

國
術
論
叢

朱君
國勛
編

馬公愚題



528.97071
984

2

國術論叢目錄

- 序一……………翁國勛
- 序二……………朱國福
- 一 精武本紀序……………孫文
- 二 中央國術館彙刊序……………蔣介石
- 三 國術師範講習所同學錄序……………張之江
- 四 中央國術館與競武場的使命……………張之江
- 五 潭腿序……………汪兆銘
- 六 國術與時代背景……………胡異軍
- 七 國術與民族復興……………胡異軍
- 八 從民族自信力談到國術……………胡異軍

- 九 從杭州國術比試統計上得到的結論……………唐范生
- 十 柔道擊劍選手和其他競技運動選手的死亡率比較……………唐范生
- 十一 兩份不完備的體力測定表……………唐范生



總 理 遺 像

總理遺墨

強國強種

孫文題



翁國勳先生



朱國福先生

序一

「任憑你拳腳練得怎樣好，架不住勃郎寧一下！」

這是時常在耳邊聽到的一句話。操着這樣的口吻來批評國術，在普通社會間絕不以爲是輕薄淺浮的態度。

在這種話裏可以看出兩種不幸的現象：

- 一、沒有將國術在現代的地位認識清楚；
- 二、民族的自信力喪失。

現在所提倡的國術，粗一看來，都是些老骨董，似乎不配在二十世紀的新時代裏占一個地位。其實事實告訴我們，何嘗是這樣的呢！

我與朱同志編這本國術論叢的最大目的，就是要使普通社會知道國術在現代確有它相當的地位而且確有提倡的價值。

至於國術在現代究竟占怎樣一個地位，有何等的價值，好在這本小冊子裏面說得很明白，毋容我在序文中嘮叨。

如果讀畢這書以後，對國術仍舊抱着蔑視和反對的態度，那麼使我真要爲民族自信力歎息！

翁國勛一九，八，一九。

序二

凡成爲一種學術，必須有它的理論；從理論出發，才能把它來發揚光大。所以我們要知道國術的價值，發揮國術的效能，必須首先完成國術的理論。

過去的國術，偏重技術，忽略理論；方式的創造者多，理論的闡明者少。很多技擊能手，窮畢生的精力，練得銅頭鐵臂，力敵多人，說到理論便只知當然，而不知其所以然。這種現象，可說是顯明的事實。因爲創造各種動作，全憑經驗得來，學者亦多憑個人的體認與練習，成功的大小，全在個人天賦的高下和工夫的深淺而定。理論則不然，一定要有智識上的修養，纔能夠擔負起這個責任來。

在提倡國術高潮中，我們每每感到缺乏理論的緣故而使研究斯道者對於國術不能得着正確的認識。這是一件何等缺憾的事啊！翁同志與我本了這個動機，纂成這本國術論叢，大概目前的國術界也是需要的吧！

本書內容，雖然只有十一篇，但這十一篇文章，都有它獨到的見解，而能夠給提倡國術者一個指示。這是可以相信的。

續有所得，再來繼續我們的工作。

朱國福一九二八，一八。

國術論叢

精武本紀序

孫文

自人類日進於文明，能以種種經驗資用器具抵抗自然，而至於今日人智所發明者，幾爲古人夢想擬議所不到，蓋云盛矣。然以利用種種器具之故，漸舉其本體器官固有之作用，循用進廢退之公例而不免於淘汰，此近來有識者所深憂也。慨自火器輸入中國之後，國人多棄體育之技擊，忽而不講，馴至社會個人，積弱愈甚，不知最後五分鐘，決勝常在面前五尺地短兵相接之時。今次歐戰，所屢見者，則謂技擊術與槍礮飛機有同等作用，亦奚不可。而我國人曩昔僅襲得他人物質文明之粗末，遂自棄其本體固有之技能以爲無用，豈非大失計耶？我國民族，平和之民族也，吾人初不以黷武善戰策我同胞。然處此劇烈競爭之時代，不知求自衛之道，則不適於生存。且吾觀近代戰爭之起，恆爲弱國問題。倘

以和平之民族，善於自衛，則斯世初無弱肉強食之說，而自國之問題，不待他人之解決，因以促進世界人類之平和，我民族之責任，不綦大哉！易曰：『慢藏誨盜，冶容誨淫。』人必自侮而後人侮之，國必自伐而後人伐之。此皆爲不知自衛者警也。今以提倡體魄修養以振起從來強健體育之技擊，此於強種保國，有莫大之關係。推而言之，則吾民族所以致力於世界平和之一基礎。會中諸子，爲精武本紀，既成，索序於余。余嘉諸子之有先知毅力不同於流俗也，故書此以與之。

中央國術館彙刊序

蔣介石

吾國成立五千年，稱雄寰宇，今乃降爲列強之次殖民地，雖由文化衰微，經濟枯竭，關於政治上社會上事業均落人後，然以國民忽視體育，缺乏訓練，失其競爭之工具，實爲最大原因。蓋體育之良窳，卽判人生之強弱壽康，夭折勇敢頹靡，赴事之功能否，勝任愉快，遇敵之乘能否，努力奮鬥，直接間接影響於國家之興亡者，至深且鉅。當此外侮日亟，凡屬國民，莫不同仇敵愾，奮起救國，熱忱志士，當於血氣激昂尤甚。惟當知欲肩救國之大任，必須有強健之體魄，庶足以任重致遠，捍禦邦國。國術者，強健身體之捷徑，且有自衛之功能，爲我先哲特創之技擊方法途徑，別具神妙，其矯捷靈便之姿態，解脫搏擊之神通，非他邦所能企及。

