

李小龍

BRUCE LEE

原籍顺德均安的李小龙被人们誉为「当代中国武术及电影史上的奇才」，「伟大的武道改革家及先驱者」，他的卓越武艺和精湛演技，在世界电影史和武术史上矗立起了一座难以逾越的丰碑。

李小龙是武林中人崇拜的「武术家」，他打破门户之见兼收并蓄，把多家武术的精髓共冶一炉，自成一派，创造了直接、快速、实用的「截拳道」。他还是世人心目中的民族英雄，他在电影中塑造了一系列正气凛然，不畏强暴的英雄形象，更重要的是，他奠定了亚裔演员在世界影都好莱坞的地位，他同时站在电影和武术的两个高峰上，令世人景仰。

何真 等著

顺德2010 李小龙文化节特别奉献

李 小 龙

何 真 张喜平 著
林瑞青 陈维嘉



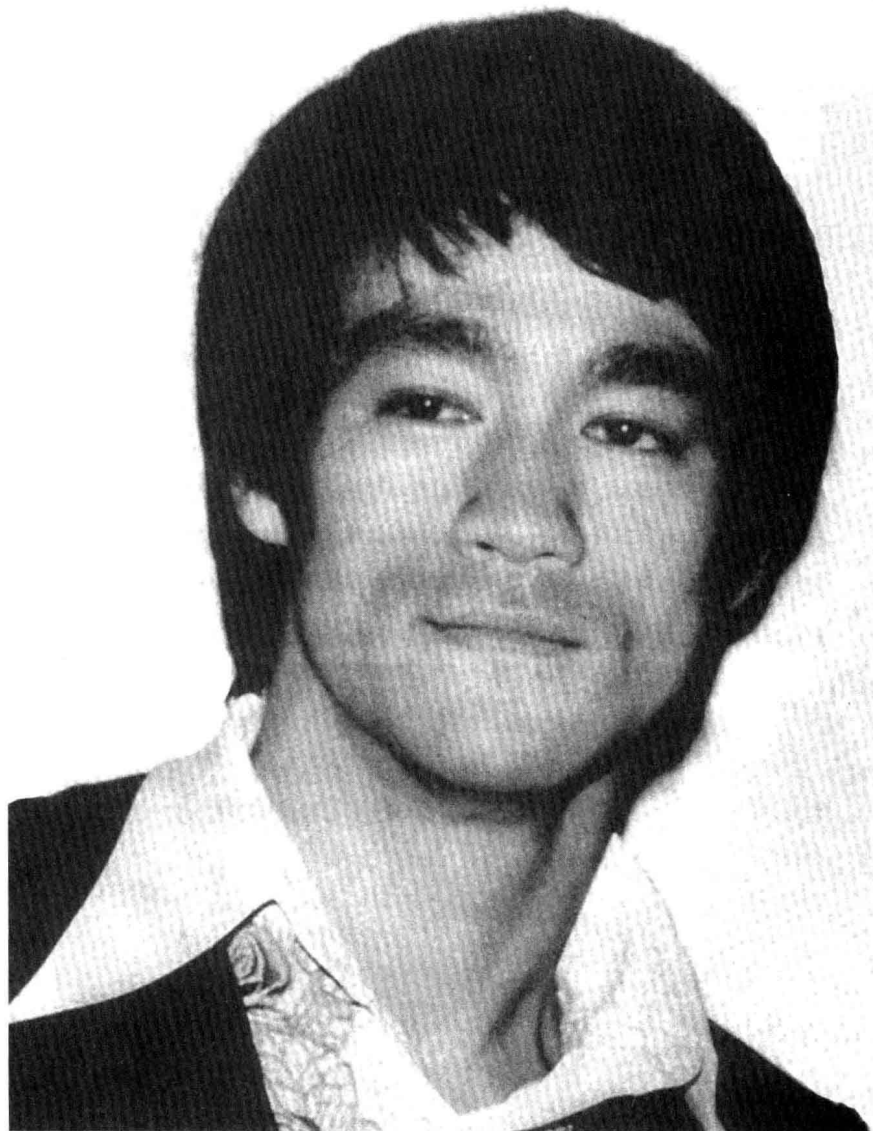
顺 德 文 丛 编 委 会

2010. 11

目 录

第一编 李小龙的家世与生平·····	(1)
一、地灵人杰 名门将后·····	(3)
二、龙腾天下 威名盖世·····	(31)
第二编 李小龙的作品与武功·····	(75)
一、功夫影帝 熠熠生辉·····	(76)
二、身怀绝技 创截拳道·····	(102)
第三编 李小龙的成就与贡献·····	(141)
一、艺术楷模 垂范银屏·····	(142)
二、人能弘道 武圣境界·····	(154)
三、自强不息 厚德载物·····	(166)
四、光荣梦想 地久天长·····	(177)
主要参考文献·····	(189)
后记·····	(190)
再版后记·····	(191)

