單練時知所趨向矣。

### 對打

拳門為險事，即友好對習時亦多險象，然學拳術者，又萬不可不對打，然此對打，並非配合而成之假打，乃真實對擊也，故拳家過手即兩習對打之謂也，其法在對習者互為攻守，其初時，先上部，再中部，次上中下三部，攻者則不守，守者則不攻，庶其心專一而手得不錯亂，且攻者無被攻之虞，即得專思攻守者之所不能守，守者有無出手之暇，亦得專思便攻者不知所以攻，然後再得互相攻守，惟若身勁勿十分發出，則對方難跌不至傷矣，則攻守變化之術，不於此而互得之也，然此祇可為身手未合變化未備者言之，若身手已合，變化亦備，心性打通，則此法不足以語之，唯各存毋仇視之心而已。

（未完）



### 十八屆華北運動會國術場記實

編者

頂門置磚三塊另一人以一磚擊之，磚粉碎而頭無恙，特別技能預習完了，乃閉會，按法分二種，曰纏絲，曰脫手，脫手即俗呼打飛鏢，脫手又分為陰手鏢，陽手鏢，反打，正打，打，散中取勝極難，余幼時曾習之未精，開石開磚，則為渾元一氣功，俗稱蛤蟆氣，為貫頂，雙風貫耳，鐵腹鐵掃帚，鐵背，鐵臂數種，練習之法，則完全為氣功與排打操功，余曾習之，其法不外吞吐，即微開其口，舌上捲，微抵上脛，吞氣入丹田，急閉口以鼻吐氣，凡八個吞吐勢，六個散氣勢，再以鐵掃帚排打胸腹與兩肋及腿臂，更以鐵掃帚操頂，同時氣隨意注排打何部，其氣即貫注何部，練後行明目，聰耳，摩頂，摩額等法，更行按摩，以免火攻上焦，而生內傷，三年成功，即可開石開磚，惟練習期間，須節慾，然亦非斷慾，余於此功不敢言精，但貫頂開磚，鐵掃帚排打，已不覺痛楚矣。

第四日上午單練表演，第一次魯選手林玉田之黃鷹架，則其平平，第一次青島選手姜愛蘭姑娘之雀拳，身手仍甚靈活，第三四五次，黑選手崔英勳之反掌，青選手劉英華之金剛拳，綫選手劉恩毅之八法拳，無甚精彩，然崔英勳之反掌尚稱熟練，第六次黑選手之行拳，雖無功夫可言，但其尚能代表變色之黑山白水，以人材缺少，亦稱難能可貴矣，第七八兩次，平選手張慶康之八卦掌，高鳳祥之六家式，無甚可觀，第九次又為青選手姜愛蘭姑娘之艾虎拳，則進退攻守，法勢各別，且發拳踢腿，敏捷利落，有如小俠再世，不妄稱小俠士艾虎之拳也，第十次又為黑選手崔英勳之反掌，與一二兩次之反掌手法同，不過動作有別，單拳完了，對拳開始，第一次魯選手韓俊義王得貴之對長拳，甚為熟練，第二次，黑選手桑文棟樹

竺煥之對六合，無甚精彩，第三次竟選手蘇厚亮蘇鳳雲之對洪拳，則功夫老到，忽而兩方連取攻擊，忽而躍騰騰，身手靈活，觀衆極贊賞之，對拳表演完了閉會，下午軍械開始，第一次豫選手劉玉華姑娘之少林雙刀，極，砍，劈，削，飄，刃，浴，掛，掛，跳，諸法均能一目了然，且氣勢充實，不愧中樞英雄也，第二次魯選手榮寶昆之日月方便劍，按方便劍不外擁，錯，帶，還，掃，擦，諸法，且爲少林樞門之武器，榮君表演十餘勢，即告終了，或因時間之限，故未見精彩，第三次晉選手郭鼎新之三才劍，則其平平，第四次青選手饒秀雲姑娘之呂祖劍，按呂祖劍即純陽之別名，饒姑娘演來，剛柔並濟，進退急徐，無不坦然怡然，毫無慌張態，且眼神最好，行勢氣隨意任，眼隨劍鋒（即劍尖）活動，而夜叉探海勢，沉穩老練，他如劈，砍，掃，擦，刺，截，撲，掛，絞，剪，諸法，亦能一一顯示，且練後氣不湧出，面不更色，不愧女中豪傑也，第五六兩次，豫選手吳占標五虎槍，黑選手孔廣坤之六合戟，亦極可觀，考五虎槍，又名五虎斷門槍，實即五虎斷門槍之誤也，六合戟者，即六輪大戟也，五虎斷門槍昔日山東臨清州籍者最多，如今日豫于下振清，即爲傑出者，六輪大戟昔日滄州大槍劉德寬最精，劉係田春平之得意弟子，即江湖上所謂田九八式是也，劉曾拜太極大家楊露禪習拳，余友朱熙臣即大槍劉之弟子朱今年逾花甲，身體仍矯捷，亦北京單刀韓之弟子也，吳孔二君之淵源亦不外此也，第七次冀選手朱正心之八仙劍，身法極靈活，腰腿極利，且醉行步運用敏捷，更有掛盤掛勢，觀衆贊賞不已，掌聲如雷，惟手法則越乎劍法，第八次平選手陳維新之八卦刀，功夫尚稱老到，第九次魯選手李振西之槍法，極有可觀，第十一次，晉選手郭兆吉之三才劍，綏選手王美之四十槍，黑選手郭憲亞之梨花槍，無甚精彩，第十二次平選手田春林之大槍，氣勢充實，借因槍尖點地，爲美中不足也，第十四次魯選手王子章之雙劍，舞動生風，尚稱不惡，第十五次青選手張培楙之月法，有如弓形，其柄如弓背，其刃如弓弦，又如半弦明月，兩端繫以紅綢，舞動時隨風乘勢飄揚，其法亦不外春秋刀之擲勢架刺諸法，然其純熟，爲可貴也，第

十六次黑選手田國安之飛鳳雙劍，無何精彩，第十七次魯選手宮有安之棍法，雖極純熟，但見身法，未見棍法，仍不脫猴形拳之意，第十八次晉選手張引江之純陽劍，平平乏味，第十九次又爲豫選手劉玉華姑娘之小武槍，則割，拿，纏，擰，極見工夫，第十九次，魯選手榮寶昆之槍法，晉選手郭鼎新之五花刀，無甚精彩，第二十二次又爲青選手饒秀雲姑娘之雙劍，則拘，拉，鎖，帶，諸法，一目了然，且五花較速，動作快利，不愧名列特項兵器第一名也，第二十二二十三次，冀選手朱正心之梅花刀，極其功夫，平選手陳維新之十槍，亦有可觀，軍械表演完了，對械開始，第一

# 武俠精神

## 張之江

次冀選手馮振武陸振林之三節棍對雙拐，四起打利落，其見功夫，且手法迅速，純熟已極，故觀衆贊賞之極，第二次平選手衡雲雲梁子厚未到賽場，第三次平選手韓俊義王敵之劍連槍，尚有可觀，第四次魯選手李庚祥金龍貴之對梅花刀，功夫亦甚老到，第五次仍爲平選手衡雲雲，對械完了，陣仗賽開始，第一組魯選手王永彭對冀選手王進才，青下勝，此組冀王仍因不善持槍而失敗，第二組魯選手懷錦章對平選手宋振甫，懷勝，第三組青選手張孝才對魯選手左錫五，張勝，第四組平選手何十恆對魯選手金勝利，宋分勝負，此三組，前一組或因身法靈活，或因腿脚利落，