孟子曰：『國之本在家，家之本在身。』先總理曰：『無論個人或團體或國家，要有自衛之能力方能生存。』中正深信強國必先強種，強種必先強身，又深信三

民主主義爲救國主義，研究國術亦爲救國要途，兩者關係至爲密切。民族圖存，必以武力爲後盾；而武力之短兵相接，衝鋒格鬪，國術往往能操勝算。昔德復法仇之役，前仆後繼，肉搏決勝，始克復失地以洗恥辱。原倡其始而收其效者，厥爲亞姻氏所辦之柏林體育會。由是而知國術之關於民族前途，概可想見。質言之，研究國術，小可保障身家，大可捍衛種族。一經提倡，全國風行，發揚尙武精神，增進健全體魄，轉弱爲強，可立而待也。鄙人與張子薑先生及中央國術館同志，怵於帝國主義之橫肆侵凌，國勢愈弱，臥薪嘗膽，聞雞起舞，誓爲武化之發揚，以應時勢之要求，冀以滌除東亞病夫之惡謚，振起民族固有之精神。近更本斯旨，發行各種刊物，欲與國人共同研究，積極進行，嫻熟全民技擊，鞏固國家基礎。鍼弱砭懦，訓練有力，一旦義戰開始，劍及屣及，各挾取敵制勝之能，齊鼓所向無前之勇，躋中國於平等地位，達世界於和平目的，其成效所收，豈僅黨國前途之幸而已哉！

國術師範講習所同學錄序

張之江

江蘇省政府主席鈕先生惕生，提倡國術，不遺餘力，既設省國術館於前，復創國術師範講習所於後，培植英俊，以樹普及之基，意至盛也。今春舉行畢業，諸同學有同學錄之刊，切磋琢磨，以相砥礪，固不僅魚書雁帛互悉行藏而已。頃馳書來，囑爲弁言之。江作而興曰：方今列強環伺，虎視鷹瞵，陽唱軍縮號召和平，陰修戰備互存猜忌，考其內幕，實爲羣雄角逐之喜劇。換言之，亦卽帝國主義者明爭暗鬪之方略。尤其對東方之中國，列強處心積慮，欲圖達到其宰割之目的。我黃胄子孫，當此國家千鈞一髮危急存亡之秋，同仇敵愾，發奮圖強，以救國難，以雪國恥，正古人所謂天下興亡匹夫有責之時也。江受黨國委託，主持中央國術館，兩載以還，兢兢業業於強種救國之工作，敬掬所得，以與諸同志商榷焉。江以爲欲圖國術之發揚，舉其犖犖大者而言，厥有二端：其一，化除宗派。夫國術

之有宗派，一由於運用之側重。執一家以自封，失之在偏；由博而返諸約，斯不爲病。二由於鍛鍊之異趣。內壯外壯，途徑固是不同，然發揮體育上之效能，則殊途同歸。乃武家舊習，畛域之見，儼若鴻溝。是皆知識淺隘，深中封建思想之毒耳！今者諸同學學有素養，技擅專精，必能剷除舊習，公開研究，一心一德，以雪國恥爲前提，以禦外侮爲職志，此固無待之江曉曉者也。其二，注重比賽。按國術之性質，本爲一種競技運動，非重比賽，無以判優劣策競進。觀夫世界運動大會，有擊劍一項。東鄰三島之劍術柔道，亦每歲舉行競技大會一次。此決非復古之退化思想，實含有時代之新意義。茲舉一例，以明我說。日本弓術，現爲中等學校必修科目，目光短淺者視之，必將咄咄稱爲怪事。蓋處今之世，火器精利，提倡弓矢，寧非滑稽！不知火器雖精，其基本技能，不能舍乎描準。日本朝野注重於青年之軍事訓練，以完成其帝國主義侵略之使命，弓矢一科，正爲火器射擊之基本訓練。其用心之深，可謂無微不至。之江所指之時代新意義，蓋卽在是。故之江積二年來

之經驗，認定國術鍛鍊，除含有一部分體育價值外，應注重於比賽。比賽爲禦侮之張本，亦卽奮鬪之實習。若提倡國術而不使之競技化，則此種單純之演習，既乏攻守之經驗，無裨自衛之實用。苟因草創伊始，防護之方法，評判之規程，未臻完善，憚於比賽，是則無殊因噎而廢食，將何以登世界運動舞臺一顯黃胄子孫之健兒身手，更何以達自衛衛國之目的乎？諸同學畢業以後，服務社會，本此二端，提倡國術於縣市村里，使舉國風從，全民武化，庶幾強種救國之目的可達，自衛生存之功效可期。聊抒一得，期共勉旃！