第一编 李小龙的家世与生平



中国功夫（武术）历史源远流长，博大精深，迅疾神奇，为世人折服。而通过影视媒介使之风靡全世界的，原籍顺德均安的李小龙，可谓叱咤风云的第一人。

李小龙被人们誉为“当代中国武术及电影史上的奇才”，“伟大的武道改革家及先驱者”，他的卓越武艺和精湛演技，在世界电影史和武术史上矗立起了一座无法逾越的丰碑。

李小龙是武林中人崇拜的“武术家”，他打破门户之见兼收并蓄，把多家武术的精粹共冶一炉，自成一家，创造了直接、快速、实用的“截拳道”。他还是世人心目中的民族英雄，他在电影中塑造了一系列正气凛然，不畏强暴的英雄形象，更重要的是，他奠定了亚裔演员在世界影都好莱坞的地位，他同时站在电影和武术界的两个高峰上，令世人景仰。

李小龙把中国功夫推向世界。宋代人说，天下凡有井饮处，就会有人歌柳永的词，今天我们也可以说，无论何时何地，只要有中国功夫传播的地方，就会传颂着李小龙的名字，李小龙三个字实际上已经成为中国功夫的代名词。

解读李小龙现象，品评和阐述其中的蕴奥，已经成为国内许多学人孜孜以求的目标，也成为国际武术界一个新兴的研究课题。不少人对李小龙的武艺成就和武学思想以及他脱颖而出的历史原因产生了兴趣，对李小龙现象的文化背景有所思考，有所探索。

李小龙并不是突兀其来的超人，更不是小说家笔下的“侠客”，李小龙魅力永存的背后，有着极其丰富的文化内涵，有着深刻的历史原因，只有深入揭示这些文化内涵和历史原因，才可能真实入微地解读李小龙现象，也才能真正懂得并恰如其分地把握李小龙的价值所在。

