

# 國 民 說 部

國 民 健 康 集

## 海 林 良 練 武

(國 術 提 倡)

編 著 者 陳 叔 泉 校 訂 者 郝 更 生

正 中 書 局 印 行

### 國民說部發刊旨趣

近來民衆讀物之刊行，日見其盛；據所觀察，在今日高唱民衆教育及識字教育之時，此種刊物應進而生固甚正當，而事實上亦確需要。○第以一般民衆所受新教育之根基尚淺，其生活習慣環境情形，均尙翹蔽於舊觀念，而不自知新需要之所在。故雖有寶物，等於泥沙，舊未明其用，亦不知其可貴也。○因此關係，無論民衆教育之呼聲沖天，識字運動之宣傳遍地，民衆讀物之刊行盈千累萬；而民衆不知享受或不能享受，依然如故。事倍功半，至爲可惜！查中國社會教育社第三屆年會通過民國二十四年三月教育部修正試用之民衆學校課程標準草案，規定國語科教學方法要點：「第六條，要培養自動閱讀的能力；第七條，要獎勵課外閱讀和欣賞的興味。」但如何培養閱讀能力，如何增進欣賞興味，則教材之選擇，讀物之編纂，大有關係。坊間一般民衆讀物未能深入民衆，固由於我國民衆教育水準之低；但亦未嘗不因編選技巧未能適應對象之故。各省市民衆教育實驗機關，間有改變作風，適合民衆口味讀物之編印，但又限於地方，零星不全不昌及；本局有鑒於此，於是審察民衆普通興趣，調查民

衆平時習慣，因勢利導，利用吾國舊有章回小說之體裁，結構，編輯小本讀物，每冊在萬字左右，灌輸世界時代新知，培養中華民族意識，使民衆閱讀能力欣賞興趣，無形加強。此種方式，利用爲民衆教育之工具，與今日利用故事體裁編爲兒童讀物，作小學校教本之補充材料，用意相同，於民衆教育上當能發揮其功能。故本局敢毅然嘗試，以「舊壺裝新酒」之意，採用章回體裁，編成國民說部一百冊，以供民衆閱讀之用。其內容則應時代之需要，分爲十集：曰歷史集，曰革命集，曰地理集，曰名人傳記集，曰健康集，曰生產經濟集，曰政治集，曰防衛集，曰科學集，曰生活集。合言之：各集均有相當聯繫，使可滙通活用，俾民衆讀者於整個人生上，得到正確之認識；分言之：歷史集，革命集，地理集，名人傳記集，政治集，屬於「教」的方面，足以善導民衆思想；健康集與防衛集，屬於「衛」的方面，足以領導民衆自衛；生產經濟集，科學集，生活集屬於「養」的方面，足以增進民衆生產。故國民說部不僅可供各省一般民衆學校之用，即叢，鄺，皖，豫，閩等處施行特種教育區域，中山民衆學校，亦可採用此書以作訓練民衆之工具也。

## 海林良練武回目

- |     |           |           |
|-----|-----------|-----------|
| 第一回 | 鄉會市拳師顯身手  | 奇和尚演技遇知音  |
| 第二回 | 過嶺門客舍談拳術  | 攻硬法山僻習蠻風  |
| 第三回 | 開拳壇表敬賢禮客  | 試比賽較平手拳梁  |
| 第四回 | 莽申大殺手遭挫折  | 巧林良改計學祕宗  |
| 第五回 | 飛雲渡挑夫逞勒索  | 衛衛頭俠士治兇橫  |
| 第六回 | 慕劍俠妄想天開   | 訪名師誠心領教   |
| 第七回 | 海林良兗州府解紛  | 霍元甲上海市打擂  |
| 第八回 | 設擂臺壓倒外洋力士 | 結團體發揮國術功能 |

第一回 鄉會市拳師顯身手 奇和尚演技遇知音

話說古往今來，世事無窮，正史之外，還有許許多多可傳的事，很可以給後人做榜樣的，只是大家不知留意罷了。在下閒來無事，就說一位愛國拳術家的一生事蹟，給列位聽聽吧！

書中不說殘唐五代，不講漢魏六朝，說的是遜清末年的時候，一位拳術家名叫海林良的事情。他出身於農家，生長於拳術風氣最盛的平陽江南鄉；所以他才十四歲還在府城學堂裏讀書的時候，已經學得好幾套拳花；並且在會市的時候，登臺表演，也曾博得許多前輩的稱

贊。

原來這江南鄉雖然是個交通不便的偏僻地方，可是鄉民尚武的精神，實在可以給人做模範的。鄉中的廟宇，每年都定期開演戲文，是鄉民娛樂的機會。演戲期間，因為同時可以賣買農具，與國術上所用的棒、棍之類，所以土人便叫做「會市」，也可說是「市集」的一種。會市這一天，除了演戲之外，還有拳術表演，當地鄉民，就廟宇中，搭了一座戲臺，由當地的拳師，先打一套拳，叫做「開臺」。當日開了臺以後，各處拳師，都率領着徒弟們上臺逐一表演。徒弟們表演完了，然後拳師自己出來，脫了衣服，赤着上半身，露出壯美的肌肉，威風凜凜的打了兩套拳花。照例，第一套是母拳，第二套是花拳。他們的拳法，母拳是基本拳，要測身體步力是否結實，只看母拳便知；要測

身體手法是否活潑玲瓏，只看花拳便知。拳師們照例打這兩套拳，是叫臺下的人，看了他結實的程度和活潑的體態，做品評的根據。如此一班一班的表演，一天到晚，倒有不少拳師登臺。會市的時期，每一個大的廟宇，每年有一次，大的村鎮總有一個大廟宇，所以一年之間，就有好幾次會市了。這是拳師們借此揚名的機會，也是鼓勵青年們學拳的一種方法。

卻說當海林良十四歲的時候，跟着當地一個著名的拳師，名叫申大的，學了好幾套拳花。因為青年人總好出風頭，那年林頭村會市的時候，他就跟隨師傅到林頭村去參加表演。他這次的表演，雖博得許多前輩拳師的稱贊，可是他自己倒因此自愧技術不夠，深悟拳術之道，原是非常高深的，除師傅之外，還有無數的能手呢。他才想到不

可自滿，此後非格外用功不可。

原來海林良的家境，很過得去，獨家請得起拳師，拳師也很能盡心教他，又且年輕，打起拳來，格外好看。所以地方上人，都祇有贊他好的，沒有人能指出他的弊病來的。年輕的人，往往少見多怪；所以他因此也就自負不凡了。那曉得當天他在林頭村會市中，卻看見許多登臺表演的，沒有一個不比自己好，并且還有拳師比自己的師傅好些的。古話說「相形見拙」；海林良這才把以前目中無人的態度變換過來，每天除讀書以外，總是下工夫苦練，每逢會市時期，也祇去看，再不敢登臺表演了。