而分勝負，拼鬥情形，甚為劇烈，末一組，則兩難相遇，致均棄權，僅火  
 候稍分上下，即見勝負矣，其較決賽之結果，勝利者凡修順祿，趙雲亭，  
 張孝才，宋振甫，馬清河，王永彭，懷錦章，七名，最後再賽名次，第一  
 次修順祿，趙雲亭，二君平日友誼最厚，不願因第一二之分，而事拼鬥，  
 當不作豫國衛館副館長劉君不顯在旁笑曰，二位均係青島名將第一第二，  
 在所必得，但須真正拼鬥，予予擊一飽眼福，故此組拼鬥情形極劇烈，終  
 以修身體略獲勝，然事後修謂人曰，趙君苟非相讓善早負矣，其禮讓之  
 至，武德功深也，第二組張孝才對宋振甫，張勝，於是名次列定，第一名  
 修順祿，第二名趙雲亭，第三名張孝才，第四名宋振甫，第五名馬清河，  
 第六名王永彭，第七名懷錦章，此時攝影記者，已將老修包圍，問長問短  
 ，爭為攝影，老修高興之極，揮拍決賽完了，日已西沉，特別技能表演開  
 始打書因預習成績不佳，乃告停止，魯軍桐林之鐵腹功開始，其法藉君仰  
 臥於兩燈之間身體懸空，名為鐵板橋氣貫胸腹，瓦石橫掛腹上，山東國術  
 館技師教習用大錘擊之，在錘未落前，連呼一二三，以示呼號，則君使  
 氣上頂，石碎而身無恙，繼為胡煥彬君之鐵背功，其法上身前俯，氣貫脊  
 背瓦石橫掛其背，其法藉教習用大錘擊之，亦連呼一二三，則胡君使氣上  
 抵，石碎而身無恙，事後余向胡君略談數語，知君之功，係非別傳，談  
 及渾元一氣功，胡君知余亦善此功乃相偕入室，余演貫頂開磚，胡亦深贊  
 之，余愧極，蓋余年來以事務煩瑣，無暇練功，故已退化矣，於此更知不  
 進則退，並非子虛之語也，特別技能表演完了，乃閉會，國術場瑣目完畢  
 ，次日乃赴各場參觀矣，余觀後，頗多感想，因吾國國術，傳授不同，練  
 法各異，有拳械套路甚長，而緩慢者，如太極拳劍，八卦拳劍，蛇拳，鶴  
 拳，活步猴拳，九宮拳劍，字門拳等，有拳路甚短而疾急者，如形意拳劍  
 ，少林拳棍，六合拳槍，洪拳，查拳，演手，劈掛，二郎，羅漢拳等，因  
 習慣之關係，大會表演時，受時間之限制，難望精彩，余深望中央國術館  
 加以研討，期各盡所長，以精熟之拳械，充實之氣勢，進退之精神，為取  
 材之標準勿令懷絕技者有向隅之嘆，至於比賽之規定，亦希勿染歐化，則

國術進修班有聲

### 魯第三屆國術省考等委會成立

(完)

【濟南通電】本省第三屆國術省考，業經主席兼國術館長韓復榘允准照  
 舊舉行，故國術館已着手籌備，舉行日期未確定，大約在四月中旬，將來

# 述明現強 古於身國 及後學說 今於魂者

仲德  
 仲德  
 仲德

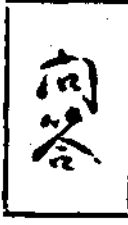
由考委會決  
 定云，考試  
 委員會尚未  
 組織各考試  
 委員亦由  
 考委會決  
 聘，擬以韓  
 主席任委員  
 長，省府各  
 委員，各廳  
 長，省黨部  
 各委員為去  
 員，評判委  
 員長擬仍以  
 省府參議陳  
 以介充任，  
 該館已函聘  
 各委員成立  
 籌備會，並

於三月三十一點開第一大籌委會，籌備進行，茲將聘函及各籌委姓名  
 考委會組織大綱錄下  
 籌備委員會題名錄 聘各委員委函云，敬啟者，第三屆國術省考日期已近

，所有一切關於考試事項，急須籌備，索仰台端提倡國術熱心公益，不遺餘力，公推担任山東第一屆國術省考籌備委員，敬希俯允担任，籌備一切，茲定於三月三日(星期日)上午十一點在本館禮堂開第一次籌委會，屆時即希駕臨是荷，此致葛蘭笙(教廳二科長)，楊鵬飛(教廳三科長)尚樹梅(省體育場長)，康少卿(手槍旅體育指導)，田世駿(教育科長)，于鳳九(省政府國術教官)，費來庚(省國術館副館長本刊顧問)，田振峯(國術館教務長本刊顧問)，潘雲峯(國術館教務主任本刊顧問)，程默齋(國術館事務主任)，李培義(國術館教官)，林秉禮(國術館教官)，張恩泉(國術館編審)。

中央國術專校招考專一插班男生 錄

中央國術館館長張之江氏因警外患日深，國勢瀕危，良由體育不修，有以致之，特於前年建議中央，在京創立國術體育軍事三者並重之中央國術體育專科學校，(簡稱國體或國術專校)以普及國民體育，恢復吾國固有國術之責任，設立甫經年餘，成績斐然可觀，遠近學生多以考進該校肄業為榮，平時前往探詢投考手續或要求肄業者不知凡幾，頃聞該校當局並向各方請求，特於二月十一日在該校考試專一插班男生十名，以廣造就云。



本市林鮑伯君問

記者

逕啟者練拳須知拳理拳意不然任其胡練非唯無益且有害也 貴社諸公能鑒於斯特刊國術週刊俾練拳者可以研其精摩有所進益刊內開問答一欄為學者請教更非淺功此德令人感激直是無時或已時閱 貴刊金先生答李君所問八式解釋頗詳並不憚勞而略述足見 金先生提倡國術之熱忱也

惟形意八卦之八式其名其意似未提及伏望 貴社不惜珍玉詳賜解答為禱專此叩謝  
鈞鑒並祝  
春刊萬歲

編者敬答

林鮑伯謹啟

李君所問，係包括言之，編者所答，亦包括解之，況今日即稱國術，已無再分門別戶之必要，但習其拳械，叙其淵源，亦無不可，故前答李君之內外八式，即籠統言之，茲承林君下問形意八卦八式之名，編者就所知者，略答如左，因於形意八卦，無何研究，俟轉求本刊顧問指示後，再詳為解答。

形意八式

斬，截，裹，劈，挑，頂，雲，領，推，托，帶，領，板，扣，劈，進，

八卦八式

少林八式  
撲，打，騰，封，踢，彈，掃，掛，



國術週刊祝辭

國術精粹。  
功分內外。  
發揚體育。  
偉哉週刊。

理貫研求。  
悉協剛柔。  
樹望神州。  
救國良謀。

許錫伯敬祝

橫刀躍馬英雄事。揮戈莫忘夫差志。國難尙軫張。男兒當自強。聞鷄同戮力。須學萬人敵。付筆挽頽瀾。書成拭目看。

吳仲宣敬祝

國於天地。必求所音。其道伊何。心一德一。猗歟大刊。武術精晰。千宗萬派。各探其極。落鐘之聲。如椽之筆。宣揚國光。讜論屹屹。明恥教戰。守信與義。強族保種。迺克有濟。

蔣馨山敬祝

拯弱啓衰。自術衛人。披露週刊。文字發揚。

振奮是務。端在國術。超超元箸。無量懽悅。

吳峻山拜祝

好把名刊啓賸聾。縛雞習革書生弊。議論風芳生草綠。敬將一語勗黃胄。

闡揚國術造英雄。搏虎陶成馮婦衷。琳琅氣壯劍光紅。振刷精神路大同。

泰安霄雲王龍翼敬祝

第三圖



八卦遊身掌  
雙換掌



孫錫敏

第四圖 (未完)



此掌 右手臂 腰上穿 手往 裏扣。 貼左臂 貼脇別 散勁。 此名指 天之式 如第 三圖 同時 左手隨 翻掌。 上手別 撤勁。 身慢慢 的下鬆 緊並。 左手小 指上反 如第 四圖

## 性功拳解

鍾金

肉體本性靈之宿舍，性靈即是精神，由精神之作用，起肉體之活動，使精神一旦脫離肉體，其精神之作用，雖不能施行，然固有之精神，實不消滅，而遊翔於宇宙，易言之，則靈魂者，實若勢力之於理學，人死而肉體亡，惟其組織肉體之物質，實未與之陪亡，苟他日有適當之約束，將必再現，是即死者靈魂一時眠息之狀態，即佛家所謂迴關大門走真神者，更能再接再厲，再起再治，現數回之作用，即佛家所謂生生滅滅，滅滅生也，譬如吾國術學中之定身法，搬運法，則目為邪術迷信，若東洋之催眠術，西洋之魔術，是又何術，吾國之練氣術，則目為道家之吐納功夫，若西洋之呼吸術，東洋之吞吐嚙唾法，是又何術，吾國之俠義行為，則目為不經之談，若東洋之忍術家，西洋之劍客，是又何故，吾國之性功拳術，他如神功，則目為迷信鬼神，或目為釘棺會，殊不知釘棺會乃左道大賣衣之邪術，乃神打功夫之一類，非性功之性靈求學者可比也，則又當別論，若東洋之護身術，氣合丹田術，五遁隱身術，西洋之催眠術，則日本神道正會長小協國秀所傳授，專講靈機勝人，五遁隱身術，為日本戰國時所發明，亦分若干派別，氣合丹田術，亦日本古時發明，可以喊喝一聲，令人立定不能動，要亦催眠術之意，西洋之催眠術習劍練拳，係羅馬先哲所發明，余友堂劍室精研機械，供職海軍洋行機械工程師，係孫堂得意弟子，本機械學，研求拳理，以肘為拐軸，以手為齒輪，以足為大輪，以心為總機，內含彈簧崩發伸縮之作用，余認為頗合科學原理，深贊魏君之精心也，余幼習少林藝，後隨嚴師習性功，更得妙興先師之教誨，雖有經咒佛聖先賢之流法，要亦精神之作用也，因余深知催眠術能藉精神而習拳舞劍之實驗，乃以性功習拳練功，亦曾得到成績，且性靈應用之妙術，亦多試驗，得到良好結果，余非敢自眩者，蓋以此種功夫，為國術之一種刊諸報端，亦打破故步自封之習也，其釋義另詳後述，茲不贅，