中央國術館與競武場的使命

張之江

本館在民國十七年成立的時候，暫借韓家巷基督教協進會臨時館址。後來因為該會要收回自用，因此購了西華門頭條巷一所住房作為館址。未幾，政府將中山路鼓樓附近基地四十餘畝撥為本館建築之用。本館得了這塊基地，原想做照日本技術館的規模建設一所可容四五萬人的競武場，以期宣揚武化。預算建築經費二十五萬元，當即呈請政府撥助一半，以便興築。可惜這一年餘來，國內動亂時起，以致國家財政困難，達於極點，雖於國庫萬難之中，猶蒙批准，但是截至現在領到的祇有二萬五千元。以故原定計劃，未能實現。大者遠者，一時既不能辦到；可是無論如何，同人總向此目的努力進行。所以將計劃縮至力量上能辦到的範圍以內，儘着這二萬多塊錢來作我們的建設工作。幸而館址旁邊留有五六畝空地，我們便利用這塊空地建築了一所可容千餘人的建

建築物這箇建築物就是今天舉行落成禮的競武場。

以上這段話，是本館競武場建築的經過情形。現在接着講一講本館和競武場的使命。

同人在這二年餘來的努力中，聽到許多贊助國術的聲浪，增加我們的勇氣。同時，也聽到許多漠視國術的聲浪，甚至批評我們提倡國術是反時代是開倒車。我想說這話的人，大概是沒有認清國術的時代價值。我們要知道中國的惟一死敵，就是世界帝國主義者；中國的惟一出路，只有打倒世界帝國主義者。要打倒它，須得有種種準備。別的不講，單講軍事準備。軍事的分門別類，有許許多多，戰術上的白兵戰，尤其占一個重要位置。同人這一次東渡考察，參觀他們的劈刺演習，其熟練實在令人吃驚。我國的國術，總理曾經說過它的效用，在面前五尺地決勝負的時候，有絕大的價值。假使我們視為等閒的東西，不努力的去提倡，甚至批評提倡國術是反時代開倒車，萬一中國一旦與帝國主義者

作殊死戰的時候，白兵相接，不但不能打倒它們，反被它們打倒。

其次，總理在民族主義中，對中國人口的減少問題，抱着極大的隱憂。試看列強對於獎勵人口增加的政策，極其重視。舉幾件事實來說：美國人口比較往昔增多十倍，俄國人口增多四倍，英國日本人口增多三倍，德國人口增多兩倍半，至少的法國尚增多四分之一的人口。中國在已往一百年間，人口沒有加多，這雖包容許多問題在內，然而不注重體育，也是重大的一端。現在有識之士，多已見到此層，大家起來提倡國術。依同人研究的結果，不但國術這種國粹體育在量的方面可以增多中國的人口，在質的方面也可以改良中國的人種。

再其次，講一講我們應該怎樣的提倡國術。同人由國內歷次比賽所得的經驗和出國考察的結果，覺得要使現代的武術歸趨於學用一致這條路上方對明朝的大將戚繼光，他對於武術是一位最有認識的人物。他覺得中國的武術將學用二字分開來是一個最大的缺點。他主張學一件便要用一件，平日練

的如此，臨陣用的也是如此。並且他主張要注重實地演習，我們相信這個主張是對的。他的話雖然是三百年前所說，但是絲毫不失去其現代性。今天落成典禮中所列的搏擊率角比賽項目，即是爲達到我們懷抱的表現。

歸結的說起來：

我們要從次殖民地找一條出路，只有打倒帝國主義；要打倒帝國主義，提倡國術是一件極重要的工作。

我們要增多中國的人口改良中國的人種，提倡國術是經濟落後的中國一種最好的體育方法。

要貫徹以上強種救國二大目的，非提倡學用一致能臨陣應用的國術不可。

這就是本館和所屬競武場的最大使命。

潭腿序

汪兆銘

今之篤舊者，好言保存國粹，而驚新者，則多非之。愚以爲但當問其粹焉與否而已；如其粹也，豈惟當保存之，且當發揮而光大之。蓋於此世界中，知其國之粹者，莫其國之人若；知其爲粹而發揮光大之，此非人類對於過去之責任宜爾，而對於將來之責任尤不能不爾也。若徒言保存而已，則其界說舍納商彝周鼎於博物院外，無有他義，是豈所以對於國粹之道乎？技擊者，國粹之一種也。說者謂火器興而技擊可廢，此其爲說，無異謂舟車興而徒步可廢，其不中於事理，可以無辨。然徒言保存而已，則技擊之爲物，初不能如商彝周鼎，可舉而納之博物院中，愚誠不知將操何術以保存之也。善乎精武體育會諸君子所以取技擊之術發揮而光大之者，爲能見其遠而能得其要也！往者技擊之術，祕傳而已，精武體育會諸君子則易之以公開；往者技擊之術，其傳之也，私相授受而已，精武體

育會諸君子則易之以普及。是故昔之以爲支離恍惚，累日窮月，莫可究詰者，今則知其秩然有條，可以循序而致之矣；昔之以爲矯揉造作，小之傷肢體，大之傷生命者，今則知其準於生理，不惟無害，而且有益矣。惟其如是，故方術以研而彌精，而傳布以恢而彌廣也。邇者精武體育會諸君子，本其公開與普及之志，彙其所得，著之於書，蓋有慨夫昔之作者非爲荒誕神奇之說，卽爲暴戾恣睢之言，不足發技擊之奧祕而揚其精華也。愚知此書之出，其有裨於發揮光大之用者，殆無疑矣！抑猶有言者，泰西人有恆言曰：『中國之民族，平和之民族也。』斯言國人樂道之，然一反顧國內陵替之狀，則又羞稱焉。夫旣曰平和，則不平之必不和可知。平和云者，處平等之地位，行互相之事業，由博愛以進於大同之謂也。故苟且偷安者，不足以言平和；屈伏隱忍者，尤不足言平和。明乎此，則中國民族之精神可見矣。強其筋骨，殖其能力，以貫澈其道義上之主張，不爲強食，亦不爲弱肉，立於世界，凜乎其不可犯也，坦乎其不可近也。儻亦精武體育會諸君子之所望。

