

<<生活的艺术家>>

图书基本信息

书名：<<生活的艺术家>>

13位ISBN编号：9787550213500

10位ISBN编号：755021350X

出版时间：2013-4

出版时间：北京联合出版公司·后浪出版公司

作者：李小龙,[美]约翰·里特(编辑整理)

译者：刘军平

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

<<生活的艺术家>>

前言

<<生活的艺术家>>

内容概要

李小龙传世遗作震撼面世 梁文道《开卷八分钟》诚意推荐
他是战无不胜的功夫之王，
却深谙玄妙的东方哲学，用无为的道家思想诠释功夫的真谛。

他是叱咤风云的好莱坞巨星，
却厌倦浮华喧嚣的名利场，在宁静的自我思省中探求人生的真理。

翻开本书，你会遇见一个不一样的李小龙。

一直以来，李小龙都以一个功夫高手的形象闻名于世。
但本书却告诉读者，李小龙绝不仅仅是一介武夫，他还是出色的哲学家、心理学家、作家、诗人、艺术家、演员、社会学家和灵魂的探求者。
他有着明确的人生追求——就是在生活的每个层面都力求完美，成为一个生活的艺术家。

在本书中，李小龙畅谈了他对功夫的独到看法和对人生的精妙洞见。
这些鲜活的文字透过时空，将一代功夫之王丰富细腻的内心世界再现于读者面前。
翻开这本书，聆听李小龙生命的交响曲，揭秘他传奇人生的智慧源泉。

<<生活的艺术家>>

作者简介

<<生活的艺术家>>

书籍目录

序言 艺术家之路 前言 生活的艺术家 第一章 功夫之道 1.1 功夫之道：中国武术研究 1.2 功夫：东方艺术的核心 1.3 理解功夫 1.4 功夫的悟 第二章 功夫入门 2.1 教你自卫 自卫小招 自卫的基础 2.2 进攻和防御中的心理学 2.3 怎样选择武术导师 2.4 刚柔并济 2.5 我对功夫的看法 第三章 截拳道之道 3.1 截拳道：截击拳法之道 3.2 截拳道：走向自我解放之道 招式是某种倾向性的反应 真理不能被塑造或者被掩盖 什么是截拳道？

不变的状态是以变应变 一指望月 3.3 截拳道的终极源泉 启蒙 道德 哲学 四肢（你的天然武器）有双重用途 遵守规则阶段（顺其自然阶段）不动心的顿悟 涅槃再生 原始的纯净 六种病症 “家中的主人”：让人的器官观察 截拳道 三个构成要素 若即若离 两种病症 不动心 五个主要要点 3.4 主题 3.5 精湛的技艺

第四章 哲学与功夫 4.1 我为什么喜欢哲学 4.2 人的理解力 4.3 生活：事物的整体性 水中月 4.4 刚柔并济 4.5 道家 4.6 阴阳 4.7 放松身心 4.8 论西方哲学 4.9 柏拉图：说服的艺术 柏拉图的《高尔吉亚》（Gorgias） 4.10 苏格拉底 4.11 人类的本性 4.12 道德行为的相对性与绝对性 客观判断和主观判断 4.13 哲学家雷内·笛卡尔 笛卡尔的“沉思录” 笛卡尔的观点 笛卡尔的“我思” 4.14 “我要的颜色” 第五章 心理学与功夫 5.1 完形疗法的笔记 5.2 生物与其环境相适应的关系 5.3 三种哲学 5.4 自我调节与外在调节 5.5 胜利者和失败者 优势者 劣势者 5.6 四种基本哲学方法 5.7 思考即是角色演练 5.8 学习过程 5.9 对中的过程 过程 5.10 症结——僵局 5.11 赫塞论自我意志 5.12 走向自我解放 第六章 武学手记 6.1 笔记一 6.2 笔记二 6.3 笔记三 三种错误 无拘无束 纯粹的“见” 什么是艺术？

6.4 笔记四 6.5 笔记五 第七章 表演艺术 7.1 到底什么是一位好演员？

7.2 作为整体形象的演员 7.3 表演艺术的自我实现与自我形象的实现 7.4 一位演员的心声 第八章 自我发现 附录一 诗歌 附录二 书信 附录三 对手眼中的李小龙 译后记 出版后记