### ▲性靈之概論

何謂性靈，即於平日清明之際，從此天地淑氣中，發出一種靈動也，詳言之即人於至靜至寂之境，無念無慮之狀態中，一片光明，宛如明鏡止水，顯出活潑自在，隨機應變之妙用是也，然欲達此境地，非易為力，必具相當之修養而後可，但修養之方法，亦非甚難，苟得良師之教誨，即百日間亦可得其妙諦，特其一往無前之性靈足寒暴徒之心膽，廣其術且可以醫病，可以延年，譬如每日不能行十里者，可行二十里三十里而不覺其倦，僅有五十歲之壽命者，可使之年逾花甲，又如執極堅實之磚瓦，猛擊其首，而不覺其痛，拳棍交加，而不覺其苦，且亦無傷，昔之所謂英雄豪傑，其成也皆類乎此，即今日之武術名家，而能名震一時，赤手空拳自成一家者，亦恃此作用，故此實為人間向上之最高作用，即余之蓮性功拳術，亦從此而來，故性功拳術，竟以性靈為基礎，此性功拳術之開祖，為上古人皇氏，人皇氏稱中華之人祖，故又名人祖門，此對神道設教中應有之事，然實通古及今，極文武兩道精義之達人，故今世尊之曰聖日賢也，

(未完)

### 形意拳解

小引

崔占斌君，字玉岑，冀之衡水人也，業商好道嗜武，設冷香室西餐館於本市，生涯鼎盛，為人和藹可親，自民十七，習拳坐功，與名家日常研討，拳藝大進，更得名家王向齋君，授以形意三昧，意拳秘訣，拳藝於是益精，蓋王籍深州，得郭雲深先生之親傳，形意確較一般不同也，前者王君由滬來津，廣交通旅館，余適與王君往訪，適逢滬水遇，憾焉，茲承與君詳述意拳精義，筆而錄之，以供同好焉，

辦法換勁

欲求技藝妙用，須以站樁換勁為根始，所謂使其弱者轉為強拙者化為靈也，若禪學者，始於戒律，而後精于定慧，証于心源，了悟虛空，窮于

衡水崔占斌君  
燕京金鐘記

### 宋代楊家奇槍真傳

王晉六輯

#### 基本教練

##### 持槍身法式註解

雙手持槍，將胸中之氣，沉於小肚中，抬頭面向右肩，鼓胸挺腰，前肘直，後肘曲，前腿曲膝，後腿直，此持槍身法之式也。

##### 手法註解

前肘欲直，不可橫灣前手蓋住後手，前手鬆握槍桿，後手緊握槍桿，用後手撥轉，兩手持槍宜活，所謂兩手持槍宜活者，非兩手皆活也，特前手忽滾忽開耳。

##### 奇槍分三節註解

奇槍者，名其不同於常也，三節者，三奇也，兩手持槍之處，曰後節，中間，曰中節，槍鋒，曰前節，各節皆有奇妙莫測之用，此槍堪稱兵刃之主，故敢稱奇也。

##### 持槍三尖對註解

持槍之法，前微高，後微低，三尖要對，所謂三尖對者，鼻尖，槍尖，脚尖是也。

##### 步法註解

或單步進，或連步進，或一躍丈餘，總要直向前進，或單步退，或連步退，或縱步退，總要直向後退，不可斜行委曲。

##### 退守法註解

守敵者，守敵之法也，如臨陣而不能守，何有攻敵之力也，此法，任敵變幻，總以守為主，以餘財副之，此守敵之法也。

##### 守裏槍法式註解

守裏者，守敵由我之裏門割我，我以此式守之，而不失我裏門之守也。

##### 守外透槍式註解

守外透槍之式者，守敵由我之外門，透槍割我，以我之透槍，大段敵

極處，然後方可舉道，神功如此，技擊猶然，蓋初學時，權法剛繁，如降龍槍，伏虎槍，子午棒，三才棒等，茲去繁就簡，採取各棒之長，合而為一，名曰混元棒，利于生勁，便于審練，精打顧，通氣學，學者鍛鍊旬日自有效果，亦非筆墨所能表其神妙也，夫棒法之學，最忌身心用力，用力則氣滯，氣滯則音停，音停則神斷，神斷則受愚，尤忌揚頭折腰，肘腿過於曲直，縱以似直非直似曲非曲為宜，筋絡伸展為是，頭宜頂，闊骨宜直，氣宜下沉，心宜靜思，手足指尖稍微用力，牙齒似閉非閉，舌捲似頂非頂，渾身毛孔似鬆非鬆，如是則內力外發，弱點換為強，自不難得其要領也。

#### 鍛鍊筋骨

力生于骨，而運于筋，筋長力大，骨重筋靈，筋伸骨要鬆，骨鬆則勁實，伸筋腕項，(手足四腕與喉項)則渾身之筋絡皆開展，頭頂齒扣，足根含著，(含有若彈簧之崩力)六心相印，(手心足心本心頂心也)胸背宜圓，(圓背筋入胸筋異常有力)則氣自然開展，兩膝橫撐要平，用抱抱開合伸縮勁，兩腿用提挾抓縮膝關節，肩撐膝隆，尾闕中正神貫頂，甲背三關透丸宮，骨重如弓背，筋伸以弓絃，運動如絃滿，發手似放箭，用力如抽絲，兩手如擲綿，四腕挺勁力自實，沉氣扣齒骨自堅，饒其形，龍蟠，虎坐，鷹目，猿神，貓行，馬奔，雞腿，蛇身，在其勁，挺腰沉氣，坐膝提膝，撐殺裏頂，粘定化隨，若能得此要索，遇敵時，自能隨機而動，變化無窮，任敵巨力難侮，運動一指撥千斤，所謂頭有重心意動似車輪，氣如火藥拳如彈，靈機微動鳥難騰，更以心小胆大而善心惡，靜似蒼生，動若龍虎，總以虛實無定，變化無窮為原則，自能得其神妙之變幻，故郭雲深大法師常云，有形有意都是假，技到無心始見奇，蓋即此也。(未完)





之邊槍無效，故用邊槍式守之，而不失我外門之守也。

### 割槍法註解

割槍之法，手眼身法宜活，進退步法宜急，總以閃轉騰挪為主，不可死割無救，此割槍之註解，不可不讀也。

### 對敵法註解

對敵之法，要靜慮凝神，不可荒亂，任彼見賺，我自持槍不離中門，總退以從容定間為主。

### 封手八式註解

封手八式者，八樣之封法，八樣者何，即邊，關，鉤，掛，纏，標，剔，標，此八式是也，八式各有註解於後。

### 邊封註解

邊封者，外門進槍之法也，右腿向前伸直，足尖伏地，左肘向前伸直，左腿曲膝，右肘仍向後曲，此邊封之法也。

## 大刀術

### 第三式 口合斬刃——三

武夫

(未完)



▲動作▼ 承上式，左足

向右前進半步，同時刀頭從上

向前下沉，用刀背順右腿，右

足向前進一步，(圖六)同時刀

頭從左肩旁向上掛，掛至左上

方，此時刀刃已向後，左足再

由右腿後偷進一步，同時刀頭

從上轉刀刃向前，猛力向前斬

去，目隨刀頭行止，動作須敏

捷為功。

▲姿勢▼ 兩腿如坐盤式，左膝蓋在右膝窩後，身體正面向左，右肩向

前，左肩向後，刀頭與肩同高，刀刃向下，刀頭向前，向柄下轉在右股上，目視刀頭，右手虎口向前下方

(未完)

## 六合槍

張玉峯(却酬)

解二句，分劈捉拿，兩人持槍對習，他槍從我圈裏照面上扎來，我槍右作豆瓣圈，將他槍杆分開，我槍即挑起守住，待機進扎，他槍從我圈外向臉上扎來，我槍頭左作豆瓣圈，將他槍杆劈開落地，我槍仍挑起守住，待機進扎，分劈之妙，在於一凝勁之間，使敵人不能退避，任我捉拿而已。