有一次，正當廢曆新年正月二十八日榆垵村的大龍宮，恰到大會市之期，海林良師傅們適在看表演的時候，看見一個身材高大的和



圖一 會市表拳

尙，不帶徒弟，獨自一個登臺，脫去衣服，露出又堅又健的肌肉，看他身體的強壯，就很使人羨慕了。海林良對師兄們說道：『有這樣體格，再加上學問才幹，才可成功大事業呢。就今日這班拳師而言，工夫不敢說，體格總算這位和尙第一了。且等我們看了他的表演，就可知道他的工夫了。』那和尙也照例打兩套拳花。可是他第一套卻先打花拳；打的雖是活潑玲瓏，可是毫不使氣力，打完了也沒有絲毫氣喘。臺下整千整

萬的看客，無數的拳師，就異口同聲的說道：『這個和尚沒有什麼了不得，且看他第二套怎樣？』惟有海林良說：『這位和尚的拳法卻與我們的拳法不同。』等到和尚打完了第二套拳的時候，大家似乎就已斷定這和尚原祇有一架結實的身體，拳術卻沒有什麼工夫；有的拳師并且便看他起不了。海林良的師傅申大，突然大聲說道：『這和尚沒有工夫！』可是海林良總覺得這和尚與衆不同，便連忙對師傅說道：『這和尚不可輕視，他的拳法與我們本地不同，我們看不出他的工夫來，卻不能遽爾說他沒有本領』。那申大很不服氣，他說：『如果他能到你家來住一兩天，我就將他打倒了給你看。』海林良嘴裏說：『那自然不是老師的敵手！』可是心中總覺懷疑。一時和尚穿好了衣服，走下臺來，申大忽然向徒弟們大聲說道：『我們上去練兩套看看吧！』當時

率領着六個徒弟，連海林良共七人，同時上臺。海林良原不欲上臺表演，祇因卻不過師傅的命令，也祇得跟他們一氣走上了臺。沒半個鐘頭，六個師兄弟們都打完了，只剩海林良未曾表演，此時他雖極不願意表演，可是勢成騎虎，實在欲罷不能，祇得脫去衣服，照例打兩套拳花。因為他天資聰敏，再加肯用功，所以進步極快；這兩套拳花打完了，竟使臺下的人，個個稱贊，連那個和尚也都稱贊他是個可造之才。海林良打過之後就輪到申大了。他此時自然十分賣力，獻出平生本領來。申大打完了，大家一同走下戲臺，海林良剛走下扶梯，忽然瞥見那打拳的和尚，正立在他的身旁。祇因心中甚是仰慕，不覺就和和尚攀談起來了。當下就乘機請和尚到家中來。申大因為想和尚比試，顯顯自己的本領，所以也很願意跟和尚一道到海宅來。

欲知他們到海宅後，怎樣比試，究竟和尚有工夫還是沒工夫，且看下回分解。

## 第二回 過嶺門客舍談拳術 攻硬法山僻習蠻風

卻說當日海林良邀那打拳的和尚一路到家裏來。自榆垱到江南鄉海宅，約有數十里路，并且要經過縣城。當日，同伴的還有申大師徒弟等，一行共有九人，經過縣城時正在夜間，當晚就在城南嶺門客棧歇宿。晚間，大家不免談起拳經，申大的態度極其傲慢，說話很不客氣，可是那和尚卻總是一味的謙虛不已。談到拳法時候，海林良起來問道：『大師傅的拳法與我們平陽的拳法不同，我們看不懂，敢問是何處學來這樣好的拳術？』和尚道：『海施主既然問到拳法，貧僧不

妨將所學奉告：貧僧的師傅也是一個和尚，學的是祕宗拳。此種拳法，創自河南中州少林寺，爲少林派外家拳法最好的一種。宋朝的時候，出了個盧俊義，祕宗拳算他第一了，同時有個燕青，可算盧俊義的高足弟子。傳到本朝，有個孫通大師，山東人，專教祕宗拳。他的嫡派，最出名的算是天津霍元甲，與貧僧的師傅國忠師。此種拳法，雖是外家，其實也有天然內功，不專靠使氣力。平陽拳法，有些失於太剛，法硬專靠蓄氣用力，進步雖快，結果卻總不精。這是因爲平陽江南人民，天性粗暴，勇於私鬪，所以拳法也於無意之間偏重於硬法了。施主的拳技，貧僧已領教過，如果從此專心研究，原是大有希望的。『申大是個粗獷的漢子，對於拳術派別一點也聽不懂，他祇懂得和尚嫌平陽拳法太硬，自恃氣力精壯，再加上一肚子的妬忌心，就跳

將起來，頓腳舞手的向和尚道：『你不要瞧不起平陽人！你若嫌平陽拳法太硬，不妨硬碰硬跟我碰碰看！』和尚卻笑容滿面道：『老師何必如此，貧僧在俗時，住過江南鄉，也曾學過平陽拳法，爲江南宜山鼎鼎大名殷宅的嫡傳，就爲這種拳法好學難精，所以後來便改學了祕宗拳。此番談談，也很平常，並無半點瞧不起的意思，老師何必認真起來。』申大道：『那末我們明天到海宅去，不妨試試馬步，試試拳梁，我的硬法輸給你軟法，海宅這一壇就讓你教了吧。』和尚道：『豈敢，豈敢！貧僧爲交友而來，不爲教拳而來。』

原來這平陽縣份，爲福建浙江交界之地，人民大多數聚族而居，一姓與一姓之間，偶有爭執，就將本姓宗祠的大門打開，把祠堂鼓擂將起來，族人一聞祠堂鼓的聲音，大家齊到祠堂中，相議與對方打大

陣的事情。當時如果沒有另外一姓的族長出來調停，那就要送帖子，定期大大的械鬪一場。打傷了的人，自己家人擡回醫治；打死了的人，也祇得自認晦氣罷了，風俗向來是如此的。情形卻和平江瀏陽爭趙家坪的情形差不多。近年來，祇因人心不古，竟有許多無賴的紳士，卻乘機慫恿打敗的一方，將死人擡到縣中去告官，引起兩方人命的官司，於是那些無賴的紳士們，便大大的從中取利了。結果，祇好讓衙門中更役，一班惡訟師和無賴的紳士們，敲刮一批錢去。其實械鬪得勝的依然是得勝，失敗的仍舊是失敗，官府照例並沒有定案的日子；所以他們認定勝敗總靠武力。因為這種緣故，所以家家子弟依然學拳，男孩子到了十多歲的時候，讀書還在其次，最要緊的是請拳師教拳。請了一位拳師，教三十天稱謂「一壇」三十天他們稱三十二工，三十工可分爲一