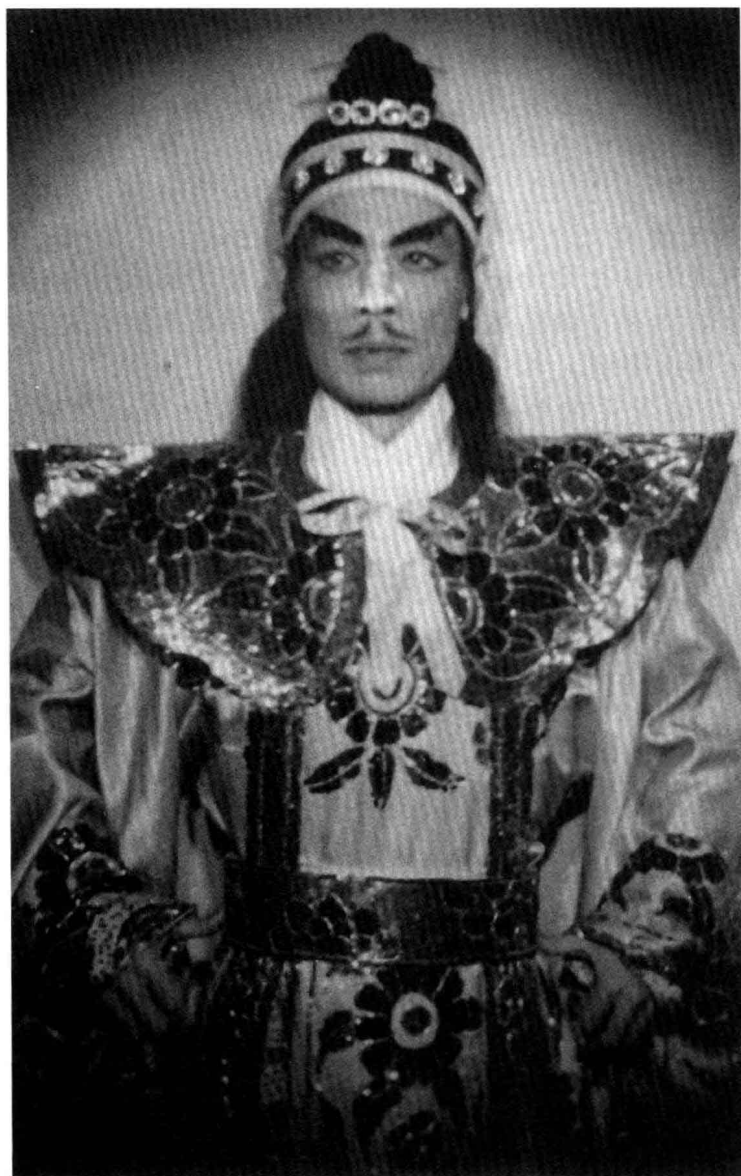
一、地灵人杰 名门将后

李小龙虽已离开我们多年，但他的名字和精神并没有在人们的心中淡然而去，也并未随着时光的流逝而失色分毫，他那熠熠生辉的硬汉形象早已深深烙印在人们的心中而永难磨灭。他是每一个追求和向往正义、公平的善良的人们所景仰和崇敬的民族英雄，他的名字能够令人浮想起他拳脚之下风起云涌的英雄本色。一声怒吼：我是中国人！是如此的铿锵有力、掷地有声，仿佛吹响了民族自强崛起的战斗号角。他以热血和生命感召国人不畏强权、不屈不挠、迎难而上，屹立于民族之林而不倒。

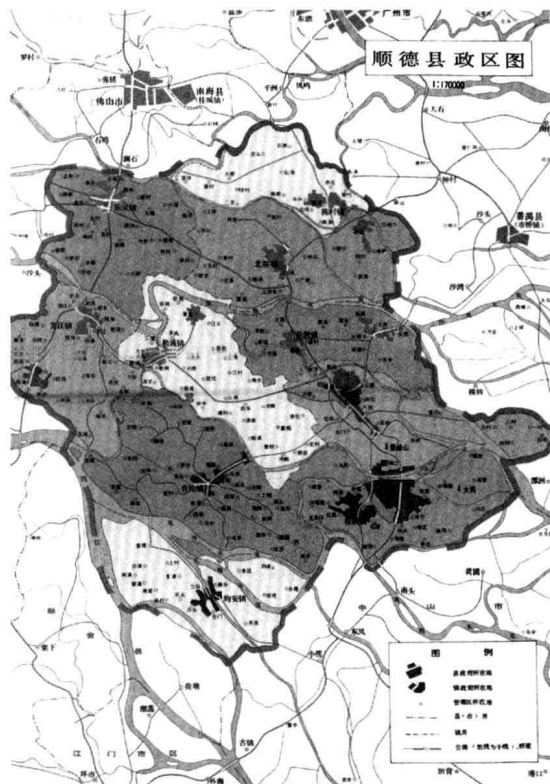
龙年龙时出生的李小龙，先天就得其父母优良禀赋，铁骨铮铮，执著坚毅，胸怀大志，自强不息，博采众长，创新求进。处于逆境不气馁而百折不挠，处于顺境沉稳冷静而不骄不躁，令他成为国际知名的武学大师和功夫巨星。这一切无不与其特定的家族、成长经历、社会生活环境以及独特的人格特质息息相关。李小龙之所以成为李小龙，首先有赖于其先祖辈的遗风。常言道：虎父无犬子，虽有过于绝对之嫌，也不无道理。但这种生物学的先天条件会受到后天社会生活条件、家庭教育、学校教育、自然环境等方面的影响和制约，即所谓一方水土养育一方人。顺德这一方奇异的水土孕育出成千上万的人中俊杰，李小龙的祖父及父亲就是在这块奇异的土地上成长起来的一代英豪。

李小龙出身于一个武术和粤剧世家，其祖父是顺德当地颇孚众望、德能兼具的镖师；其父亲是一个宁愿放弃家族财产继承权而追求粤剧表演艺术，其后称著于港澳的名伶丑生；其外祖父则是港澳极有社会地位的富甲一方的名商巨贾，也正是因为有了这些优良禀赋，被称之为“功夫之王”、“武之圣者”的李小龙，才会有后来惊世骇俗的壮举和扬名四海的辉煌。为让世人更深情地怀念这位曾经彰显中华风采于天下、树我民族尊严于众世、扬我国威于寰宇的一代天骄，我们用心灵去追寻其先人的足迹，溯本探源，去发现一代英才诞生的人文环境及其亲缘。