習此分劈兩槍時，兩槍相離約寸許，如我先出後手，照臉扎進，後手離前手約四五寸，剛剛他槍分劈扎來，我前手退後，我槍頭為之劈落於地旁，方稱合勢，又圈法上不過敵人鼻尖，下不過敵人肚臍，圈不宜大，大則恐他閃扎，他槍出手二三寸向面扎來，我圈發手用圈，所謂見入分槍，又云，一圈之中，須連分帶進，回槍須帶擊，緊持守住，此是三槍合成一槍，兩膝靈活便，前後步相隨，則身法得之矣，用法時，兩脚要踏實，身手俱用勁，有時或用小腹助力，他杆長，我杆短，方用分劈法，他若分劈便槍來，我只退步伴誘他。

(未完)

## 太極玄門劍

紫燕穿林式

關德華(却酬)



劍由左肩頭向下

穿至脚跟，向外擡取

大圓形，面向南，如

第八圖

(未完)

第五圖 蛟龍翻身



此式右手前頂。勿撤左手。貼右肩。下直穿。左腳隨跟步。擰腰頂走。兩鉞分爭。大蟒翻身之式也。如第五圖

(未完)

六路戟

第四圖 裏外錯擁



右腿倒叉步。同時戟尖與身卸步而走。如第九圖。

(未完)

春刀秋

(翻印)萃斌閣主

第四圖 翻身劈頂



由舉刀貼左半身刀往下。再上返。同時左腳先橫步。隨上右腳。左腿倒叉步。刀隨返身而劈下。如第四圖

(未完)



功氣一元

心臟

其形如未開之蓮花，中有七孔三毛：位居背脊第五推，各臟皆有係於心，五行屬火，旺於四五月，色主赤，苦味入心，外通竅於舌，出汗液為汗，在七情主憂樂，在身主血與脈，所藏者神，所惡者濕，面赤色者心熱也，好食苦者，心不足也，怔忡善忘者心虛也，心有病舌焦苦，喉不知五味。無故煩燥，口生瘡作人，手心足心熱也。

金福





以二斤半之弓發彈，亦可傷人，各在四斤以上，則力猛丸速，著人必死，每力爲九斤十二兩，比分量乃在弓製成後，轉於秤鈞之上，一人在其上俯住弓弦，拉足至滿月狀，秤幹上局得之斤兩，即爲弓之力數，凡在平時，弦宜卸下，用時架上，否則弦不卸，弓易受傷，其卸弦上弦之法，則往弓於地，而以左脚踏住下面弓端之內側，左手折弓使前屈，右手則司上卸之實，弓不用時，宜加弓韃而懸之，切不可感受潮濕燥烈之氣，否則佳弓必損，如臨事時，則負韃自隨，架弦於弓，抽之即出，扣弦即發，亦甚便利，雖以革製，形略如弓，長沒其三分之二，而三分之一則露於外，丸盛於囊，囊亦革製，（布製亦可）茲披露劍堂兄彈弓譜之首，略述余所知者，以期拋磚引玉，去發余至劍堂屬，目睹其演練，則弓開似滿月，丸動似流星，且運籌命中，其用功之勤可知矣，余幼年曾習之，至今舊京寓所，尙存巨弓一具，製彈弓之棍者，亦以北平德勝門西水關路南弓箭房爲最，就近平市面購條，尙不悉此刻製售否，下期擬續披露劍堂先生之彈弓譜正文。

（未完）

# 續園術名人錄

編者

## 孫季寬

孫通，字季寬，山東泰安人也，自幼拜兗州張師，精習棍棒，及八卦奇門槍，弱冠辭師遠遊，藉訪能人，又數年，技益精，輾轉入嵩山少林寺，大明遺族洗塵上人授之以秘，居山十餘載，凡上人所稱，傾囊以贈，由斯孫之武技，乃集其大成，蓋已登攀造極，而入於神化之境，計練成七十二藝，鐵掃帚功，飛行功，點穴術，擒拿法，卸骨，推拿，按導（即今日按摩術）等術，孫下山後返籍，道經兗州，往拜張師，適張因事遠遊，其女玉蘭在家，出任招待，當孫隨張習藝時，玉蘭方七八歲，今則藝已精

通，不謹稍眉，稍有驕傲之氣，詢孫之所學，造詣如何，孫實以告，玉蘭不之信，且斥其妄，堅請較技，孫因恩師不在家，未之許，玉蘭氣忿，一再請較，孫允示意而罷，遂至庭前比試，初則孫略招架，因係師兒姪，未肯盡用殺手以創之，玉蘭疑孫技僅及此，大凡女兒心皆好勝，益猛攻不退，孫稍稍還手，用腕按孫中之技，即世稱宗拳之關蝶穿花，神龍探爪手法，輕按玉蘭之胸，遂仰跌丈夫，孫則急前援起，並長揖謝罪，玉蘭惱羞成怒，由巖間摘刀退殺，孫感屋而才，玉蘭眼踪不捨，必欲得而甘心，連盛十餘家房屋，至一房脊，後無退路，玉蘭持刀直刺孫之咽喉，孫側身避過，由外門躍進一廳，將玉蘭踢出丈餘，迎人帶刀，翻滾房下，孫乃乘機，避往青州，授徒爲生，玉蘭既爲孫所敗，當時羞忿不得，遂悻悻返家，後數月其父返家，玉蘭舉以告其父，其父亦一笑置之，此一戰，玉蘭聞孫授徒青州，遂挾資往尋，意在復仇，手持單刀袖箭，背負彈弓，至則孫之弟子通報，孫戒備而出，甫見面，玉蘭既以袖箭徑襲孫之咽喉，孫急讓過，趁勢縱身上房而遁，玉蘭不捨，苦苦追趕，孫以師故，處處避讓，玉蘭以爲性也，時近薄暮，追至一山，孫忽不見，玉蘭遍搜，至半山有一古廟，孫匿身屋脊休息，爲玉蘭所見，屢發彈丸，如風壓點頭等法，皆爲孫二指揮開，孫又逃至一山峯，意玉蘭不能跟踪，迨回首玉蘭已至面前，持刀追來，孫則後退，退至一絕壁，下即數十丈深之山澗，欲退無路，適玉蘭逼近，以刀向孫前胸刺來，在此千鈞一髮，孫側身吸胸，躍過刀鋒，趁時由外門用右臂手，攔住玉蘭右腕，借玉蘭前突之力，祇向後微一帶，玉蘭前撲，力太猛無法收住，連人帶刀，直向山澗滾下，孫再回身掙救，已不及，玉蘭已成肉餅，孫懊悔萬狀，更覺愧對恩師，乃由魯走兗州，授徒於姚官屯，遂家焉，孫自遠遊濟邑以來，娶妻生了，隱於鄉間，授徒自給，人稱萬能手，又名鐵腿孫通，嘗自語曰，一失手斃死張玉蘭，無福逼走孫季寬，一凡滄州鄉村城鄉各地，皆設八式場，往來教授，月無暇晷也。

其子孫思敬，亦能傳其衣鉢，在滄州所傳之弟子，最得意者，爲孫家

莊陳善大師，如點穴，卸骨，擒拿，按導等術，凡係所能者，悉授之陳，其餘如李實，楊鴻賓，王禮武，姜廷舉，遲浩至今，親於藝，八卦奇門槍，點穴，卸骨等法，若斷若續，殊可慨也。孫授技於滄州李素時，某日，有五台山僧人某來訪，交手數合，爲孫用按掌，由院內擊出於牆外，僧人未肯服輸，復交手，不數合，僧人用縛手，欲擊破孫之按掌，孫遂以腿，僧人復跌於丈外，起則恨恨而去，頗行期以五年再見，孫不以為意，後孫授技於靜海縣南窪等某，（即靜海縣名家竇元甲處），某日，其徒通報，有一僧人在門外相訪，詢以形狀，徒曰，勝大腰圓，面膝黑如鍋底，頭面光亮如鏡，背負黃紙，肩神杖，（又稱月牙鏢，復稱日月方便鏢，（鏢頭朝下，孫微頷首，倒拖履出門相迎，見面長揖，一覺久違，了字向未脫口，僧人之鏢，直向孫之足鏢去，孫赤足後縱，兩履已爲鏢斷，蓋僧人肩杖，乃一老僧肩棍，一手法，利害險之極，孫微伸右手二指，輕點僧人左肩窩，（即肩井穴）僧人已目瞪口呆，不能動轉矣，後經多人勸解，始令其恢復原狀，僧人心折，低頭便拜，錄爲弟子，今日海上名家姜容樵君，得孫通大師之編傳，姜君係陳師玉山親傳，玉山係即骨匠陳廣智親傳，廣智係陳善大師親傳，故姜君拳械初絕，直至今日，滄邑傳孫師衣鉢，仍盛極一時云。