年或半年陸續教完，到了教滿三十工的時候，最後一工叫做「完壇」。完壇那天，徒弟要請老師吃一頓酒飯，并且徒弟也可和師傅較量較量。到了完壇以後，便可聽憑徒弟另請他師教授了。倘在未完壇時就請另一位拳師教授，叫做「讓壇」，那個原來的拳師就算蒙受莫大的恥辱。爲了這種事情，新舊兩個拳師也常常打架起來的。如果兩個拳師都是江南人，假定一個姓張，一個姓李，那就會引起張姓地方和李姓地方械鬪了。其中若有一個拳師是外地人，那外地人就更其吃虧了。所以未完壇而讓人教拳，是他們視爲極重大的事情。當日申大自恃是本地人，他以爲海宅未完壇，即使打不過和尚，和尚也決不敢在海宅教拳，何況他看和尚本領平常，覺得自己很有把握，所以便破口說出讓壇的事情，要將和尚嚇走了。豈知和尚卻毫不爲意，申大也正沒法

可想。

卻說當晚在客棧裏，一宿無話。次日，一行九人動身向江南出發，經過古鰲頭，過渡到方崖下，坐小船到了海宅。海林良的父親名叫光遠，是個讀書積學之人，並且自理稼莊，對於拳術也很有研究，爲人誠實，地方上人都稱他海老伯。海老伯希望兒子做個文武全才，而且有功名的人，所以肯出錢獨家請拳師，倒不是爲打大陣起見。他想在林良年輕時，就請本地拳師教「蒙壇」他們風俗，小後初次學拳稱「蒙壇」；等到略有工夫時，再訪一位大本領的拳師教他不遲。當日聽說，有一位打拳和尚來家，他就很喜歡的出來迎迓。海老伯和和尚相見之下，便問他法名；那和尚卻道：「施主，你老人家祇喚「和尚」便是了。」海老伯心知此僧原非等閒之人，當下就吩咐莊客備辦素齋，請和尚吃飯。打掃廳

堂，準備晚上請和尙表演拳術。

海老伯以爲請和尙打一兩套拳看看，並沒什麼關係，所以很高興的招待他；誰知那申大卻早已積了一肚子的悶氣待要發作，所以就引起申大的風波來了。

欲知後事如何，且看下回分解。

### 第二回 開拳壇表敬賢禮客 試比賽較平手拳梁

卻說當日海老伯正打算在夜間拳壇中，請和尙打套客拳看看。原來平陽瑞安一帶的風俗，家中請拳師教拳，謂之「立壇」猶如湖南人所稱「起壇」一樣。拳師在徒弟家裏教拳，稱謂「坐壇」。坐壇時間總在晚上，因爲農人日間種田，夜間學拳，讀書人也是日間讀書，夜間學拳的。在立壇期

內，倘有別的拳師來到，可以請他打客拳，客拳打過，坐壇拳師亦須打兩套拳，這叫做「送客」；或因看的人多，就叫做「散衆」。卻說海宅當日夜飯之後，申大就吩咐坐壇，一班徒弟遵命到拳壇中，排列左右邊，申大、和尚、海老伯等坐在左邊，首先由主人海林良開壇，練過兩套拳，然後一班徒弟逐一輪流練拳。在徒弟們分別練拳時候，地方上的人，與鄰近村民，聽說有打拳和和尚在海宅打拳，大家想看，就此陸續來了不少人，有的會打拳的，有的也曾教過一兩壇的，都站列拳壇兩旁靜看。徒弟打完了，海老伯就對衆說道：「各位老師高興，請打兩套拳，好教小兒林良領教領教。」說話間，和尚早就起來，脫去和尙衣，打算打客拳。誰知那申大卻也緊跟着起來，向和尚說道：「讓我先練一套吧！」和尚道：「豈敢，豈敢！」原來瑞平

一帶鄉風，總讓坐壇拳師最後打拳，客師以先打爲客氣，幾個拳師在一氣，本領最大的往往留在最後打拳，申大要先練，這倒還算客氣。當下和尚打了一套祕宗架，即祕宗母拳，看起來似太極拳而又非太極拳的樣子，大家沒一個看得懂。瑞平一帶的拳法，打起來都是使氣力，威風凜凜的；像太極拳祕宗拳一類的講內勁，難怪他們看不懂。和尚早知他們一定不知音，打完了再打一套當地宜山派拳法的「攔路虎」。打完「攔路虎」，海老伯、林良，以及來客中有眼力的，都已心服了。申大卻還不服氣，不過心中亦略知和尚不至於全無本領。接着申大站起來脫了衣服，露出粗壯的肌肉，裝出威武的樣子來，走到拳壇當中，面朝裏邊，背朝天井，向上面，右手握拳，左手出掌，左掌向右拳一捧，口中喝聲「請」！這是當地所謂「請禮」。請禮

是左青龍右白虎，左手手掌代青龍尾，右手握拳代白虎頭，以掌捧拳叫做「龍尾遮虎頭」，使拳不要給人看見，表示內方外圓，是客氣的意思。卻說申大一個請禮之後，接着先打母拳，第一腳出步即蹬足，第一手出拳就開聲，大喝一聲名開聲。原來當地打客拳或拳師送客，萬不可在打頭一套拳時開聲、蹬足，這是欺人的舉動，必引起主客相打或起交涉的。申大這種舉動，是十分欺人的態度，在座如有其他客師，決不肯甘休的。當下申大打完母拳，即繼續打花拳，花拳亦打攔路虎，這又是有意與和尚比較的。打完花拳之後，大家以爲和尚決會起來說話，誰知那和尚卻依然聲色不動。一班看客有笑和尚無本領，無膽氣的，也有笑和尚不懂得規矩，不懂得別人欺侮他的。海老伯恐怕對不起和尚，趕緊命林良出來站馬步給老師申大改正。這也不過借此給和尚落

臺的意思。那知申大卻是蠢牛一般，不顧三七二十一，還說：『有本事的出來，比比馬步，較較拳梁看！』和尚到了此時，才站起來，對衆人說道：『僧人出家，皈依三寶，萬事皆空，說不得榮辱，說不得替國家出力。各位都是好國民，應該眼光放大些，學會拳術，將來應該替國家出力，打我們國家的敵人。江南人學拳爲一個地方私鬪，已非正當目的，況且學會了拳，就恃強欺弱，動不動要和人使性子，這未免不是我們達摩祖師傳此道的宗旨吧？』申大原是目不識丁，粗而又笨的鹵莽男子，那裏聽得懂這一套引經據典的話兒；反而弄得莫名其妙起來了。海老伯早知這和尚必有工夫，申大又是本地拳師，如何好和他較手呢。勝了他時沒的話說，輸給他時，本地人最要爭面子，必不肯甘休的，生怕會鬧出亂子來，連忙吩咐散壇，差莊客取夜