广东顺德政府干部、顺德李小龙纪念馆馆长黄德超先生经过多年的实地考察和多方搜索人证物证，最后力排众议认定李小龙祖籍为广东顺德江尾（即今顺德区均安镇上村）。



李海泉剧照



顺德行政区图

顺德位于珠江三角洲腹地，东邻番禺，西、北面分别与南海和佛山禅城两地接壤，西南与新会隔江相望，南与中山交界。府城大良镇北距省城广州32公里陆路，东南距澳门80公里路程，距香港69海里。全区占地面积有806.15平方公里，辖有10个镇，街道，220个农村管理区。人口约有120万，民族构成以汉族为主，占99.85%。顺德虽有丰盈的水资源，河网交错密布，乡民擅于种养技术。但由于历史上连年风灾水害人祸，政坛更迭混乱，时局动荡不稳，内患兼有外忧，国家危局频仍，导致黎民惨遭涂炭，民生难以为计，一些乡民被迫

惜别众亲与乡土，漂洋过海另谋生路。其中更有不少人依靠自己的才智和勤劳，发奋图强，勇于冒险，艰苦卓绝地在异国他乡创造出惊世业绩，令人赞叹不已。仅在顺德，远赴海外谋生创业的华侨港澳同胞就有40余万。

现在的顺德地域在秦代属南海郡番禺县地，隋代起改属南海县辖。明英宗正统年间，农民领袖黄萧养揭竿起义失败，朝廷为了强化治理、稳定政局以及便于加强对农民起义策源地的管制，于景泰三年四月二十七日（1452年5月16日），把当时南海县的东涌、马宁、西淋、鼎安四都三十七堡及新会县的白藤堡（1958年10月复归新会县辖治）划出设置新县顺德，乃取“顺天明德”之意。

顺德地处西、北江河口冲积平原，平地占全区总面积的58.7%，水域（包括河涌和鱼塘）占37.4%，还有少量分散性的丘陵和台地，占3.9%。地势由西北向东南缓缓倾斜，海拔在0.7~2米左右，地面大都



桑基鱼塘 亦鸣/图 Mulberry trees around fish ponds

桑 基 鱼 塘

在洪水线以下。全境河涌交织如网，过境的西、北两江干支流有16条，长210公里，内河河涌有164条，长755.5公里。年过境水量概算达1504亿立方米，河水受潮汐作用的影响，反向回流，因而水资源极为丰富。境内乃属南亚热带季风气候区，冬无严寒，夏无酷暑，年均气温21.9℃，降水量1626.8毫米。可以说，顺德是一个资源丰富，物华天宝的岭南水乡。

世世代代休养生息在水乡的顺德乡民，其品格有如苏东坡先生分析评价自己的文章那样：“……不择地而出，在平地滔滔汨汨，虽一日千里无难；及其与山石曲折，随物赋形而不可知也。所可知者，常行于所当行，常止于不可止。”在长期的生产劳动实践中，因地制宜，扬长避短，化害为利，经过几百年的艰辛劳作锤炼，把僻处蛮荒一隅的洼地滩涂，垦辟成繁荣富庶的鱼米之乡。早在宋代，顺德乡人即根据地势低洼、潦水为患的环境状况，兴修水利，疏浚与围堵相结合，塞埕为塘，叠土成基，创造出基塘耕作技术。后来，这种特殊的土地利用方式更发展为一种张扬着人类智慧才智的科学生态的所谓“桑基鱼塘”的科学种养方式：基面种桑，桑叶喂蚕，蚕沙（蚕粪）和蚕蛹喂鱼，鱼粪和其它腐殖质积聚为肥效甚高的塘泥，岸上基面，

促进桑树生长。水陆互补互促、互利互惠，构成良性循环的人工生态系统。蚕丝业和塘鱼养殖业的兴旺，推动了农副产品加工业、贩运业和交通运输业的发展，并在河流交汇之处兴起密集的圩市，颇有“百物辐辏，商贾学满”盛况胜景。由于商品性农业和工业化的进程加快，顺德自鸦片战争以后，就已成为我国最早出现民族资本主义经济的地区之一。到19世纪70年代，顺德机器缫丝工业蓬勃旺盛，以蚕桑为首的经济作物大面积扩展，农村掀起“弃田筑塘，废稻树桑”的高潮。至90年代，全县机器缫丝工厂发展至100家以上，拥有6万多产业工人，这是一个令人匪夷所思的历史现象。由于顺德人民的刻劳勤勉与智慧敏勇，在自己脚下大地开创出一片美仑美奂的生活环境，即使在政局不稳、经济遇困的年代，也能安然赴难度过危局，并再造出新一轮的辉煌业绩。君不见，这个当年只有9.13亿元的社会总产值、工农业总产值只有8.47亿元、其中农业占67.1%、工业只占32.9%、国民收入人均只有552元、农民全年人均收入仅有174元、80%以上人口靠土地吃饭的落后区域（1978年的统计数字），乃在数年之间一跃而成为全国同等县市中的强中之强。

