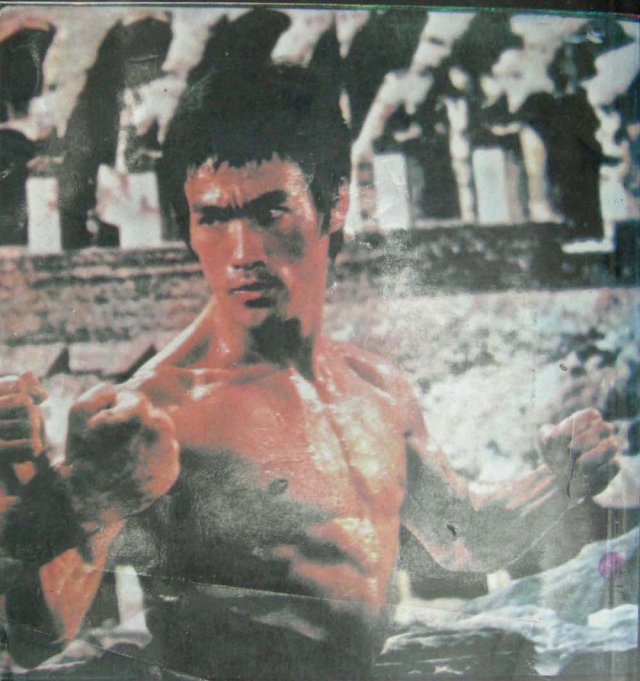


突破形式束縛・力求自然無羈

李小龍獨創拳法 截拳道入門



武叢出版社印行

前言

我的好友李小龍，在人生的旅程上，是一位勇往邁前的強人，身為武術家和演員的他，平常很少偷懶休息，而不遺餘力於研究和鍛鍊，他的書房中，藏書達數千冊，平常喜歡涉獵老子、孫子、孔子、史賓諾莎、克利修蘭姆第等先賢聖哲的大作，登其堂奧，汲取深哲聖理，獲益匪淺。藉此，李小龍得以深切體認自我，確立適於本身的哲理觀念，拓展自我的思想領域。他稱述自己獨創的拳法為截拳道，在他有生之年裏，截拳道並未奠立整體的系統與完整的理論，世人所認識的並不具體，唯有接受過李小龍傳授拳術的人們，亦即遍佈於李小龍旅居的西雅圖、舊金山、洛杉磯、香港等地區的人們，才體會得出截拳道所蘊涵的精深博大。西元一九七〇年，李小龍背部不慎受了重傷，不得已之下靜守家中療養，這段期間內他全面整理過去的寶貴經驗和心得，原打算彙編成冊付梓問世，然而，宿願卻化為泡影。

一九七六年，筆者參考李小龍遺留下來的七冊檔案資料，擷取菁華，彙編成「截拳道精粹」，出版後頗受世人歡迎。可是，部分讀者來函表示，該書內容偏重於哲學性和理論性，並且深切期盼能夠進一步了解李小龍的實用拳法。據此，筆者遂再度蒐集整理，編輯完成本書。

李小龍從十三歲起開始學習詠春拳，三十二歲之際，猝然撒手人寰，短暫的生涯中，

無時無刻不致力追尋武術的真諦。本書的內容在於解說截拳道的基本理論，雖然如此，讀者是否從基本理論獲得啓示或另創屬於自我的新拳法，關鍵還是在於讀者個人的造化，研讀本書之際，務須以超然的心境思索、探討，切勿拘泥形式，這樣才算合乎截拳道的基本精神，以及李小龍傳授拳法的最終目標。筆者在此建議，對於本書不可抱有盲目崇拜的心理，可將其視為參考書籍，研讀之際，最好能自我思考、發掘問題，進而獨創屬於自我的武術。

截拳道係自由的拳法，嫌忌拘泥於形式。讀者研讀本書，發現問題之際，最好能獨自思索，毋須詢問第三者，以免受到不必要的左右；此外，確定適於自我的結論，並融合成意識型態，付諸踐履。思考和實踐、精神和肉體，彼此形影不離，相互影響，互補所短，堪稱休戚與共而不可分。李小龍即藉由截拳道，探討研究彼此之間的關係。本書除了論述技術問題，還兼談內在的精神問題，倘若對喜好武術的年輕一代或武館內的武術指導者有所裨益，則幸甚矣。書中的插圖相片，全是李小龍親身示範的動作，雖嫌多餘，卻可提高學習效果。

筆者初次和李小龍見面是在香港，當時，他正在拍製「猛龍過江」，經由朋友介紹，有幸和他見面聊敘，但覺他一副倨傲不遜的外表，印象上並不怎麼好。可是，日後隨著彼此交往的程度與日俱增，這份不良的印象日漸淡薄消失。如今回想起來，深深感覺他是時代的先驅人物，先驅者特有的孤獨，將他塑造成利己主義者，對於周遭的一切不求世人的理解。「戰鬪」這個字眼時常掛在他的嘴邊，無論是拍攝電影或武術，甚至連戀愛，他都視為一種戰鬪。

查看完整版

付费下载



【百万古籍库】

<https://www.fozhu920.com/list/>

【易】【医】【道】【武】【文】【奇】【画】【书】

1000000+ 高清古书籍

打包下载





【风水】风水命理资料合集_9500 本

阴宅阳宅、风水堪舆、八字命理、手相面相、符咒卦象、奇门遁甲、紫微斗数.....



【中医】中华传统医学资料大全_15000 本

针灸、推拿、正骨术、汉医、苗医、民间秘方偏方、药洒药方、祖传医术、珍本...



【道术】道家法术\茅山术\符咒术\气术_3000 套

修真秘籍、丹道、道家秘术、胎息功、内丹术、茅山法术、道家符咒、巫术、...



【武术】传统武术与现代搏击术_6200 册

少林、武当、太极拳、形意拳、八极拳、咏春拳、气功、散打、格斗、拳击、...



【集藏】经史子集库_13300 卷

【经史子集】楚辞、汉赋、诗集、词集、宝卷、正史、编年、别史、纪事本末、地理志...



【国画】传世名画 _ 6100 卷

唐、金、辽、宋、元、明、清 800 多位画家近 6000 多幅传世...



【县志】方志\地方县志\乡志\地理志_8100 册

府志、区志、乡志、地理志..... 此合集为全国范围地方县志\府志古籍影印电子版，...



【国学】中华古籍库—32 万册古籍书

32 万册《中华古籍库》 【32 万册影印古籍 + 20 多亿字，带检索器和阅读工具】 包括各地方志、日本内...

【更多】 >> <https://www.fozhu920.com/list/>