### 陳敬伯

陳敬伯，河南溫縣城東十五里陳溝村人，世傳武當正宗太極拳劍，家衍數代，至今愈盛，世出名手，惜乏記載，致多湮沒，陳氏之先，原居山西澤州府，即今之晉城縣，後遷居溫縣，傳至敬伯，終身鍛鍊太極拳劍，臻於絕頂，手法精深，入於化境，至七十餘歲猶健壯，一日有魯八張百當來訪，張稱少林拳，技藝亦精熟可觀，適敬伯赴縣完糧，未在家中，張因即赴縣城尋之，沿途詢問，至東關外相遇，兩人就視融寺，（即令之火神廟）而暢談焉，進門後，張挾院內石碑一座，將大門關閉，用碑壓之，以氣力之雄也，陳見其來意不善，將較較，自覺年邁，非少壯之比，然

終難免於一較，兩人相談之下，張即邀以較手，陳應之，知爲勁敵，遂約廟中道士旁觀勝負，交手後，張年壯力強，身手敏捷，便攻直上，陳祇以滑，脫，閃，避，沾，粘，連，連，等手法破之，數擊不中，張勇力漸去，而暴燥如雷，陳遂搜以柔制剛，運氣丹田，勁發四肢，以閃閃伺敵，張來撲，陳以身倒地，翻右足向張小腹海穴而去，張着脚即仰跌丈外，氣絕而死，陳亦因年邁用力過猛，脫神氣絕在地，故置至今日，當地父老相傳，猶有一打死張百當，累死陳敬伯一之謠，敬伯即陳長興老武師之先嚴，亦即北方太極拳名家楊露禪之祖師，爲今日南北知名，內家正宗太極拳之源也，此則著者民十七駐軍洛河歸來，路經汜水關，聆之於當地老拳師孫子常君所述，特誌之以資本錄。

### 永山

永山，北京旗籍人，係前清內務府高麗勛武武弁，自幼嗜武，天生身體靈活，年十歲，即能運球虎跳小翻，後隨武師朱某習七俠，七俠者，即遊石磨練大頂（又稱倒立），或數人或二人之倒立疊立等技，今日平山此種功夫，已漸失傳，惜哉，後於護國寺僧高麗勛武武弁，精習高麗勛武術，斯時高麗勛武武弁爲金公清賢，字子泉，係作者家伯，緣清室發祥時，係得之於朝鮮國折衝將軍金德雲之援助，當時抬旗爲旗民，故有勛武及高麗佐領之設，每年入大內，表演勛武術，以供皇帝之觀覽，後經武術家詳加研究，治軟功勛武於一爐，而有今日之太極，虎跳，小翻等術之遺傳，余於讀北京毓英中學時，永山充該校教師，專教勛武術及拳術，嘗見其縱身上躍，手攀房樑，而向外，兩足上伸，屈身上翻，脫手已立房脊上，復背身而立，向後翻身（即勛武術）騰間已立足地上，真所謂輕似狸貓，捷似猿猴，後與無賴錢某遇，因抱不平，而至交手錢稱精練拳術，西城稱無敵，方交手，錢擬騰永而跌之，永則縱身一躍，已從錢頂躍過，錢方欲返身迎敵時，永以後臂功夫，已將錢攔住數尺外，乃微笑而去，於是永山名乃大噪，惟永係近視眼，每交手時，必戴眼鏡。故人稱水鏡子，現仍健在，已窮困極矣。

# 郵筒

前東北陸軍第一旅中華國技刺槍術教練班第一，二，三，四，五，期學友均鑒，溯自王公以哲，俯察時艱，熱心國術，組織教練班任命金師擔任教練以來，先後卒業學友，分發各軍，近且散處南北，晉桓以同學之誼，無時不在想念之中，晉桓自第五期卒業後，即肄業講武堂，及九一八變後，講武堂隨軍退居北平，晉桓蒙金師推荐，任職津市警界，繼充警官訓練所教官，一切尚堪告慰，敬希 諸學友，函知通訊地址，以便問候，藉為精神之上聯繫耳，謹此敬請  
武安

前教練班第一期學友二，三，四，五期助教賈晉桓敬啓  
(通訊處 天津河北省會公安局保安第十三中队)

# 國術小說

## 雍正劍俠軼聞

武林三友合著

雍邸微笑，謂曰：王其自恃技藝高，與大喇嘛比武，不幸失手斃矣，孤甚為悼惜，已命侍衛厚葬之也，子以後亦宜好自為之也，嗣聞，已知其意，長嘆無語，竟辭去，挈杏兒及繼武，隱至友秋某之門而告曰，吾與王金標別頭交，會誓以羊角寨左伯桃之故事為約，其來我致之，其死非吾害之也，雍邸不仁若此，我願犧牲七尺軀，以報知己於地下，取彼兇殘，雖死無恨也，秋苦練之，不聽，但曰：我死後，君能看護此一對孤兒女乎，秋答曰：自無不可，則曰：今得承襲，吾無憾矣，拂袖逕出，杏兒欲

國術週刊 第三期

起寒衣，影已杳，脚既歸雍邸，夜飽食已，拂拭青鋒，潛往雍邸室，伏牆隅，雍邸方與寵妃飲酒作樂，旁立侍衛，宮女二，自思機會至矣。出劍，白光閃耀，疾奔其喉，不防為侍衛所見以劍格之，鏗然有聲，斃一宮女，雍邸乃疾躍離坐，鳴警抵禦，時忽入殿武士之輩，揮劍助戰，環繞劇身，蓋救急人至矣，嗣長嘆曰：博浪之中，吾其已乎，此其中豈有天惡，遂揮劍力戰，殺二武士而死，雍邸見劍已死，驚魂始定，回視其妃，則止伏悼下，玉容灰白，大怒，翌日，即命人索其兒女，不知秋已挈杏兒弟兩下，鴻飛冥冥矣，秋年已老，無子息，得杏等亦足慰暮景，顧風塵奔走，匪跡潛蹤，頗非易易，而年華易逝星霜屢更，杏已盈盈二八，娥眉多姿，繼武亦已在舞勺之年矣，秋乘間恆以其父孤事告之，杏與繼武，皆眉飛氣殺，誓復父仇，秋嘆曰：孺子志可嘉，恆惜汝姊弟二八，俱無片技，雖欲報仇，烏可得哉，吾年已老，又不精技擊，惟吾聞汝水之南，泰山之巔，有鐵掌僧焉，爾亡父之友也，蓋往求之，則大事方克有濟，二人聞言，皆欲往，秋乃擊之俱東，至鄆城曠野中，時方秋暮，斜陽銜山，餘露片片，映道旁紅楓，都可作憐色，而金風颯颯作響，敗枝枯葉，蕭蕭而下，杏兒與繼武在車上，目觀風景，頗涉遐想，忽見一僧人，眉目英武，身軀肥碩，肩荷一鐵禪杖，鬚眉盡一，健步如飛，越車前行，小驢已杳，杏兒方駭愕，秋以馬鞭遙指前一小時曰：今日天已晚彼處有逆旅，可以借宿一宵也，車夫在後搖首曰：前為青松平，人烟寥落。

(未完)

# 俠義秘史

武林三友合著

可見二人的尚俠好義了，今天恰值清明佳節，便回到懸壺潭隨通嗣後看了一回雞獅的星石，遠遠的看了回對面的高廟，纔來到柳泉居開懷暢飲，不免評論些風景本來這雞獅潭週圍是水，中間是土山，山上是廟，不惟如江南的金山寺一般，也真值得人們一遊哩，又談論些武術，正在暢得興

一九

高彩烈時候，忽聽得樓梯一陣沉重的脚聲，舉眼看時，只見一個肥胖和尚，手中提着一根核桃粗細的鐵方便鐺，身體約六尺開外，一顆光溜溜的禿頭，定有西瓜大小，一個酒糟鼻子，斑斑點點，好像錦荔枝一般，懸在居中，一雙環眼，黑多白少，宛如銅鈴，兩道鋼刷般的濃眉，却是倒生，一張闊嘴，嘴唇如石榴皮一般，上下翻轉，海底一部，黃鬍子根根向上，