點來，請和尚和申大等吃。大眾也知道海老伯的用意，眼見得不會比試了；并且見裏頭取出點心來，再看也是沒趣，大家就慢慢的散去了。

一時吃完了點心，一班徒弟們也散去了，壇中只剩海老伯、林良、申大、與和尚四人。和尚一看四面無人，就慢慢地和申大說道：『此時人靜我們研究研究，僧人勝過老師不足爲榮，老師敗在僧人手中，不足爲辱，僧人決不向外人露一言，請老師放心，還希望老師千萬不要在勝敗上介意。』申大忽聞此言，出於意料之外，不過心中也知和尚不願在衆人前露臉；便趕緊站起來，捧一捧腰，理一理袖口，立在中心，與和尚比起馬步來。兩人來來去去，比過三次馬步，較個平手，不見勝敗，接着較拳梁，申大略勝了些，不過要打倒和尚，還

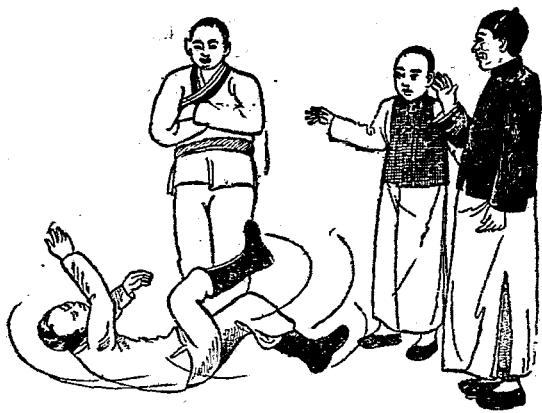
是不能。申大還以為和尚不過如此，性子一起，就用出殺手來，想暗算和尚的頭。

欲知和尚的頭究竟受傷沒有，且看下回分解。

#### 第四回 莽申大殺手遭挫折 巧林良改計學祕宗

卻說當日申大與和尚比試，申大卻用出殺手來。這一手法，名叫「龍虎鬪」。這龍虎鬪是傷人頭腦的，兩手握拳，自左右向中交擊，專打別人頭上兩耳邊的太陽穴。被打的人重則死，輕則頭暈倒地。當時那和尚身如生龍活虎，體則忽高忽低，申大總是打他不倒，到後來和尚用觀音坐蓮法，全身忽然伏下，兩手搶申大的兩腳跟。申大見和尚的頭正在自己下部之前，有機可乘，滿想用龍虎鬪之法，打擊和尚的

禿頭，祇要打着了太陽穴，那怕他不暈倒而死！那知和尚眼快手緊，



武 比 師 拳 二 圖

當申大的拳頭未着和尚的禿頭時，自己的兩腳跟，卻早被和尚搶着，屁股接着向後坐了去，同時左拳剛打着右拳，兩個拳頭，恰巧自己打自己，當下也不知道痛，連忙收回兩手，想在身體後面撐着地下，那曉得已來不及了。祇聽得撲咚一聲，黃牛臥地，四足朝天，那不是申大是誰！

和尚這時卻很誠懇的向申大道：「得罪！得罪！老師出手太惡，動手

想傷人太陽穴，僧人不得不避，所以出手重些，衝撞老師，千萬原諒！」申大一面爬將起來，一面便向和尚說道：『我這一壇讓給你教就是了。』和尚道：『老師何出此言！僧人早已聲明在先，千萬勿以勝敗爲意，方是我們研究的精神。』同時海老伯、林良大家都圍攏來，勸住申大。申大方才略略氣平些，一面拍拍袴子上的灰泥，一面說道：『我還是一時失手，未見得十分佩服，總還讓我再比比看如何？』和尚道：『可以，可以。』當晚，兩人就在壇中比了八十餘合，申大在和尚前，如同小孩在大人前，和尚毫不吃力，申大卻早已手足酸麻，動彈不得了。無事覺時長，有事覺時短，當夜比武不覺到了鷄鳴，大家才去睡覺。申大此時方才五體投地的佩服和尚。

海林良臨睡時，總覺還有點疑問；心中忖道：『申大如此精壯，

如何打起來會氣喘？和尚爲何終始不會氣喘？并且看他神氣毫不吃力，到底是何道理？明日不妨仔細向和尚問問看。」

次晨，和尚起來，若無其事的過了半天。到下午，大家會在客房中談話，海林良就將疑問提出來，向和尚請教。和尚道：「硬法只有剛而沒有柔。太剛易脆；且硬法祇有外勁，外勁使氣力，使氣力若沒有機會調劑，總有力憊的時候，所以會氣喘。再加過剛缺少天然活動，反使肌肉僵硬，身體呆板。少林派中，有種支派，叫做「剛柔」，這是因爲少林僧到南方，看南人打拳，都是赤體，赤體看得見肌肉，要求肌肉好看，祇好使勁，爲使勁，逐漸便流於硬法，失去少林原來的拳法了。所以少林僧特傳剛柔法，其中有剛，有柔，調劑硬法之弊。現在瑞平通行的剛柔法，可說是一種調劑派，究不如祕宗派爲妙。祕宗

派雖是少林外家，究有內功，比較切近張三丰武當派的內功；它的理法功用，與太極拳息息相通，工夫到家，其妙無窮。南方絕少此法，極願擇同好的人，大家研究研究。『申大此時早已視和尚如同神仙，聽說如此，就想學祕宗拳，因大聲答道：『我以前的師傅，教我這樣的鳥拳法！跟人打起來一點也沒用！我就此拜和尚做師父，願師父好好的教我！』和尚道：『老師此時坐壇，須待此壇坐滿三十工，完了壇以後，那時老師就與海施主改學祕宗拳，待有相當基礎，大家同去拜敝師國忠師求深造。二位極有根基，將來學成，總可以大大的替我們民族增光呢。』海老伯聽說和尚肯傳授林良，甚是歡喜。林良早想學祕宗拳，在申大前不說什麼，但是心中更是歡喜。

