

老師： 趙素靜

書名： 止戈為武：中國武術在香港

作者： 麥勁生

出版社：三聯書店（香港）有限公司

分享：

《止戈為武：中國武術在香港》這本書通過深入分析和生動的敘述，有助於讀者全面了解中國武術在香港的歷史、發展及其社會文化影響。作者從專業的角度出發，揭示了武術不僅是一種身體技藝，更是一種文化和價值的傳遞。

書中提到「武」的字根意味著追求和平，這一觀點讓人理解到武術的真正意義在於停止戰爭、和睦共處，而非單純的武力對抗。此外，作者探討了中華武術的悠久歷史及其在香港的傳承過程，讓人了解到許多武術門派如何在明清時期南傳，最終在香港扎根發展。

特別的是，本書揭示了武術對香港社會的影響，說明武術如何融入人們的日常生活，成為促進身心健康的重要運動。無論是年輕人還是老年人，都能在這項活動中找到樂興。

綜的來說，這本書以其清晰易懂的文字，為讀者提供了一個了解中國武術的窗口，對中華武術有興趣的學生都不容錯過。