【未完】

## 孝義情天

警鐘

其事。並且說母有顯症。曾汝父早年出經商。調查員復遍詢附近的居鄰。他們均懼振標之勢。全都不說實話。調查員又詢鄰近紳趙某，趙係振標之親戚。故又誑之。調查員遂信以為實。怨母顛狂。未加顧責。但汝父的冤屈。如石沉海底了。後來聽人說。汝父的尸體。為振標投於村河中。河流甚快。尸體隨流去。但是吾求多人於河的下流兩岸尋尸。經數月之久。並未找着。吾確知此言不確。又有人說。汝父之尸。仍在家中。自振標乘夜入叩家。盜汝父之尸碎割之。藏於簾中。埋在離村八里多地的雷公廟側麥地之內。然無人確指在某處。不能遍掘廟側的田地而去尋我。故至今尚無下落。我當時屢欲尋死。有此大仇。不願再偷生人世。但是一見你。我的死念立消。幸你是個男孩。將來或有報仇之日。自振標那個狗才。屢使媒婆來勸我改嫁。我以大仇未報。誓死無他。故撫養吾兒至今。但不敢將此事告汝知道。因恐年幼無知。發生意外的不幸。又不敢令你學習拳術。假若令汝學武。自必殺你。則你父冤仇終不能報了。今吾死了。不能再保護你了。你要自重你的身體。或可有復仇的希望。我在其中盡兒成功。兒其他之。這些話。鐵俊的母親說一句喘息數回。迨至說完以後。呼吸急促。竟這孤苦無依的鐵俊與世長辭了。所以這屋中只有這孤兒的哭聲。離南北鄰莊八里許。雷公廟有一老僧。名叫性慈和尚。眉髮皆白。年將百歲。一天傍晚。扶杖立在廟前。面現很驚異的顏色。

(未完)

## 武林情場話舊

破書劍樓主

二〇

連手兒也不會握。得握一握手兒。我也知道男女相愛的程序啊。什麼先說情話咧。進而握手咧。再進而接吻咧。更進而……咧。無奈我當時也真胆小。地呢。也真害羞。我滿肚子藏着戀愛的話。總說得一句。地便嬌羞婉轉。怪可憐的樣子。我如何肯去蹂躪她呢。因此我滿肚子裝着愛情來的，也肚子帶着回去了，這是多們可笑的舉動啊，後來我想了一個寫情書的法子，把我們見面一說話也說不出來的。回去便千言萬語的寫出來。我也寫。她也寫。我們的進步很快。不上百日。情書已疊成半尺外高了。真是盡情盡意。撒野風流。把我們兩個人肚子裏的戀愛話。應有盡有。說盡說的都發揮出來。但是紙上總是千思萬愛。見了面依舊是老調調。「默然相對」。最多不遠添了她的盈盈一笑。這一笑。難道說可以告結束了嗎。這是戀愛的因果流律上所萬不許的呀。

最後的一封信。我便開口向她求婚了。地呢。回答了幾句最得意的話道。「我早已準備着哥哥你對我這句了話。我心中也早已允許了你啦。吾愛。『海枯石爛』。你須堅持你的心。哥哥。你記着吧。」

哈哈。我一看得了凱旋歌。走進了德勝門。誰不替我喜歡呢。跟手我抱定乘勝直進的宗旨。又寫了一封很肉麻而自認爲最有趣的情書。誰知呢。最有趣却引出了最沒趣來了。她家小康，我家富(想當年)。我倆人中間。精闢了一條貧富的交界線。放那個交界線的。便是她的父親。東家事。她父親便招呼了幾個糾糾的壯漢欲得我而甘心。其實若講打。我本不怕的。但是。我作出不才的勾當。就沒有臉去見人的。於是我就好比。顯小龜。他們好比一隻班鳩虎。我如何能抗拒呢。虧得她的哥哥我的好友舒君。背地裏給我透了消息。這時的我，心裏難過到了萬分。有心逃走吧。怕傷老人的心懷。不走吧。又恐怕她的父親帶着人來。將我暴打一頓還不算。那有多麼丟人難看啊。我思索了許久。三十六着還是走爲上策。於是我跟含淚的寫了一封辭別母親。立志從戎。以期發奮圖強的家書。我也不顧雙



親怎樣的難過，我就走下去了。可憐的我。披星戴月。隻身道。在瘦微的晨光裏。是涼的馬路傍。雇得一輛人力車。通出了虎口。這下打擊。我形式上的損失。固然是不少了。而精神上的損失。尤其是無限。最大的損失。要算我的名譽上了。

【未完】

## 江南三大奇俠傳記

曹錕

### 蔣觀國傳記

泊於橋足，橫斷河面，阻止往來，適一小舟過，促請讓避，沙船人伴爲不聞，舟子以爲急告之，亦不應，遂罵之，沙船人怒，持篙狂擊，聲橫絕論，時蔣公心甚不平，憤火中燒，從側躍出，登沙船上，躍其兩足，用力鼓盪之，船向左右搖動，搖搖欲覆，沙船人懼，知遇奇人，駭不能聲，未幾舟沉，蔣一躍登岸，觀者稱快焉。

小石台在常川虞山辛峯之下，奇石嵯峨，壁立山麓，爲虞山十八景之一，某年春，蔣公偕朋輩遊覽風景，至小石台休息，忽見一石臥草際，形如牛，碩大無朋，重逾千鈞，公撫而愛之，謂一友曰，石重幾何，汝其試之可乎，友固有力者，不獲辭，猛力以舉，離地數尺，齊其腰，衆嘉許之，已而公曰，待某一試，伸手提石，直舉過首，作托天之勢，神色不稍動，公之神力，蓋可知矣，蔣公性恬淡，常居家中，不問世事，其宅第甚卑陋，且家風清儉，無僮僕，無門吏，其出也，門無鎖，用鉛絲一條，粗如巨擘，穿銅環中，撻之若繩，既返，寬而直之，柔軟異常，故公每出游，家中寂寞無人，而宵小不敢窺問，其起居室中，門亦甚奇，用大號竹竿，兩端釘於檻欒，公出入，以兩手分之，竿立開，身一躍而過，竹竿旋即如箭，（撻鉛繩爲少林七十二藥拈花功，分竹爲少林七十二藥分水功，其練法另詳拙著七十二藥中。）

蔣公生有神力，自幼斷情慾，凡刀槍劍戟之類，無不精妙，然技擊之術，未得真傳，終難親登真耳，壯年遊姑蘇，爲王太守羅致幕下，時有崔

中軍者，年已邁事，勇而多能，精技擊術，爲太守至友，公識之，交漸深，一日，談及技擊之術，津津樂道，深炫此中玄秘，公躍起曰，吾乃得真師矣，並謙遜如儀，說執弟子禮，崔駭曰，老夫碌碌，一無所長，敢忝居師席乎，且技擊一門，精之不過足以鳴呼平，備不虞，不精，稍一疎忽，適足以買禍焉，君英才傑出，前程未量，幸勿自誤，徒貽伊戚也，公曰，世路崎嶇，富貴浮雲，願列門牆，幸不我棄，崔感其誠，始肯肯，自後公餘之暇，日往中軍衙，講習武事，中軍亦循循善誘，以八段錦，易筋經，少林拳，點穴術諸法，次第授之，公本學具匡略，逾三年，技大進，盡得其秘。

蔣氏爲常州望族，同族人衆，族中有渾名二麻子者，公之族姪，幼失怙恃，性強悍，有膂力，家貧，一身寒酸，遂入下流，日與市井爲伍，二麻子自負膂力過人，恃以橫行，聚徒縱賭，金錢揮霍如糞土，不數年，家產蕩然，落魄江湖流徙揚州，適囊資罄盡，行且告罄，計無所出，聞蔣公館於揚州，乃過訪，門者導入，以姪禮見，並告族況，求助資斧，公慨然諾，出膏錢三千，且曰，此幾幾者，聊供出資耳，速返，毋淹留，時二麻子猶心鄙其寡，請益增，公不許，二麻子面作不悅色，公對曰，汝負英名，今庭前有廣場，場上大石，能爲我舉乎若能舉起，再付汝十千，二麻囊自負，乃欣然出，見石高丈餘，廣三尺有半，成長方形，四週苔痕狼藉，班班作金錢紋固一整整大石也，對石摩弄良久，努力舉之，面盡赤，不稍動，退不敢則一聲，公見狀，莞爾曰，易耳，飛足蹴之，石乃跳躍不已，作拋球狀。