隔了兩天，和尚告辭，要到雁蕩山去。臨行時，囑海林良照舊隨

申大學完一壇，到學堂開學時期，照舊上學，不可廢學；等到暑假時，自然來此傳授祕宗拳。

卻說這和尚原來是個很有來歷的人，他的法名叫東退，卻不肯輕易告人，所以很少有人知道他的，他爲少林僧鐵釘頭國忠師的徒弟，天津霍元甲的師姪，很有學問，生性豪俠。在俗時，感到清季外交失敗，受人刺激，所以便在少林寺剃度做了和尚。他的祕宗拳，是國忠師一人所傳授的。他一生做了好幾樁出奇的事，說起來真夠寫一部傳奇小說呢。他此番遨遊江南，實爲奉師命擇徒傳道，改良拳法而來。他的志向，原與衆人不同，當他在大龍宮看海林良打拳時，認爲可造之才，所以才肯屈就海宅一行。後來海林良就靠他提攜，成爲一代拳術大家，這是後話不提。

且說海林良自從和尚走後，照常用功學拳，到了學堂開學時，也照常到府城進學。上學那天。帶了一個莊客，挑着一擔行李，經過鰲江、縣城。水路將到飛雲渡時，莊客自內河小船中挑起行李，海林良打發船錢，主僕二人，一個挑擔子，一個徒步，快要到江邊了。正走沒幾步，將近衡衢亭時，忽然前面來了一個大漢，不問青紅皂白，竟將行李奪了去；海林良主僕猛然嚇了一跳！

欲知後事如何，且看下回分解。

第五回 飛雲渡挑夫逞勒索 衡衢頭俠士治兇橫

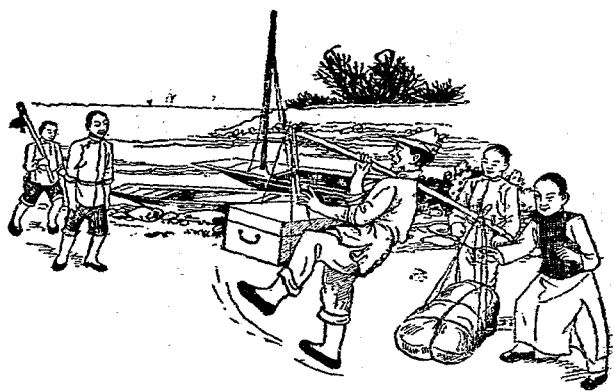
卻說當日海林良主僕二人，在飛雲渡南岸衡衢亭邊，忽然看見一個大漢將他的行李強奪了去，嚇了一跳。你道這個大漢是誰？原來是

山東幫的挑夫。這幫挑夫，原是山東籍的人民充軍到瑞安來流落此間的，他們在衙衝頭專門替人挑行李運貨物爲生，當地人稱他們爲「山東幫」。這些人原是囚徒，無法無天，恃強欺弱，貨物經過此處，必須給他們代挑，照例給錢，才算平安，否則就有種種爲難，甚至還打死人哩！有些小經紀的苦商人，祇有一擔貨物，自己挑着走路，經過衙衝，遇見他們，也要給他們代挑；若要省幾個錢，不捨得化挑力，不給他們挑，那就要說好話，付半數挑力給他們，這叫做「水腳錢」。付過水腳錢，才好放你自己挑去，倘若沒有水腳錢，那就不要想過境了！至於旅客行李過境，因挑力太貴，旅客往往自帶僕役，挑着行李

因爲不是營業品，不用水腳，已成慣例。

但是遇見兇悍的挑夫，還有許許多多的麻煩呢。每年爲此等事，就發生過無數次的爭執，結果總是旅客們吃虧。這次海林

良自帶莊客挑行李，原無不可，不料卻遇見了這個山東幫的挑夫。這人名叫中本，向來「吃的是白米，講的不是理」，爲該幫中最無賴的一個。當下不問情由，奪去行李，祇向江邊挑去，莊客膽小的，不敢作聲；海林良每次到府城上學，必經此路，是常看見的。當下便連忙搶上兩步，問道：「我這一擔是行李不是貨物，難道也要強挑？」那中本卻不理睬，祇顧向前挑去，以爲挑到江邊，上了渡船，那怕你不給錢。海林良見他如此頑強，不由的惹起性子，伸出一指，鉤住扁擔上的繩子。那中本本身負重擔，拚命向前奔，忽然吃此一鉤，一個不留神，滑倒在地，行李攢在一邊，幾乎壓着了腳夫，遂卽爬將起來，奔到海林良旁邊，早就一拳打過來。海林良讓開其勢，打算對付他，忽然想起這班山東挑夫，向來不講理的，犯不着和他動手。那中本連衝



三 圖 江 頭 治 兒 漢

幾衝，一點也占不到便宜，偶不留意，胳膊卻被海林良使勁握住，痛極難忍，心知不是路道。擡頭仔細一看，見海林良是個讀書人，更知道事情不妙，面子上卻還裝腔做勢說道：『你是讀書人，爲什麼動手打人？』海林良道：『誰打人？我跟你說話，你不理，祇顧挑擔子，我鉤住繩子與你說話，是你自己要坐下去。』中本道：『你要說什麼？』海林良道：『行李不煩你挑，我自有莊客代勞。』正

在說話間，就有不少的挑夫與路人，聚攏來看熱鬧，內中有一個本地幫挑夫的頭腦，出來和解，請海林良給些水腳錢了事。但海林良道：『給錢是小事，但惡例決不可開，貨物過境，自己挑也要給水腳錢，已爲惡例；行李過境，本來無此惡例，今日我給了錢，就算是我開端，此端萬不可開，一經開端，以後就有無數旅客受累了。』當下就硬碰硬，一文不給，當衆大聲道：『行李照例沒有水腳錢，誰敢要！』中本自知理曲，再加本地挑夫做好做歹，也就說開去了。

原來這山東幫雖不講理，碰見會打的，也忌幾分；再加海林良是讀書人，清朝時代最敬讀書人，讀書人再加有武力，膽大而理不曲，山東幫也就沒法子了。

飛雲渡大衙衛，爲平陽瑞安間來往客商必經要道，又爲浙江福建

交通之路，天天有無數旅客商人經過，就爲這一次海林良大膽不給一文錢，不開這個惡例，從此以後，旅客過境，行李自挑或自雇僕役代挑的，便毫無問題，無形之間，省去無數爭執，無數麻煩！直到現在還是如此！甚至於商人過境，除貨物外，倘有行李，也可以自便了。這件事真是痛快之至！

海林良經過這一回事，覺悟着拳術是自衛的利器。自己身上有工夫做後盾，膽量自大，才可以講得道理，不會吃虧。推而大之，強國與強國辦外交，各以武力做後盾，倘使勢力平均，知己知彼，各有顧忌，反而不至於戰爭。一強一弱，弱的不肯認輸，強的又有所恃，倒會至於開戰。學拳可以強身，強身也是強國之道。此後立志讀書學拳，拳術有所成就，盡力宣傳，將以此提醒我東亞病夫，爲國家爭