國術論叢

於國民者耶敢以爲序。

國術與時代背景

胡異軍

任何學術都有它的時代使命。

所以我們提倡某一種學術，必須先認識它的時代背景，然後迎着時代的潮流，去發揮它的效能。國術在革命以後的積極提倡，自然也是循着這個軌道。但是偶然會聽到不負責任的批評說，國術的提倡，彷彿是反時代，是提倡軍國民教育。現在科學正突飛猛進，向提倡原始中古以至近古時期戰爭的技術，未免與時代有些衝突。況且爲體育計，現在有西洋的新式運動，已經可以鍛鍊體格，何必再鍊什麼拳腳，什麼刀槍劍棍！

這種振振有詞的論調，驟然聽到，也像有些理由。其實我敢武斷的說，操這種論調的人，可謂未曾深認國術的時代使命。

提倡軍國民教育，在近來的中國，據說是落伍了。你看我們這偉大的中國，

這偉大的民族。酷愛和平，是我們唯一傲人的法寶。我們列祖列宗的歷史上，都是以德服人不用武力的，而結果卻能德被蠻夷恩施宇外。到了現在，只要發揚我們和平的美德，自可消弭國際的隱患，促成世界的大同，又何必提倡軍國民教育。

不過事實是這樣，那兇悍殘酷的帝國主義，是不因為你酷愛和平，便不明攻暗襲的侵略；是不因為你反對軍國民教育，而認為你是進步的民族，於是便自動的講公理說仁義。

我們知道，中國是淪於次殖民地的國家，不平等條約是亟待着廢除，租界是亟待着收回，國恥是亟待着昭雪。這不是空言所能辦到的，至少要流一點血，至少有發生國際戰爭的可能。尤其在這太平洋霸權帝國主義者都待機而發的準備鬪爭中，中國是首當其衝不能避免的。退一步說，我們至少要自衛。

提倡國術，自然不是提倡軍國民教育的全部而是一部分。要達到箇箇國

民能一旦有事便從事於疆場，國術在其準備期間，自然是負大部分鍛鍊國民體格與技術發揚民族勇氣的使命。

至於國術，是古代民族戰爭的技術。這是無可諱言。我們當然知道，最近戰爭是有最進步的武器的，是持槍荷礮的。但是白刃衝鋒，短兵相接的時候，也不是現在被稱爲東亞病夫而自甘暴棄的國人所能夠勝任的。

所以我們懷念着未來，爲民族的生存，爲國家的獨立，爲國仇的昭雪，爲環境的支配，中國還需要戰爭，還需要軍國民教育，至少還需要自衛。國術便是完成這時代使命的呵！

鍛鍊身體，你看西洋的新式運動，不是已有什麼全國的地方的運動會，國際間埠際間許多的比賽，當運動員穿着光彩炫目的衣裳在歡呼隊的狂熱聲中，居然有打破全國紀錄的短跑，居然能和什麼美國商人英國海軍奪籃球足球的錦標了麼？運動員的體格，是那樣的強健，筋肉是那樣的結實！我們中國不

是已經可以棄卻東方病夫的雅號，而戴上少年中國的桂冠了麼？

是的，我們知道在中國產業發達的城市中，在設備完全的學校中，總算知道體育是爲爭錦標爲爭榮譽那件事，於是產生了幾個特殊的運動員。

不妨一個學校中百分之九十以上是弱不禁風的學生，其中只有幾個是身體健康善於運動的，便可算已盡提倡體育的能事。

不信，你到任何大學校去參觀年方二十歲的青年，那弓着背屈着腰戴着近視眼鏡以害病爲常事的，卻佔全數的多少。

許多許多如雨後春筍的青年文藝，那一篇不是謳歌着煩悶，陳述着貧窮的文字？不是說患腦，便是說吐血。文藝中的主角，都是描寫將近墳墓的人；而主角每每是作者自身的寫照。

再認清些，中國正在農村經濟將趨沒落新興產業尙未發達的時候，國民經濟，是如何的貧乏！那農村的農夫，工廠中的工徒，商號的店員，以及都市上的

家庭勞動者，每月所得的報酬，也不够買一隻網球拍買一雙運動鞋，雖欲運動，更將何從？

再說現代運動場上的指導員，學校中的體育教師，洋其裝，英其語，神氣十足的，又那能深入民間而去教練見了籃球會疑作炸彈看了鏢槍會認爲梭標的普通民衆？即使肯練那運動場中的西洋術語儀態動作，也非平民所能深曉。我們平心靜氣的想一下，這貴族的特殊的少數人所能享受的新式運動，『固然，我聲明我不敢厚非。』至少在現代中國還不能普及使個個人能學習。打幾下拳，攢幾次跤，恐怕我們那可憐的雖欲效新式運動而缺乏客觀條件的下層民衆，在業餘工罷清晨傍晚，也自能互相傳習而嘗試的吧！