<<生活的艺术家>>

章节摘录

版权页：水中月的意象可以用来比拟人类的体验。

水是客体，月亮是主体。

当没有水时，就没有水中月，反之亦然。

但当月亮升起时，水并不想去倒映月亮的影子，而即使最微小的水波涌出，月亮也并不想去反映这一变化。

因为月亮并不是有意投射自己的影像，而水也不是故意反衬月亮的光辉。

“月印万川”的景象是月亮和水共同作用的结果，水展现了月亮的光辉，而月亮显示了水的清澈。

世间万物都处于真正的关系网络中。

这种相互依赖性说明，在某种关系中主体创造了客体，也就等于客体创造了主体。

这样，知者不再觉得自己和所知的事物相分离，体验者不再觉得自己和所体验的事物相分离。

因此，所有关于从生活中获得什么，从经验中有所求的看法都是荒谬的。

从另一角度说，有这样一个事实越来越清晰，除了我与万物为一体之外，再也没有离开万物而有意识的“自我”。

唐朝的道琳法师说过，“一切并无可努力之处，唯有平凡而一无特别。

用自己的饭，挑自己的水，做自己的法事，一旦累了，倒卧便睡，无知者自会笑我，但智者却会知我

。

”一个人并不是在某种概念或科学定义下生活。

因为生活的真谛就简单地存在于生活之中。

比如当你沉浸在欢乐之中时，没有必要停下来考虑，自己能否获得更多的快乐，也不要自满于当前的欢愉，可能你只是希望自己是快乐的，因为这说明你没有错过任何东西。

后记

出版后记一谈起中国功夫，第一个想到的一定是李小龙。

作为一代功夫巨星，他主演的功夫片风行海内外，他的名字在世界各地家喻户晓。

在世人眼中，李小龙就是中国功夫的化身，他代表中国功夫第一次赢得了全世界崇敬的目光。

然而只将李小龙定位成一个功夫高手是片面的，其实他不仅仅是一位拥有高超武技的功夫之王，还是出色的哲学家、诗人、作家、演员、导演和制片人。

本书精选了李小龙生前亲笔写下的多篇散文、诗歌、随笔及书信，力图将一个完整的李小龙形象展现在读者面前。

很少有人知道，李小龙在华盛顿大学主修的专业是哲学。

他是苏格拉底、笛卡尔的追随者，更深谙东方道家思想的精髓，这一点在他的武学思想中也有很明确的体现。

虽然李小龙的功夫看起来又快又狠、充满力量，他却认为功夫的最高境界是要“像水一样柔软”：水看似“柔弱”，却具有能穿透岩石的伟力。

没有人能够刺破或打破水，因为你永远无法征服一个不作出抵抗的东西。

他认为习武之人不应用蛮力去抗击对手，而是要随着对手的动作而动，化解对方的攻势，才能在搏击中取胜。

熟悉李小龙电影的人应该都对一个场景印象深刻，在电影《精武门》中，李小龙饰演的陈真面对日本人送来的“东亚病夫”牌匾，不堪其辱，愤而飞起一脚将“东亚病夫”四个大字踢得粉碎，一雪前耻，大快人心。

“侠之大者，当为国为民”，这一极具象征性的动作在让全球影迷热血沸腾的同时，也让为暴力而暴力的动作片上升到了民族精神的高度。

与市面上诸多关于李小龙的书籍相比，本书颇具独到之处。

本书并不是他人为李小龙写的传记，而是将李小龙的亲笔手稿总结归类、集结成册，让李小龙自己说话，讲述他辉煌人生的智慧源泉。

对于广大读者来说，这无疑了解李小龙的最佳途径。

<<生活的艺术家>>

媒体关注与评论

二十多年以来，人们知道李小龙主要是因为他在徒手格斗中展现出的身体技巧和心理战术。但是这本书却告诉我们，这种浅薄的看法根本就是不准确的。

李小龙不仅是一位哲人、科学家、演员、制片人、导演、作家、诗人，而且还是舞蹈编导、武术家、丈夫、父亲以及朋友。

作为一个人，李小龙试图寻求生活的每一个令人惊羡的层面，同时他也被经历的每一个过程所吸引。

——约翰·里特李小龙研究专家 西方人对李小龙的认识，是已经把他抬到一个哲学家的地步了。

——梁文道《开卷八分钟》 在这里，小龙剥掉了他内心灵魂的层层外衣，向世界展示他的真我。

——琳达·李·卡德维尔，李小龙夫人 李小龙是许多人的偶像，其最伟大之处在于他激励着千百万年轻人追随他的足迹。

——施瓦辛格

<<生活的艺术家>>

编辑推荐

《生活的艺术家》编辑推荐：李小龙传世遗作震撼面世，梁文道《开卷八分钟》诚意推荐。他是战无不胜的功夫之王，却深谙玄妙的东方哲学，用无为的道家思想诠释功夫的真谛。他是叱咤风云的好莱坞巨星，却厌倦浮华喧嚣的名利场，在宁静的自我思省中探求人生的真理。翻开《生活的艺术家》，你会遇见一个不一样的李小龙。

<<生活的艺术家>>

名人推荐

<<生活的艺术家>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>