自古以来，顺德人民不仅经济意识强烈，商业头脑敏捷灵活，在困境之中善于捕捉种种稍纵即逝的发展机会，耕种养殖技术精进到家，工于织造蚕丝精品，而且具有不屈不挠的抗争精神。如明英宗正统年间，冲鹤堡农民黄萧养不堪沉重的封建压迫剥削，率领十多万农民揭竿起义，进军广州，建立政权，改元东阳，屡创腐败政府官军，在南越农民革命斗争史上写下了可歌可泣的辉煌篇章。



顺德美食

顺德自明朝景泰三年（1452年）立县建制，至今不过500多年历史，却有着灿烂辉煌、源远流长的历史文化积淀和传统，自古人文繁盛，学人著述汗牛充栋，蔚为壮观。据顺德志所述，明、清两朝，科举出过文武三名状元、两名探花，近300名进士，近2000名文举人；诗社、文社、画会绵亘不绝，涌现过孙蕢、欧大任、梁有誉、陈邦彦、陈恭尹、黎简、张锦芳、黄丹书、苏六朋、苏仁山、李文田、简朝亮、黄节、麦孟华、邓实、罗瘦公、罗复庵、岑仲勉等名闻遐迩、享誉南北的文化名人。在武术方面，经传有载的名师大家就有朱可贞、胡经伦、陈华顺、陈汝绵、黄淳樑以及李小龙、陈斗、陈家廉等。在戏曲方面，粤剧以及粤讴、龙舟说唱、锣鼓柜、鱼灯会等民间艺术亦普及城乡各地，孕育出千里驹、白驹荣、薛觉先、马师曾等粤剧名伶大师。顺德饮食文化更堪称南国一绝，由于地域炎热潮湿，适宜各类物种的生息繁衍，因而在顺德美食中，天上地下各类动植物无所不有。不仅形式纷繁复杂、不断推陈出新，其内容也千奇百怪，无所不用其极，蛇虫鼠猫狗以及野菜杂草皆可入菜上席。在烹调技术和方式上，博取众长，以风味清淡香脆驰誉海内外。

顺德地处珠江三角洲腹地，紧靠广州地域，是岭南文化最为发达的地区之一。岭南特殊的地理位置使其成为中、西文化交流的前沿。岭南背倚五岭，面向大海，处于一个山与海之间的过渡地带。从文化范畴来说，则是大陆文化和海洋文化的中间阶段。这种地理位置既决定了岭南文化的边缘性，也决定了岭南文化在不同文化碰撞中的兼容特色。岭南文化是土著文化、是各个时期的移民文化以及海外文化在交流、碰撞、激荡、整合的过程中形成的。这样的大融汇，必然以兼容精神为前提，是兼收并蓄的结果。同时，这种大融汇又使岭南文化在看似庞杂的体系中保持着对各种文化形态的灵敏触角，时常处于一种极具兼容性的动态之中。岭南文化在漫长的发展过程中，吸收了百越文化以及中原文化、荆楚文化、吴文化、巴蜀文化的因子，也接受了外来文化如佛教、基督教、伊斯兰教文化的一些影响，在这个基础上形成了包容的特征。这决定了岭南文化面对外来的、异质的文化总能够积极主动地加以引入、吸收和消化。兼收包容是现代岭南文化的生命所在。无论是对内还是对外，岭南文化都呈现出一种兼容的常态，以宽阔的胸怀拥抱南北来风，吸纳新鲜空气。它的兼收包容也浸润着一种世俗化的宽容精神。正是这种兼容的特性，使岭南文化从历



粤剧名伶罗家宝剧照
(顺德均安人)

代南迁的移民身上不断摄取营养。依赖这不竭的营养之流，岭南文化不断地发展，不断地创造着辉煌。正是由于岭南文化能对各种不同的文化流派甚至异质文化保持较为开通的态度，敢于和善于吸收各种文化的养分以丰富自己，所以得到了不断的充实和发展。也正是因此，岭南文化虽然是一种年轻的文化形态，却能够在古老而壮观的中华文化大系统中展示属于自己的那一份辉煌。从某种意义上