幸虧在農村中還有以國術爲強身自衛而傳習的人，因此還有強健的國民比起都市裏的有閒階級要少喫些藥多喫些飯，還有出身田畝的青年比起少爺式洋人式的運動員要多些力量而且繼續得時間長一點，不至離開了運

動場三個月，便依然故我。

國術要到下層去，到民間去，到農村工廠裏去。我是這樣的吶喊！
惟有中國處於現在的時代，纔適宜於提倡國術。我是這樣的狂呼！

國術與民族復興

胡異軍

事實顯明地告訴我們，現代中國的國家社會都發現瘡痍滿目的病態。而所謂憂時憂國之士，無論是爲新人物或舊人物，都在衆口一致的高唱着「救救我們的國家吧」的呼聲。

於是甲說這樣便足以救國了。乙說那樣便足以救國了。自然其中有許多方略以之救中國而有餘。

但是我以爲國家復興與民族復興，中間似乎有點分野。同時，我以爲國家復興比較民族復興似乎還要容易。

總理說：本來民族與國家相互的關係，很多不容分開，但是其中實在有一定界限，我們必須分開什麼是國家，什麼是民族。又說：簡單的分別，民族是由於天然力造成的，國家是用武力造成的。用中國的政治歷史來證明，中國人說，王

道是順乎自然，自然力便是王道，用王道造成的團體，便是民族；武力便是霸道，用霸道造成的團體，便是國家。根據以上的遺訓，我認爲用霸道造成的國家，從頹廢而復興，只要政治修明，武力充實，建設完善，便能達到目的。而一種民族，若漸次頹廢期之復興，恐怕比較上困難吧！

總理認爲民族危險的地方，在拿中國人和列強的人民比較。即目下用實驗例子證明，我們人口的增加數，比之歐美各國及日本，相差的非常之多。在民族主義第二講開始，便痛切地說自古以來民族之所以興亡，是由於人口增減的原因很多。

我們只要稍微留心社會情形，便可看到國民生產率之減少與死亡率之增加。固然，我們中國的政府，還未曾有過精確的統計，但只就表面上來看，便可見到國民的體格逐漸的矮小柔弱，所謂一代不如一代，以前我們譏笑日本是矮國，如今那矮國的國民已經一代一代的魁偉了。

再說到民族性，我們更要感到痛心。總理認為我們固有的美德，是忠孝仁愛信義和平。而現在社會間，我們只看到虛偽欺詐冷酷殘忍畏怯柔靡。外國人對於中國的觀察，最大的弱點便是愛錢怕死。這大約不全是他們的錯覺吧！稍肯冷靜頭腦想一想，我敢武斷地說我們中國過去偉大的民族性，已經漸次頹廢而將消失了。

現在期望着國家復興，只要能真正的統一努力的建設，不久便可把次殖民地國家，恢復到富強的境地。而頹廢的老大的民族，如何能變為新興民族。這可說是一件切膚的事。

國術是可以挽救以上人口減少與民族性衰微兩件不幸的事的。我們要知道所謂國術者，不是能打拳能舞劍養成幾個力敵十夫的武士而算是盡國術的能事的。同時，國術是要把全民都養成心身並健術德兼修的國民。

那末能達到這種目的，自然有身體健全的父母，決不會生產矮小多病的嬰兒。生產率也決不會減少。死亡率更當然不致增加。

至於民族性，我們知道歷史上被人崇敬的武術家都是慷慨好義仁愛豪俠的健兒。這種悲壯的武德，假若能形成爲民族的特性，我相信中國是不會衰亡的。

總之，遠徵往史，近察現狀。如德國之亞姆氏創設柏林體育會，而復法人侵略之國仇，日本之武士道，養成國人悲壯之特性，而一躍成爲世界強國，足可證明武術與邦國民族的關係。

被譏爲東亞病夫的國人們！用國術來促進你們的體魄，用國術來振作你們的精神，用國術來養成你們的武德，以至於你們的子子孫孫都是民族復興中之一員！

偉大的神聖的民族呵！希望你們領受國術的洗禮！

從民族自信力談到國術

胡異軍

大凡稍有常識的人，都可知國術曾有悠久的歷史與相當的成績，從全盛以至頹廢，現在又由頹廢而復興。

國術的價值，決不是用從前的拳師們唱着神祕玄妙的高調纔能把它提高，亦非現在反對或懷疑國術的人們僅用反時代的評話而能抹煞。固然每種事件，個個人有他主觀的批評。國術之所以使人形成既不肯全相信卻又不能不相信的心理，這在過去練習國術的人們，當然要負此責任，而與國術本身的科學價值，本無關係。

不過，反國術的所謂歐化新人，泰半以爲學從異國傳來的運動，便是科學的時代的，而練習國術則反是。這真使人不只爲國術抱屈，實在爲民族自信力戰慄。

所謂科學，原是來自西洋，彷彿中國不足論此。其實科學這件法寶，不過是物與物相值，有特別徵候，一箇聰明人見了，去推演發明，而貢獻於社會罷了。——即是馬君武先生說的碰彩。例如瓦特發明蒸汽，是出於無意中見以火煎水而起；牛頓發明吸力，是出於無意中見蘋果墮地而起。這種碰彩式的蒸汽與地心引力的發明，一班人都認為科學界的金科玉律。但在中國最初發明火藥的那人，因為偶然入廁，偶然以石擊壁為樂，見到暴裂徵候，於是便想到取硝，這種發明，恐怕有人認為僅是碰彩而不是科學了。