氣！這是海林良十五歲在府城求學時代所立的志向。

海林良讀書學拳之暇，還歡喜看武俠小說，看到小說上劍客俠客的行爲，心中極其向慕，自己居然以將來的劍俠自負。年輕人看這類小說，容易入迷，看到飛劍時，以爲真有其事，竟至忘了寢食。禮拜日整天休息，他就乘機出外，到深山寺廟，訪求劍仙學道去了。尋了好久，那裏訪得到一個。有一天，竟獨自一人，走到離城十多里的雪山，山上有個護國寺，他在寺前寺後走來走去，忽然遇見一個道人，童顏鶴髮，照他的眼光看起來，似乎很像七劍十三俠中的玄貞子，竟以爲真個得遇異人了。當下便走向前去，深深一揖。

欲知後事如何，且看下回分解。

第六回 慕劍俠妄想天開 訪名師誠心領教

卻說那海林良看劍俠小說入了迷，一時對於一般小說家撫拾的夸誕不經之談，都相信它真有其事，以爲劍俠手中發出白光，飛劍殺人，倘使誠心誠意，精神所至，是可以鍊成功的。如果大家鍊成這種技術，也是國防的利器，可惜沒有異人傳授，因此滿想出外訪求異人。海林良這時才十五歲，脫不了小孩子的稚氣，越想越錯，此時又無人指點他，他就真個實行起來，所以便有護國寺之行。當下看見老道，真以爲是玄貞子一類的人物。他便走向前去，向老道深深一揖，說道：「弟子學道心切，求師傅指教！」那老道卻給他弄得莫明其妙，因說道：「少爺學道心切，到底是不是道士之道？」海林良說：「道士

之道怎麼樣？」老道說：「吃素念經，身上一刀不刮，奉的是老子。」  
海林良插嘴道：「不對！不對！我學的是殺人之道，將來爲國家出



力。」老道說：「少爺貴姓？如何向貧道問道？」海林良說：「我叫海林良，是個中學學生，我看七劍十三俠，內中有七子、十三生，其中本領最大的，就是玄貞子，道師相貌堂堂，好像玄貞子，必是有本領的。」  
老道笑道：「原來如此，少爺請坐，聽道人一言。」於是大家坐在大殿前石階上，攀談起來。

老道說：「少爺是讀書人，讀書人要明理，小說上話，都是做書人好銜奇，祇要引起看的人興趣，不顧事實合理不合理，他們所謂飛劍殺人，是理所必無，不可相信。少爺年輕，閱歷不深；閱歷不深，操持不堅；操持不堅，就會被小說所迷，以後祇好當他是玩意兒，即有比較切近事實的，倘非正史，亦只好姑妄聽之。少爺有志爲國家出力，正好！貧道有個朋友，他對於拳術有工夫的，現在已經做和尚了，在少林寺出家，他的法名叫東退，但是向來不肯將法名告人，大家都叫他和尚，現在遊雁蕩多日了，不久就要回府城裏來的。他回來時，必到大廟看貧道。貧道就是大廟的當家，少爺不妨不時到大廟走走，有緣時總替少爺介紹東退和尚就是。」海林良聞老道一番語言，如夢初醒，自覺好笑，心中忖道：『原來道人中，也有這樣明理的。』

雖不是異人，也必不是平常人了。」當下見太陽西落，時候不早，便與老道約定相見日期，趕緊跑回，進城而去。自此以後，就絕對破除迷信，繼續努力，讀書學拳。

原來老道也是大大有來歷的人。他的祖先是明朝遺老，他的父親祕密在少林寺組織復社，以推倒滿清，光復明社爲職志，後來事機不密，被清朝派兵把少林寺勦了，少林僧有逃往北方的，有逃往南方的。北方人練拳多在打麥場中，打麥場在戶外，面積很大，戶外風大，很冷，必須穿衣服，面積大，打起拳來可以跳得遠些，因此逃往北方的少林僧，傳下來的拳術，逐漸成爲北派。現在北派都穿着衣服練拳，拳花是長腳長手的，就是這個原因。南方人練拳多在廳堂中，廳堂在室內，沒有風，且南方氣候常熱，必須脫去衣服，室內面積

小，拳花祇好縮小些，因此逃往南方的少林僧，傳下來的拳術，逐漸成爲南派。現在南派都是赤體練拳，並且在一個小小房間內，也可以練拳，就是這個原因。閒話少說，言歸正傳。卻說當日的復社就此散了，老道的父親也不知去向了，老道此時還未出家，當日避過鋒頭，就入革命黨，繼續先人之遺志。但爲避人耳目起見，便入了道教。他的閱歷很深，溫州大廟爲他常住的地方，當地人都稱他當家道爺。當日遇見海林良，也是出於無意的。

海林良遇見老道以後，沒多久，老道所說的東退和尚也從雁蕩山回來了。海林良一見面，原來非是別人，就是大龍宮打拳的和尚。海林良重遇東退和尚，他就不時到大廟走走。他的革命思想，完全受老道的影響；他的祕宗拳的基礎，完全是東退和尚教的。和尚當時首先

把祕宗拳要訣、如抱、靠、拗、黏、捲、提、跨、彈、擡、拿、拾托、截、摔、擠、攔等，講得很明白，叫海林良把以前所學的硬法，暫擱一邊，把此十六動作先行研究起來。轉眼中學堂畢業，林良的祕宗拳也有了基礎，就跟東退和尙去訪國忠師。又因國忠師的介紹，單身赴天津去拜霍元甲爲師。霍氏爲上海精武體育會的創辦人，拳技非僅在中國無敵，即世界各國的大力士，曾遊過上海的，也沒一人敵得過他。他的徒弟中，單以拳技而論，總算劉正聲第一，第二就是海林良。若論文武全才，總算海林良第一了；因爲他的學問、資格、思想兼優，就對於科學智識，亦很有根柢。海林良在天津學了十幾年，技術已算了得，有一年適逢霍氏遠出，就乘機到通都大邑去遊歷。他在各處，有好幾件俠義事情，爲人打不平，現在別的不說，單說一件

事。有一日，在山東兗州府，想起孔子故鄉在曲阜，就雇驢車，坐到曲阜，進西門，在大街上忽然看見許多人，圍住一間商店吵鬧。海林良好好奇，也就跳下驢車去看。

欲知後事如何，且看下回分解。

## 第七回 海林良兗州府解紛 霍元甲上海市打擂

卻說當日海林良在大街上，看見許多人圍住一家商店，吵個不住。一時好奇心動，就跳下驢車，走近商店；看見有兩個兵士，爲買碑帖爭執，恃強欺弱，不堪之至，看的人雖多，沒一個敢發一言的。海林良天生俠性，心中看不過去，很想用好言勸開，爲人解難消災。當下便走向前去，很客氣的向兩個兵士解勸，不料卻因此闖出一場是

