

自序



武術不僅可以強身健體、修心養性，它更是匯聚了人類在生活鬥爭實踐中所積累經驗的一項獨特打鬥技藝。

世界上的武術門派多如天上繁星，「中國國術」這個名字則帶有多重意義，它不僅僅是我國武術的名稱，近代歷史上，它也在關係國家民族生死存亡的時刻發揮過非常重要的作用。國術的精神也起著振奮、激勵國人的民族精神，鍛鍊國人體魄，強民強國的作用。

幼年時充滿幻想，青年時莽想，中年再度回想。不論言行總是離不開「功夫」兩個字。在武術界中，我是一個喜歡堅持自我的人。在我的思維中，「功夫」代表武術的精華，需要通過時間的磨礪，一點一滴積累而成。

每個習武者的心目中，對武術的理解都不相同，甚至持相反的理念，這不足為奇。單說詠春拳，就已經各有各的見解了。在中國南方各地，都有其代表性的地方武術，人們習慣將這些武術稱作「南派武術」。不同武術的產生，常常與個人或者族群的生活習俗及職業有所關聯。

詠春拳為福建南少林武術體系中的一個拳種，相傳由南少林五枚祖師創自清代雍正年間，距今已經有兩百多年歷史。

由於種種特殊的原因，當時詠春拳的流傳範圍並不廣泛，在葉問之前亦是不公開教授的，所以詠春拳在漫長的一段歲月中幾乎成為了一種隱世拳術。

我認為，如果將詠春拳比作一泓湖水，湖面風景看似盡收眼底，實則湖水深不可測，學的人多，但真



的歲月中，默默忍淚，向懸掛在拳館中堂的招牌許下諾言：「一定要憑自己的努力闖出一片天。」多年來，我堅持苦練，不斷尋師訪友，漸漸略有所得，其中沒有半點幸運可言，因為我只相信愛拚才會有進步！

傳承武術之所以會令人心累，是因為過程中總會碰上難以預計的人情冷暖、悲歡離合。我常常會徘徊在堅持和停留之間。人之所以會煩惱，就是因為記性太好，該記的、不該記的，都會留在記憶裏。我們之所以會痛苦，就是追求的太多。我們之所以不快樂，就是計較的太多。

時至今日，回首當年，自從我踏入詠春拳門中，一路走來深感詠春拳很適合自己，我知道自己的選擇是正確的，在追求武術的道路上，我沒半點遺憾！
習練詠春拳是有境界的，只能用身心力去體驗，

正能夠用心去理解、研究它的人卻並不多。

現今流傳的詠春拳有很多不同系統的流派，雖說同宗同源，但始終經過百年洗禮，加上各時代相關人物的際遇而有變化，所以在拳理手法上各成風格，要說誰最正宗的話，只能夠說足方寸之地、各自精彩，不應有強弱之分。

上世紀八十年代我開始接觸到詠春拳，由於當時詠春拳在香港的發展仍然非常保守，名師難尋，而且那時候我經濟能力有限，負擔不起學費，只能是透過影視、書籍去學習詠春拳。

直到一九九一年，我才開始正式拜師，踏上學習詠春拳的道路。拜師後日以繼夜、認真刻苦地學習詠春拳，並且成立詠春江志強拳術會至今。期間遇上同門上館挑釁、香港疫症、經濟低迷等打擊，在最艱難

不斷鞭策自己，追尋更高的境界，只有以正確的武術理論作基礎，才可以充分幫助我們印證更深奧的拳理。當年踏足武林，曾立下志願，希望在五十歲時能運用自己所學的一切，創立屬於自己風格的詠春拳系。直到二十多年後，也即是五十歲時我才有所頓悟，終於明白習練詠春拳最應注重內涵，研究其內在理法才是修行的正途。