大凡科學的過程，要分三個時期，第一時期，是思想發動時期。這種發動，就是碰彩。譬如硝能製火藥，便是無心之碰。第二時期，為眾人研究時期。此時期亦為矜張時期，成敗還不能定。所以研究者，必要故神其說，信其藝者也要旁加附會。第三時期，為應用時期。脫離研究範圍，人人可不學而能。譬之社會上的經驗良方，並沒有什麼深奧的醫理，而比醫學博士們的處方還有神效。因其可不學

而能，遂輕視其科學的價值，不但不矜誇，而且還認爲不足輕重了。

國術便是經過這三個時期而形成現在的現象的。

曾記得一位學者說，在中國有許多事，都是始於科學成於哲學終於混合應用學。國術是極合這原則的。最初因爲自衛禦敵，而發明這有科學性的技術。到中間又滲有神祕的觀念，誇大的玄理，如拳術之有太極八卦兩儀四象陰陽五行，都染有中國哲學的色彩。到後來學者漸多，技術普遍，便成功爲混合應用學。

又 總理說進化分三時期。第一，不知而行時期。第二，行而後知時期。第三，知而後行時期。國術之起源，也未嘗不可說是不知而行，可是其間卻包羅許多複雜的問題，並不是沒有科學的價值。

所以我們應承認國術是有科學價值的，不過從前的武術家，大半是因被統治階級的壓迫，秀才階級的輕視，而深入閉塞的農村裏，枯寂的寺院中去練

習，並且練習的分子又多非智識階級，所以沒有發揮充實的理論。現在當然要把它的科學價值重新估定，加緊補充，我深信在所謂近代的競技運動上，有它相當的地位。

至於說到國術是反時代，我們暫且先就體格來說。中國在時代的進程中，已經顯明的落伍了。我們要迎合時代，便須注重體育。但是中國是產業落後的國家，社會的基礎是建設在農村上面的，因為經濟交通導師的種種緣故，委實不能學那自命新人物所讚美的西洋各種運動。在這種情形之下，惟有國術是極易普遍的，因為沒有以上的問題，足以妨礙它的進展。故反時代的評話，尤其不足為國術的創傷。

總之，認為國術不及歐美各種運動的，我感到都是對於民族自信力的消失。我們不要以人廢事，以武斷為批評，僅僅的醉心外來的東西，而對此本來有科學價值的國術反加以似是而非的判斷。

最後再引 總理的話：『民族沒有自信力，便不能生存。』我希望反國術的人們，不要忘卻這句話的昭示。

從杭州國術比試統計上得到的結論

唐范生

左：

根據浙江國術游藝大會比試登記人員名冊的統計，與試人員的省別如

省	別	數
河	北	三
山	東	二〇
河	南	六
安	徽	二
江	蘇	一四
浙	江	三八
四	川	二

初試優勝人員的省別統計如左：

浙	江	安	河	山	河	省
江	蘇	徽	南	東	北	別
						人
二	一	一	一	一	一	數
				一	一	
				〇	一	

總	不	福	湖
計	可	建	北
	考		
一			
二			
〇	一	一	二

決賽最後優勝六名的省別如左：

姓	名	省	別	名	次
王	子慶	河	北		一
朱	國祿	河	北		二
章	殿卿	河	北		三
曹	宴海	河	北		四
胡	鳳山	河	北		五
馬	承智	安	徽		六

由以上的統計，我們可以得到一個結論。這個結論是：

中國北部人的體力較勝於南部人。

我們在沒有經過多次比賽，經驗告訴我們以前，也許不能下這樣絕對的結論；但是這一次杭州國術比賽的結果，我們是可以下這樣一個結論的。

不過這三份統計表，還不足以表現技術上何由而得此結果。因此我願意加一些補充說明，使讀者知道獲得最後優勝，決不是偶然的。

這六位優勝者之中，首名王子慶，四名曹宴海，都是中央國術館第一屆教授班畢業。二名朱國祿，三名章殿卿，五名胡鳳山，六名馬承智，在中央國術館都擔任過職務。中央國術館訓練館員的課目，最注重的一種是搏擊，一種是率角。搏擊就是實施攻守的技術，與普通講套數的對拳大不相同。他們天天從事於實用的鍛鍊，所以會得此勝利。其中僅僅胡鳳山一人，因為出館較早，沒有實習過搏擊，後來在上海比賽，與中央國術館教授班未畢業學員郭世銓試合，連戰三次，胡竟不支而退。於此我們更可以下一個結論，這個結論是：