（未完）



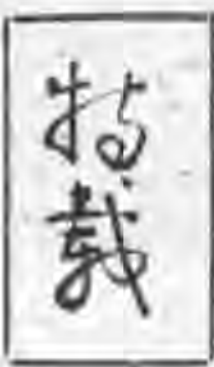
國術考試細則

錄

第二節 職權

第一項 評判之職權

一，總裁判長應注意試合規則之遵守，指揮評判員之進行並得依據規則判決試合中一切問題，凡規則所不詳者，亦有判決之權，二，總裁判在試場上，於每回試合之開始與終了，詳細觀察試合之進行，及指揮評判長判員在試場旁之適宜地位，於採點表上記入試合之採點。三，遇評判長判員之判決不能一致時，總裁判應解決之，應試員有不正當行為者，總裁判得以取消其資格，比試中，發生應自行爲上之抗議或反對時，總裁判應當場解決之，此項判決應爲終決。四，較試中應試長發生犯規或阻碍之抗議時，總裁判得以取消犯規者之資格，如總裁判認該應試員之犯規係出於故意，或雖出於心，而事實上仍須負犯規之責任者，並得使被阻撓之應試員作優勝論，或使被阻撓之應試員另組重試。五，評判長應得評判員二人以長之同意，方爲勝負之裁判。六，評判長於應試者登場時，須施以檢存。七，評判長應於試合前報告應試者之姓名，體重指揮開始試合。八，評判七於息擊試合終了時，須將試合之優勝者 手舉起。



編者

記郭壽臣先生

郭壽臣，現年四十歲，滄州西山呼莊人，爲人豪爽，崇尚義氣，自九歲拜陳莊何師金文門下，習少林滑拳，至十九歲，投陸軍第三師充當武術連班長，民國八年蒙直魯豫巡閱使曹公鏞，選充本署衛士班長，住於保府，彼時恆與武術衛隊營目兵較藝，輒獲勝利，有時竟單臂勝人，可想見其藝之精矣，郭自以爲武技超羣，無與倫比矣，不意民國八年三月間，有四川峨眉山道人來巡閱使署化緣，身背茅籠，內斜插綠沙魚皮鞘青鋼寶劍

一口，劍柄垂一杏黃劍胆，俗稱劍繼，身著黃色粗布青大領道袍，足穿雲鞋睡襪，頭戴黑頂鋼剛，身長四尺，軀幹瘦小，年約七十餘歲，長鬚過胸，道貌威嚴，郭不知自忖，問道人持劍何爲，莫非尙精劍術乎，道人曰，不敢言精，不過喜好而已，當時由承啓官中彰臣，率道人謁曹公鏞話，少頃談畢，曹公派道人住南門內關帝廟，與聯修和尙一同候寫化緣簿，寫罷時使其化遊四方，曹公本不知道人尙精武技，亦不知其武藝如何，翌日上午十一時許，郭赴關帝廟禱堂，與道人相會，盡談些支離之言，致將郭之



傲氣沖起，堅欲與道人較手道人即之再三，郭以爲怯，更催促之，卒因郭之逼道，道人無奈，始與郭從容相較，郭下盤左掌虛擊道人面孔

，下盤右腿用擦陰脚，取道人三陰焦（迎面骨），過人右手攔住郭之左手，左手托起郭之右腿，急進左足，郭已跌於丈外矣，郭起而赧然，後向道人用惡狼掏心手法，取其胸部，道人仍不慌忙右手一擡掌，左腿一擡力，復將郭跌於丈外，此時郭始憤憤返署。至下午八時餘，關帝廟聯修和尙，尋郭寫化緣簿勸郭與道人學藝，郭初不肯，後經友人李文彪，（八卦大家程廷華弟子）再三囑勸，郭遂列道人門牆，後知道人姓劉名浩然，綽號醉仙劉，爲四川峨眉山前山頭關帝廟主持郭知遇高人乃爲租前平嘉胡同門牌六號房屋居住，從劉師習藝年餘，始知八仙拳，醉仙劍，太陽掌，太陽散手

等拳械，乃少林宗派之真傳，郭未遇道人時，只知有己，不知有他，至此始知己之藝業有限，不敢輕視高人矣，民十二年，充大總統府衛士長，民國十年五月，劉師赴廣陵山逍遙洞內，探望劉廣世，赫雲霄，崔元博諸道友，臨行時囑郭，子性直爽，且言語粗憨，以後須深沉鎮重，切勿居高自眩，妄自誇大，處處謙和，郭唯唯，徒步送至滿城縣，師徒遂灑淚而別，至於郭於軍中所充各差，姑且不贅，後於民國十九年四月，北寧路局成立警務教練所，局長高紀毅，派郭為該所武術教官，六個月後，一期既畢，民國二十年後成立第二期，郭仍任斯職，二期畢業後，高局長又委郭為本路護局警務員，民國二十二年四月，高局長熱心國術，特委郭成立北寧武術會，兼充該會教授，旋經會員推舉為該會會長，

去歲春本市青年會開國術表演大會，郭君被邀演八仙拳，（按八仙拳又名醉拳，俗稱醉八仙，下盤功夫，專練內膜及肌肉，非幼功不易至絕境也），則醉行步羅漢腰，他如摔盤，鯉魚打挺，醉跌等勢，殊見精采，且拳路甚長，而面不改色，氣不湧出，為可貴也，故深得各界好評，余幼習

少林，復習性功，尤嗜八仙拳，所習拳術，與郭君皆為少林，余與郭晤面前，即羨慕其人者久矣，屢思造訪，幸於大會之日，與郭君暢談，始知為自家人，蓋余年幼藝疎，且先師多已歸道山，余師兄郭澤溥，性喜漫遊，與余不常晤面，嘗感乏人指導之苦，今幸遇郭君，則余有師兄矣，郭君往年，與滄州名家佟忠義善，且有鄉誼，（佟係滄州名師九八式田春奎之徒，佟存之子佟存與大槍劉德寬係師兄弟，佟忠義現任中央國術館少林主任，會充直隸豫巡閱使署武術連長，其軼事則另文記之），郭君之教人也，諄諄善誘，口講指畫，務令學者明瞭而後已，北寧自郭君長武術會以來，已日漸興起，會員多一時傑出之雄，其最得意者，如陳君福善，精綿粘拳，趙君漢章，精如意拳，劉君鴻章，精雙鉤鏢，羅君雲青，精太陽掌，劉君玉山，精梨花槍，夏君嘉永，精如意鉤，于君濟清，精六路槍，王君鴻恩，精六合刀，吳君宗周，精乾坤劍，王君鴻恩劉君玉山精單刀進槍，吳君宗周趙君漢章精太陽連環對劈劍等等，皆郭君之教導，蓋教者傾囊而贈，學者誠心練習，故有此驚人之成績也，且以上諸君，余曾於春和大戲院觀其表演，確見功夫，非過譽也。

## 圖影



影圖照舊裝戎者編刊本

影圖攝合子弟女與者編刊本

國術週刊 第三期

自題像讚

編者

按劍且凝眸

壯懷何日酬

題詩消壘塊

飲酒洗心憂



士女雄競潘(左)者編刊本(中)士女坤振宋(右)