非來。

原來曲阜孔廟內，有無數寶貴的石碑，其中最希奇的，總算漢魏六朝的古碑，共計三十六方，因為揚此項碑帖的人太多，恐有損傷，衍聖公就派衍聖府中人出來管理，禁揚古碑，商人爲營業起見，做刻木版，存在家中，隨時揭賣，這是曲阜城中一種特別的生意，靠此吃飯的人，不在少數。當日有某營兵士二人，到這家字帖店，據說是奉命要買漢魏六朝全套碑帖，掌櫃姓孔的，是當地孔四府支派，是個老實人，也知某營兵士紀律不很好，當時就聲明不是真碑，是做版，誰料這兩個兵士，分明要敲他的錢，何嘗要什麼真碑，因此就在店堂裏，打將起來。

海林良一再用好言勸不開，反被兵士罵幾句，兵士欺老百姓是欺

慣的，那裏把海林良看在眼裏。海林良看看實在勢至於不能不動手了。也只得用出一兩手工夫來，那兩個兵士那裏敵得過他；但也不服氣，隨即趕到大街及城裏城外，叫攏十來個弟兄來，摩拳擦掌，聲勢喧赫，趕到西門大街，圍住了海林良。當下就一齊動起手來，滿想將海林良打做肉醬。民衆這時都替這個外路人擔心，附近商店嚇得大家關門，誰知打了半天工夫，那班丘八們打來打去，都是自己人打自己人，那裏打得着海林良一拳。這班兵士正弄得沒個開交，幸有一個長官模樣的人，趕到排解，總算沒有鬧出大禍來。海林良也是膽怯，知道兵士人多勢大，不好對付，只有自衛的動作，未敢放出打人工夫來，所以十來個丘八大爺也沒一個受傷。當日就此解了孔掌櫃的難，而他自己總算也沒有吃虧。當夜就住在北門內孔廟之後，顏廟之前。

一家小小客棧內。正在打發了驢車錢，進店堂內休息；卻早有孔掌櫃來訪，海林良便問起這件事的根由。孔掌櫃說：『新近行什麼徵兵制，鄉民都自稱「新軍」。這新軍，大約有上萬人，新到兗州府駐防，逢禮拜日，總有數百人三五成羣，陸續到曲阜來，曲阜向來是不駐兵的，人民看見這班新軍，就如老虎一樣，怕得什麼似的。這新軍着實不值以前吃糧的鄉勇，他們一到這裏來，一班開鋪子的就要倒霉。曲阜的知縣，向來怕事，簡直沒法對付。本來衍聖公勢力很大，發出文書很有效力，現在的衍聖公，正是孔聖人的七十一世孫子，因為近年來外間多說什麼「維新」，似乎對孔聖人的信仰不如從前了，所以衍聖公也不要多問事，你看現在世界，還成什麼世界呢？』言下很有感慨的意思。海林良說：『這事不是這樣說法，現在時候非閉關時代可

比，新軍制度在國防上是不可少的。紀律不好，只怪主管長官管理不嚴，地方人應推定代表，拜會主管長官，請其注意。至於維新又是一事，尊孔又是一事，不能因維新就不尊孔，這是出於誤會。不過現在大勢看來，不容再不維新了。『那孔掌櫃聞此也沒什麼話說；不過對海林良很表示感謝的意思；見他做事沒有絲毫望報的意思，心中格外敬服！不久，也就告別而去。

海林良在曲阜住了好幾天，遊過孔林、孔廟、顏廟、周公廟、魯國古城、與古陵等，再至鄒縣，遊過孟子故宅，再南下，經上海而回平陽。他在平陽與申大共同研究祕宗拳，改良拳法，很有成績。以後平陽、瑞安、永嘉、樂清一帶，才有祕宗派流行，當地鄉民所謂「軟法」即指此派。直至現在各縣城與鄉下，家家還在盛行練拳；以前學

拳的只有農人居多數，現在無論讀書人工人商人，也都要來了，這且不表。

海林良在溫州，聽說師父霍元甲，有在上海設擂臺的消息，遂又整理行裝，趕到上海來，幫助他師傅。那時霍元甲正在上海張園設擂臺，用各國的文字，登報發傳單，專邀外國人對打，倘有人能打着他一拳，或踢得他一腳，即以金錶、金牌奉送，作爲紀念。

欲知這番打擂的情形如何，且看下回分解。

### 第八回 設擂臺壓倒外洋力士 結團體發揮國術功能

卻說霍元甲在上海設擂臺的時候，恰巧上海有一個白人，一個黑人，自命爲大力士，設場互相角技，出售門票，借此賺錢。每日開

場，口出大言，欺侮國人，元甲看他們技術很是平常，心中有些不服氣，當衆聲明道：『這樣的技術，也要在我國大言欺人，羞死國人！可氣！可氣！』當下趕到場中，要和白人與黑人較技，黑白二人卻提出種種爲難條件來，其實不敢與元甲角技。元甲就租定張園設擂臺，做就各國文字，登報發傳單，宣言世界各國人，笑我國爲病夫，我就是病夫國中的一個病夫，現設擂臺，專邀外國人打擂，任何國的人，能夠打着我一拳，踢着我一腳的，統用金錶、金牌奉送，以爲紀念。設擂臺二十多天，海林良沒一天不隨師傅左右，也沒一個外國人來打擂。以前在上海所謂大力士們，現在也借事到香港天津去了。有一個東海趙，爲中國人，要來打擂臺，元甲道：『我要爲國人雪恥，論理你應該幫我忙，何以反與我爭強弱呢？』東海趙道：『你設擂臺，我

來打擂，怕我就罷了，何必說這些話！」元甲沒法，祇好與他對打起來。打了半日，祇輕輕一推，便將他推下擂臺去了；自己卻也跟着跳下擂臺，向他作揖道：「勝負平分，大家就此罷手吧！」那知東海趙還不識相，必要打倒一個算數。於是元甲也祇好又與他打將起來，但元甲不盡其技，祇把他打倒就罷了。那東海趙始憤憤而去。

後來有個東海趙的師父，名叫張文達的，誤會元甲自稱大力士，趕來上海張園，硬要打大力士破擂臺，而元甲的擂臺早已滿期，便婉言謝他。文達卻硬要比較。元甲道：「擂臺期滿，不可再打，除非你自設擂臺。」張文達說：「好！」就走到張園大廳上，脫衣怒目，大聲喝道：「什麼犬力士！當我張文達一掌，就會跌倒去。」上海張園遊客極多，大家聞言，爭先恐後的，擠在廳前觀看熱鬧。內中也有少