凡以門戶自封，專演徒悅眼目的套數，而不實習的攻守技術者，決不能得到相當的優勝。

明朝大將戚繼光在他所著的紀效新書答問篇裏說：「設使平日所習所

學的，都是照臨陣的一般，及至臨陣就以平日所習者用之，則於操一日必有一日之效，一件熟便得一件之利，况是幼而爲武士者耶？奈今所習所學，通爲一箇虛套，其臨陣的真藝，原無一字相合，及其臨陣，卻與平日耳目聞見，無一相同。如此就操一千年，便有何用！今之閱者看武藝，但要周旋左右，滿片花草，此是花法勝而對手工夫漸迷武藝之病也。』這般識見，試問二十年來提倡國術者，能够會得的有幾人？無怪努力了一場，結果仍等於零。我們要知道現代提倡國術最重要的目的，是在補助國民軍事訓練上的白兵戰。試問現在社會間提倡的所謂少林武當兩派國術，有幾何是臨陣的真藝呢？

從杭州國術比試統計上得到的結果，提倡國術應該走怎樣的道路，不是很明顯的昭示我們麼？

柔道擊劍選手和其他競技運動選手的死亡率比較

唐范生

競技運動的價值，除包含一部分體育的效果而外，其重要而應該注意的，便是技術上的鍛鍊。所以競技運動是體育與技術的混合物，而不是純正的體育。

競技運動既不是純正的體育，就發生何種人宜於某種競技何種人不宜於某種競技何種人根本不宜於競技運動這些問題了。這宜與不宜，全以體力爲斷和各種精密的體育統計爲準。

中國目前，還未有人應用體力測定和其他精密的體育統計方法到國術運動員的身體上去。若要希望國術前途的發揚與光大，深願提倡國術的團體，對此努力一下。這才是推進國術的一條大路。

日本的擊劍柔道與中國的率角劍術，是大體相同的。日本人體格的發育與中國人是無過大差別的。（註）中國的國術目前雖未有體育的統計，而日本的教育當局——文部省，在大正十一年曾經就一道一府三十八縣師範學校的運動選手，作過一次精密的死亡統計調查。其結果是：

（一）被調查的運動選手，於卒業後六個年間，平均一年的死亡率，千人中占八·七四。此輩選手，大概爲同等年齡，其死亡率與二十歲至三十歲的普通人大致相同。

（二）選手千人卒業後六個年間的死亡人員之運動種目如左：

競	走	一六·五人	（選手人員）	三六三人
柔	道	一一·三人	（同）	三一八四人
棒	球	一〇·六人	（同）	一一二九人

網	球	九·七人	(同)	二一七一人)
漕	艇	九·二人	(同)	八七二人)
擊	劍	六·〇人	(同)	三一八四人)

(三) 將上表選手的死亡總數作為百分更製成各病類死亡者之數的統計表如左：

呼吸器病	(含肺結核)	五九·五四%
傳染病	(除肺結核)	九·九一%
消化器病		七·二〇%
神經系病		三·六三%
外傷及意外		一·八六%
血行器病		〇·九〇%
泌尿生殖器病		〇·九〇%

不

詳

一六·〇六%

一看右表運動選手的病別死亡率，肺結核及其他呼吸器病最占多數。是故競技運動者，非注意呼吸器病的豫防不可。

(四) 選手死於呼吸器病的，既如其多，那麼何種運動死於肺結核及呼吸器病的最居多數呢？列表如左：

網	球	八一·八%
競	走	六六·六%
擊	劍	五七·八%
漕	艇	五七·一%
柔	道	五一·五%
棒	球	五〇·〇%

右表的死亡率，是當第一表運動種目選手死亡數的百分比。據本表統計所得的結果，網球選手死於呼吸器病者最多。但其中有一原因是我們應該知道的，因為網球是一種比較緩和的運動，所以呼吸器有輕微障礙的習之者居多。柔道為力的競技運動，凡有呼吸器病者決不能嘗試。所以網球選手多死於呼吸器病者，不是運動的結果，而為體質的結果。

(五)把六個年間運動選手的死亡率作一比例表於末：

擊	漕	網	柔	棒	競
劍	艇	球	道	球	走
三·四一%	四·四九%	五·五〇%	六·二〇%	六·二八%	九·五二%

(註)據日本醫學博士吉田章信所著增訂第八版運動生理學第十五章身體發育的統計。

兩份不完備的體力測定表

唐范生

△杭州國術比賽第一名王子慶
 △上海國術比賽第一名曹宴海

(一)

姓	年	籍	把	拉	雙
名	齡	貫	力	力	手
王	三	河	右	四	四
子	一	北	左		
慶	歲	趙	三	五	〇
		州	四		
			六		

雙	拳	托	腰	腿	肩
手	力	力	力	力	力
分	力	力	力	力	力
三	左	左	二	七	左
	右	右	八		右
	四	一			
	三	三			
		八			
二	四	〇		〇	五
	八	五			

(二)

姓名	曹宴海
年齡	二十七歲
籍貫	河北滄縣
把力	左右四五〇三
拉力	四五〇三
雙手合力	九

雙手分力	四九
拳力	左右三四六二
托力	左右一一二五五
腰力	二〇五
腿力	五八
肩力	左右三〇〇〇

以上兩份不完備的體力測定表，是在中央國術館看見的。表中僅有力的測定而沒有體的測定，很是一件缺憾的事。按體力測定這門科學，在近代體育上的地位非常重要。聽說褚民誼先生於去歲杭州國術游藝大會中，曾經建議應用這種術式來測定國術家的體力，可惜被一位什麼武當派的國術前輩輕輕一反對，就沒有實行。就我所知道浙江省政府的內容，很有幾位號稱學者的委員，不知當時何以會崇信這位道教哲學者的主張而反科學？