一日三省吾身，更令自己在武術上的追求，甚至是為人處世，不知不覺養成了謙卑的態度，深刻體會到學海無涯，再不會用傳統、片面與狹窄的框架為自己的修行道路畫上句號。

「禪武修行憑一念，桃花開遍天地間。」二〇一九年，我皈依少林佛門，希望透過禪武精神，在智慧上增益自己，追尋禪學與詠春拳之間蘊含的哲理，所

01 江志強小傳





圖 1.4



圖 1.3



圖 1.5



圖 1.2

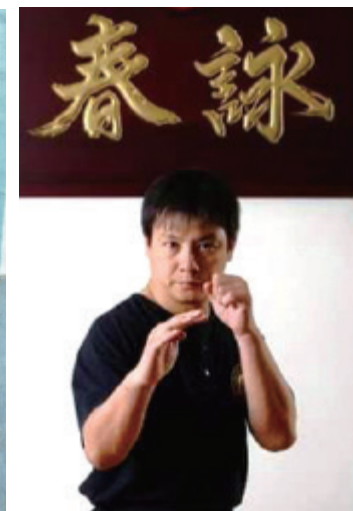


圖 1.1

江志強，客家人，籍貫廣東興寧，一九六二年出生於香港。由於家中祖輩習武，從小已經接觸武術，尤其是南派功夫。幼時正是李小龍功夫熱的年代。（圖 1.1）

一九八〇年經友人引薦拜入大聖劈掛門洗林沃師父門下，接受了洗師父的嚴格訓練，踏入習武門徑，跟隨洗師學習劈掛及搏擊拳術。（圖 1.2）

一九九一年拜詠春區志成師父學習詠春拳。（圖 1.3）

一九九六年跟隨周年發師父深造詠春拳。（圖 1.4）

一九九六年獲香港詠春體育會簽發的教練證書，同年創立詠春江志強拳術會，開始教授詠春拳術。（圖 1.5）

一九九九年跟隨李小龍首席華人弟子黃錦銘師父（Ted Wong）學習振藩原本截拳道，為黃錦銘師傅香



圖 1.9



圖 1.8



圖 1.10



圖 1.11



圖 1.7



圖 1.6



港的六名親傳弟子之一。(圖 1.6)

二〇〇〇年出任香港詠春體育會(葉問宗師所創立的總會)董事一職。(圖 1.7)

二〇〇一年得到葉問宗師早期弟子袁九會師父傳授詠春短橋及八斬刀法。(圖 1.8)

二〇〇二年參與籌建中國佛山葉問堂及擔任委員一職。(圖 1.9)

二〇〇三年成立詠春江志強拳術總會。

二〇〇八年獲美國 Discovery Channel *Fight Quest* 的聘請，在任 Ving Tsun Fight 香港站之詠春格鬥中出任嘉賓並擔任詠春拳術顧問。(圖 1.10-1.11)

二〇一〇年應《星島日報》前行政總裁盧永雄先生的邀請，出任香港《頭條日報》武術專欄主筆，專



圖 1.14



圖 1.13



圖 1.12



圖 1.15



欄名為：「黑帶專欄」。

黑帶專欄於二〇一〇年九月十日面世，承蒙各位武林前輩、好朋友的鼎力支持，截至二〇一五年七月，共有二百三十期內容，已超過二十萬字。(圖 1.12)

二〇一一年應福建泉州少林寺主持釋常定邀請，回少林寺教授詠春木人樁。自古都是民間人士從少林寺學習功夫，這次獲少林寺的邀請是本人武術人生得到認同和十分榮幸的經歷。(圖 1.13)

二〇一一年率領弟子參加馬來西亞第一屆詠春拳擂台邀請大賽，榮獲羽量級及中輕級冠軍金腰帶。(圖 1.14)

二〇一二年榮獲 Asia Pacific Open University 體育系頒發的武術哲學博士學位。(圖 1.15)

二〇一五年，詠春江志強拳術總會與香港國術總會合作，訪問了十九位香港武術名家，寫作出版《武



圖 1.18



圖 1.17



圖 1.16

林蒼萃》(香港篇)一書。(圖 1.16)

二〇一六年開始中國內地傳承教學之旅，弟子、分會遍及福建泉州、晉江、莆田，四川成都，重慶，安徽合肥，浙江杭州，甘肅蘭州，遼寧，上海，陝西西安，廣東佛山、中山、廣州、深圳等地。

二〇一八年十二月皈依福建泉州少林寺釋常定大和尚門下為俗家弟子，法號宗弘，正式把詠春拳引進少林寺，教授少林武僧。(圖 1.17)

二〇一九年應韓國慧星出版社的邀請，製作一本專門的詠春拳教材書籍。該書被翻譯成韓文，推廣到韓國四間大學，令韓國熱愛詠春拳的朋友們能夠分享中國武術的優秀拳種。(圖 1.18)

現任職：



詠春江志強拳術總會永遠總監

詠春江志強拳術會廣州分會永遠總監

詠春江志強拳術會西安分會永遠總監

詠春江志強拳術會福建晉江分會永遠總監

詠春江志強拳術會安徽合肥分會永遠總監

香港振藩截拳道武術顧問

香港精武體育會榮譽會長

香港中國國術龍獅總會榮譽會長

國際大聖劈掛門功夫總會副主席

大聖劈掛門洗林沃技擊會榮譽會長

大聖劈掛門萬榮佳國術總會榮譽會長

香港客家功夫文化研究會榮譽顧問

國際蔡莫派國術總會榮譽會長

永春白鶴研究會榮譽會長

國際周年發詠春拳術總會教練

中國佛山葉問堂委員會委員

羅山派張文聲國術總會榮譽會長

東江周家螳螂李天來拳術會榮譽會長

中華國術總會武術顧問

香港國術總會武術顧問

國際南少林五祖拳聯誼會榮譽會長

香港泰拳理事會榮譽會長

全球白眉總會榮譽會長

龍形體育總會榮譽會長

振藝體育會永遠總監

赤柱振藝體育會永遠總監



圖 1.19