不羨千鐘粟  
青萍出匣日

安期萬戶侯  
斬盡倭人頭

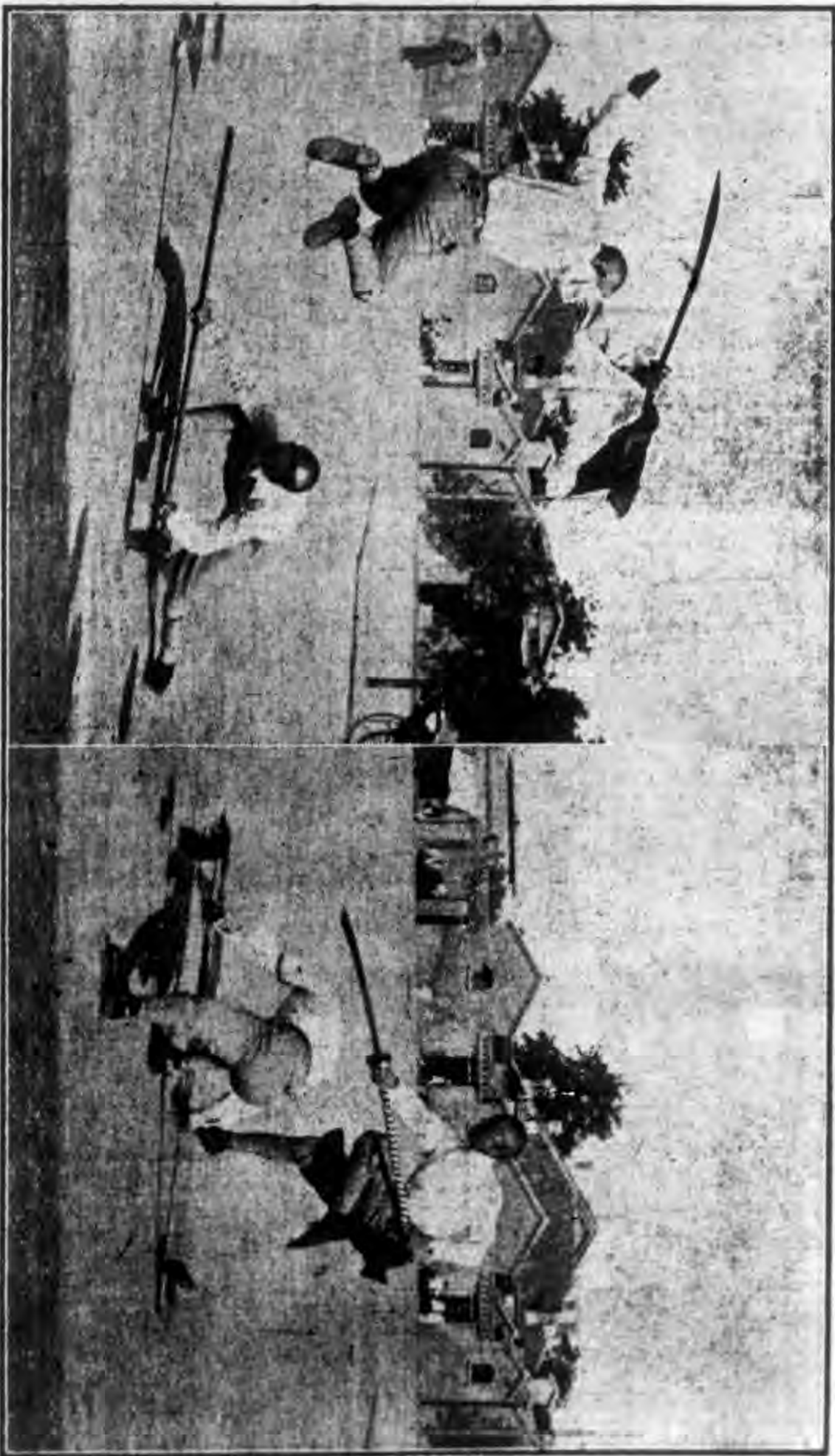
影圖蹟墨(文豪)師大興妙

跋陀開瓶  
天中福地  
嵩山禪林  
祖源諦本

豪文



# 影圖演表術國校學官警北河



頂蓋腿掃槍對刀單爲左 頂片門過蛇頭雙對帶手雙爲右

【贈城治君趙問願刊本攝校學官警北河】

# 附錄

## 本刊法律顧問

律師 趙松亭 事務所英租界三十九號路

耿清芳 事務所北馬路公益棧內

楊德元 事務所北平東城中勳子巷

## 本刊衛生顧問

大夫 田軼齡 醫務所河北通發店內

## 本刊武器顧問

技師 王俊傑 北馬路汪萬豐

# 本社名譽顧問

- |       |      |      |      |
|-------|------|------|------|
| 王君雲   | 王君子平 | 田君鎮峯 | 石君仲義 |
| 石士女秀蘭 | 向君愷然 | 朱君霞天 | 任君德奎 |
| 向君宗鼎  | 杜君心五 | 吳君峻山 | 何君金文 |
| 李君劍華  | 吳君嗣南 | 修君忠義 | 李君東園 |
| 李女士孝賢 | 李君俠豐 | 李君念慈 | 金君個魚 |

- |      |       |      |       |
|------|-------|------|-------|
| 金君一明 | 姜君容樵  | 柳君森殿 | 姜女士愛蘭 |
| 邱君玉崑 | 孫君芝芳  | 馬君德川 | 孫君博華  |
| 孫君存周 | 孫女士貴男 | 陳君泮嶺 | 許君禹生  |
| 章君啓東 | 郭君澤溥  | 張君鴻慶 | 張君鳳鳴  |
| 張君雁方 | 張君鶴歐  | 許君季雲 | 張君玉峯  |
| 崔君玉岑 | 張君運然  | 萬君穎聲 | 賈君芳德  |
| 楊君德山 | 楊君靜清  | 靳君雲亭 | 楊君玄微  |
| 楊君爽溪 | 楊君墨莊  | 賈君竹栢 | 趙君避塵  |
| 趙君玉亭 | 趙君治斌  | 潘君雪峯 | 劉君振東  |
| 蔣君榮山 | 劉女士玉華 | 劉君不顯 | 閔君德華  |
| 薛君鴻賓 | 賈君森   | 賈君來庚 | 樂女士秀雲 |
| 張君劍堂 |       |      |       |

本刊顧問，或為全國知名之國術專家，或係各省市國術館重要職員，著述既甚豐富，拳械亦極精絕，茲承俯允為本刊幫忙，以增篇幅之充，同人等無任感荷，惟不分虛前王後，以至甚多寡為序，尚希鑒原為幸。

# 本社董事

董事長 王以哲 褚民誼 劉翼飛  
 董事 吳仲宣 李承儒 邢書平 宮彭齡 苗作新  
 郭啓仲 張閔卿 許錫伯 張占魁 富伯平  
 鄒濟人 劉紹忱 魏明初 魏宜之 藍錫光

本刊董事長暨董事，或為社會名流，或為國術先進，贊助本刊，鼎力宣傳，使本刊生色，同人等感戴良深，惟不分虛前王後，以菲畫多寡為序，尙希 鑒察幸焉

# 本社職員

社長 金警鐘  
 副社長 郭壽臣 孫錫堃  
 編輯 金警鐘  
 發行 金警鐘  
 攝影 周筱齋  
 會計 葉潤坪  
 庶務 楊祖杉  
 交際 葉柳溪 趙翰霖  
 外勤 任連山  
 助編 楊蔭田 李世森  
 校對 薛文田 劉寶田

中華民國二十四年三月十日(星期日)出版

## 國術週刊 第三期

主編者 李國杰

出版者 天津法租界小馬路七十八號 武學社

發行者 天津法租界小馬路七十八號 國術週刊社

攝影者 天津北馬路路北 紫羅蘭照像館

印刷者 天津法租界三十號路 大公報印刷部

## 刊費

每逢星期日出版

每冊洋六分 半年廿五冊洋一元五角 全年五十冊洋三元，郵費均

在內，郵票代洋九五扣，但以五分以下者為限，並請用錫紙包好，以免黏損為荷。

## 本刊投稿簡章

- 一、本刊絕對公開，歡迎外間投稿，並各同志充分幫忙，不是客氣話，實在本社同人也是能徵識薄，有待於大家來捧場幫湊，
- 二、國術論文，總要有新見地，且須言之有物，有實在要說的話，若連篇累牘，人云亦云，請勿見惠，
- 三、來稿文言語體皆可，惟須繕寫清楚，草書亦希普通為要。至於新式標點，有無均可，
- 四、來稿揭載後，酌致薄酬如下，甲，每千字二元影片圖式每幀一圓，乙，每千字一元影片圖式每幀五角，丙，每千字五角影片圖式每幀二角，丁，每千字二角影片圖式每幀一角，
- 五、來稿不登時，隨時寄還，
- 六、揭載之稿，除印合訂本外，雖經致酬，其版權仍歸作者。至於社製圖式鋅版銅版，亦隨原稿贈送，
- 六、來稿有修改權，但及於詞意字意之處，至於練法註解則不在例，如不願修改者，須預先聲明，
- 八、本刊門類約分編首，論壇，著述，小品，研究，心得，電台，問答，拳術，器械，功夫，暗器，國術名人錄，國術小說，徵文，啓事，通告，專載，特載，郵筒，雜俎，遊記，附錄，編尾，等項，除徵文啓事通告編首編尾外，其餘各稿，均所歡迎，
- 九、以上門類，不過舉其大略，總之只要不悖本刊宗旨，所有材料臨時闕欄，無所不採，無所不容，
- 十、來稿如在他處發表者，恕不致酬，來稿請寄天津侯家后金鑾橋小馬路七十八號國術週刊社編輯股。

## 本刊訂戶章

- 一、凡來函索閱樣本者，須附寄郵票六分，當即將刊號一巨冊寄上，空函恕不奉寄。讀者認為滿意時，即請填寫介紹定書券，連同書費，用掛號信寄交本社，本社當即寄上正式收據。
- 二、凡定戶匯寄書費無論郵票或滙票，務祈用掛號信封固寄遞，信內勿裝寄鈔票，否則遺失，本社不負責任。
- 三、本社既不推銷，亦不强派，自願定閱者聽之，倘有假借本社名義，赴各處強派兜售者，即係冒充，請就近拆送官廳懲辦。
- 四、本社與讀者往來手續，永久依定書收據號碼辦理一切，來信之封面，亦請書明收據之號碼，以免戶多延誤。
- 五、定戶願習何種拳械，請逕函本社，當必竭誠指導，此則本社特予定戶之權利也。
- 六、讀者關於國術有何質問，請逕函本社，當必竭誠奉答。