爺公子們，見文達狀貌可怕，驚爲異人，大家對張文達說道：『現在元甲名揚全球，你如打得過元甲，我們就請你到家中教拳，月薪五百元。』文達說：『這有何難！不過沒有照會，不好設擂臺。』這班少爺公子們，很好事，盡力幫助他，沒幾天，擂臺設成了。元甲率衆徒弟去看，文達坐在臺上，指定要元甲打擂。海林良對衆說道：『我們大家是中國人，何必如此，以前師傅設擂臺，是爲外國大力士，口出大言，欺侮國人，現在我們都是同胞，勝敗不足爲國人之榮辱，不如言歸於好，免被外人笑話。』當日元甲就向文達講和，但是一班少爺們與觀衆，恐怕和了沒熱鬧看，卻慫恿文達勿和。當日元甲適有心病，上午由海林良上臺破擂，較個平手。下半年又由劉正聲上臺破擂，自午至暮，沒有勝負。第二天，上海報上評論此事，都說：『勝

負未決，但劉正聲的神氣卻稍覺輸了些。」

第二天。文達言語益不好聽，觀衆又出言激元甲。元甲沒法，便當衆聲言道：『我有心病，本不能破播，現在爲勢所迫，不得不上



圖五 雷張打播

臺，我現在與文達約，大家爲證。我能三步以內就把文達打倒；若在三步以外才把文達打倒，就不算英雄！」說畢，一躍登臺，一出手就破文達門戶，再出手打倒文達於跨下，舉拳大聲喝道：『張文達！你是中國人，我不打你，倘非國

人，我此拳一下，你性命在那裏！」一時觀衆整千整萬，都大聲喝采。文達就此不知去向了。

這一回事，由中外報紙登載出來；元甲師徒名聞全球。於是海林良勸師傅不要祕其術，盡其所長，廣傳國人，一人傳十，十人傳百，同胞人人體壯技長，都成健全的國民，也未始非強國之道。元甲拍案而起，說道：『好！』就此與海林良集款創辦精武體育會。會中教授拳術外，還有器械及弓箭彈丸等，總稱「國技」現稱國術。此會直至現在還是很盛；造就人才，不可勝數，對於我國國術，大有貢獻。

當時的國術家，盛極一時，據所知的有霍元甲、劉正聲、海林良、李富東、摩霸、國忠和尚、東退和尚、申大、繆雄等等；而各人都有很多可取的事實，就是霍元甲也還有許多可以爲國增光的事情，

如破「柔道」

柔道爲外國  
拳術之一種

之類，祇因本書單說海林良的故事，所以對於

其他國術家的軼事，祇好等有機會時，慢慢再說了。

陳立夫主編 國民說部總目

第一集 國民歷史集

徐忍茹  
林一厂校訂

上古演義 鍾韻泉編  
秦漢演義 胡亞東編  
魏晉六朝演義 王息庵編  
隋唐演義 符懋德編  
晚唐演義 符懋德編  
五代兩宋演義 王息庵編  
元史演義 昌編  
明史演義 昌編  
清史演義 昌編  
清季演義 黃大白編

第二集 國民革命集

徐忍茹  
湯培壁校訂

孫中山先生傳 劉靈英編  
民國紀元 沈裕民編  
救國津梁 鍾公任編  
討袁記 劉靈英編  
光復記 劉靈英編  
護法記 黃振亞編  
北伐記 沈裕民編  
十二忠烈傳 王樹滋編  
建國三先烈 王樹滋編  
茂命三士傳 黃振亞編

第三集 國民地理集

張炯  
鍾靈秀校訂

地球來歷 鄧啓東編  
全國展望 鄧啓東編  
錦繡江南 紹台編  
平浦道上 紹台編  
長江流域 桂芳編  
臨海道上 許逸超編  
白山黑水 許逸超編  
西北遊記 許逸超編  
閩浙百學 李旭旦編  
西南遊記 李旭旦編

第四集 國民名人傳記集

張炯  
徐漢樞校訂

萬世師表的孔子 金煙編  
復興越國的勾踐 宗秉新編  
威震西域的班超 東若編  
昌明女德的班昭 章楨編  
西遊取經的唐僧 陳經編  
抗金護宋的李綱 李仲融編  
盡忠報國的岳飛 徐朋秋編  
成仁取義的文天祥 李仲融編  
抗英拒毒的林則徐 孫毓麟編  
行乞興學的武則天 徐朋秋編

第五集 國民健康集

胡定安  
鄒更生校訂

白衣姑娘 陳邦賢編  
寶寶 鄧彞伊編  
喫與喝 黃長才編  
失足恨 陳仲公編  
人齒鬥爭 李紫衡編  
強身強種 陳仲公編  
自強不息 劉漢明編  
蕙生考察記 朱章啓編  
急救術 朱章啓編  
海林良緣武 陳叔泉編

第六集 國民生產經濟集

壽勉成校訂

經商致富記 葉新明編  
黃金夢 張宗漢編  
僑商歸國記 劉家傑編  
僑商歸國記 葉定安編  
桃源境 歐先哲編  
田家樂 袁炳昌編  
王先生遊記 蕭抱堅編  
吃飯難 徐鍾渭編  
悲歡離合 張振玉編  
愛鄉記 王綴緒編

第七集 國民政治集

國語校訂

民衆救星  
青天白日滿地紅  
國際春秋  
李三求知記  
張生親光記  
張志誠論政  
學徒問難記  
李博士外傳  
苦鬥成功史  
村農問政  
第八集  
國民防衛集  
馬宗榮校訂

第九集 國民科學集

薛德培校訂

章育才編  
千陌康編  
諸玉坤編  
汪德裕編  
廣師明編  
朱元熙編  
趙非蘇編  
趙非蘇編  
周大鐘編  
莫寒竹編  
氣象與人生  
動物自衛術  
光榮的煤  
維他命  
萬能的水  
電世界  
烟酒害  
人稱改良  
草木花卉  
雞生蛋蛋生雞？  
第十集  
國民生活集  
金耀軒校訂

中華民國二十五年四月初版

國民說部第五集之十

海林良練武

(國術提倡)

實價國幣壹角

(外埠酌加運費匯費)

本書有著作權翻印必究

編著者 陳叔泉  
主編者 陳立夫  
校訂者 郝更生  
發行人 吳秉常  
印刷所 正中書局  
發行所 正中書局  
上海福州路  
南京太平路

(450-21)