(完)

用辯證法來打破三百餘年國術界傳統謬說

少林武當當放出版

不知正術的術是究提國者大
知確國史研國者倡之恥

是武當的鼻祖者不可不讀此書
欲知達摩不是少林的鼻祖張三丰不
欲知少林的正確歷史武當的真實內
容者不可不讀此書

□.....研究國術的諸君.....□
□.....提倡國術的諸君.....□
□.....對於國術有趣味的諸君.....□

本書為中央國術館編審處處長唐范生所著連續登載於國術周刊茲復經著者將內容修改稿凡數易計增加材料三分之一考證異常精詳插圖十幅或採諸古籍或得自國外類皆難見之品洵三百年來國術界有數之著述也此書一出行見國術界思想必為之一變謂予不信請一讀之

實價大洋八角

寄售處上海馬路大書局暨分局

中華民國二十年七月出版

國術論叢 (全一册)

△(實價大洋三角)

(外埠酌加郵費匯費)

中央國術館長 張之江

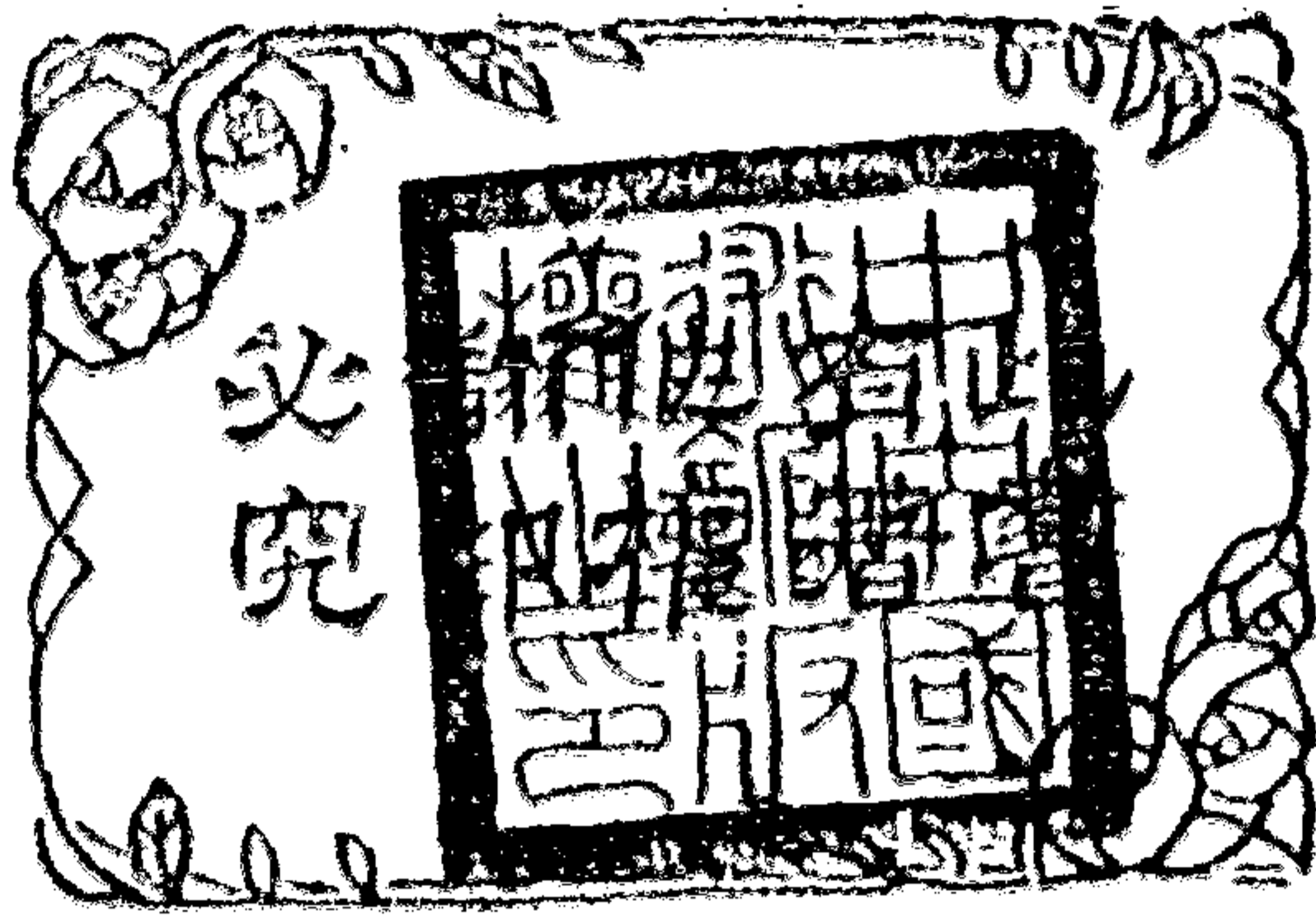
朱翁 國國 福助

沈 駿 聲
上海北福建路二號

大東書局
上海北福建路二號

大東書局
上海四馬路中市

鑒定者 編者 發行人 印刷所 總發行所



分發行所

杭州 北平 天津
南京 遼寧 哈爾濱
開封 長沙 重慶
漢口 梧州 徐州
廣州 汕頭

大東書局

