

# 健身院先驅

今日香港人潮流興健身，健身室越開越多，格調亦越講究。

話說香港人以前愛稱「健身院」，這名稱顯然老土；但練大隻並非今之專利也。而有關早期健身院資料亦不易找得着，相信最早要算戰後一個叫莫理遜的英國人在中環堅道開設的「莫理遜健身院」了。該健身院主要教授體力鍛鍊和所謂

「室內器械運動」，據說這莫理遜是一名西洋拳師，所以健身院亦以教授西洋拳為重要之課程。其實當時健身院所吸引之香港青年到來健身者皆屬洋派青年或番書仔，他們趨時髦，看荷里活電影，甚至扮阿飛，跳西洋新潮舞，當然也想學銀幕英雄那樣健碩身材，和敏捷身手，紛紛拜師莫理遜，苦練西洋拳

了。於是，堅道這健身院就成為時髦青年的洋派聚集地，只見他們赤着上身，戴着拳套，展現那一身鋼鐵肌肉。

莫理遜果真能發揚光大，他的徒弟李劍琴和梁錦滔等不負所望，紛紛卓然成家，設館授徒，更組織香港健技聯會，發起「健美先生」選舉，幹得有聲有色。尤其李劍琴在般舍道成立首家華人健身院「李氏健身院」，

聲名遠播，已蓋其師之威望呢。

李劍琴本來是學白鶴拳中國功夫的，後來向莫理遜拜師學器械健身，更轉習西洋拳。其時香港及中國之武術界皆對西式健身和西洋拳相當藐視的，而李劍琴之成名，多多少少和他的兩次罵戰有關。第一次，他與兩廣國術館長大名鼎鼎的顧汝章隔海罵戰，但打不成；第二次，與廣州拳師許大偉在港擂台上打成，而且力挫強敵，一戰成名，令港人對健身院大為改觀了。

## 話說香江