上说，兼容性是岭南文化的生命所在，也是它的魅力所在。岭南文化立于两个扇面的交接点上，面对着欧风美雨，背靠着中华传统文化。它以宽阔的胸怀拥抱南北来风，不断地吸取新的空气，调节自己，证实着自己的独特存在。从文化分析的角度看，兼容性是一种文化形态中最具活力的特质。岭南文化的开放性以及求新、求变、求实和重商特点，都与兼容特征息息相关。开放，是兼容的前提；兼容，是开放的目的。求新求变往往通过兼容来得以实现。求实和重商则离不开兼容，与兼容相辅相成。兼容首先体现为宽容。岭南文化历来有厚实的

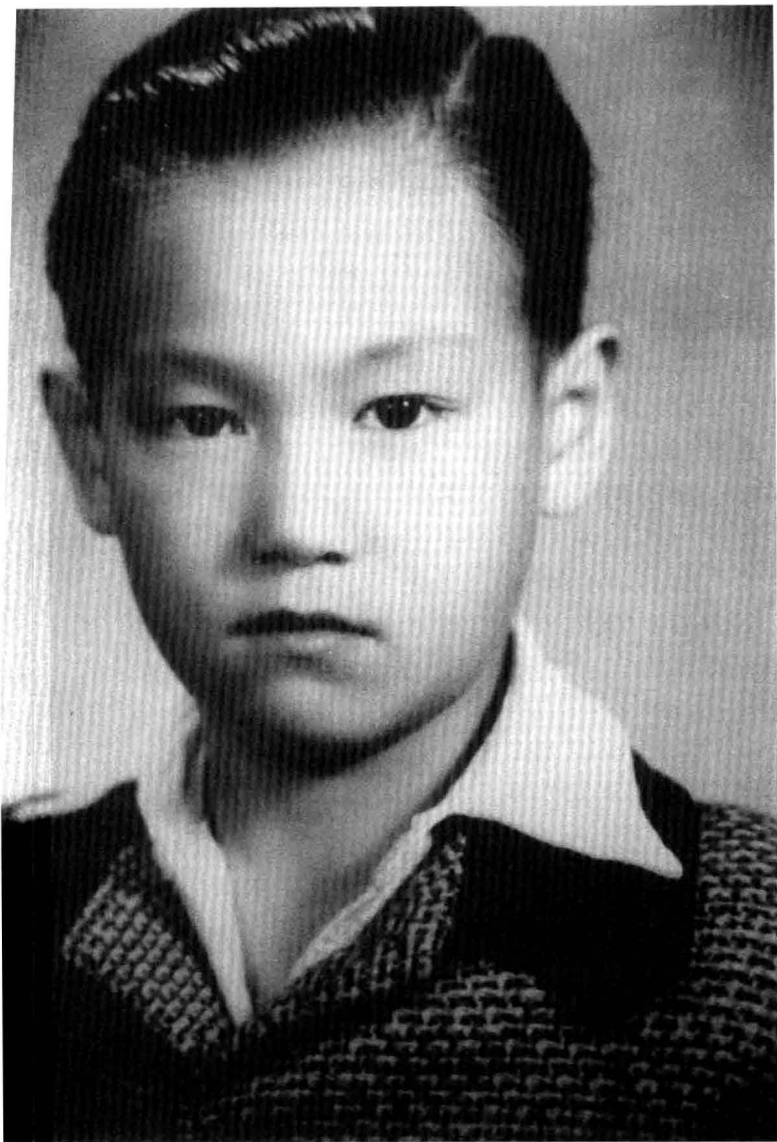
宽容精神。这就使得曾在中原学界盛行一时的汉学、宋学之争未能在岭南掀起大的风浪。这种氛围和传统显然为岭南文化的兼收并蓄提供了有利的环境。

同时，岭南文化还有一种鲜明的革新精神，这种精神突出地表现在岭南文化的强烈社会政治意识上。在明朝，海瑞、袁崇焕是明政治中最有革新精神和政治意识的人物，在反贪官、反异族压迫上，他们堪称是明时期的佼佼者。到了清朝，岭南文化的社会政治意识和革新精神更演变为革命思潮和运动，洪秀全领导的太平天国农民革命运动、康有为和梁启超主持的维新变法、孙中山领导的民族主义国民革命等，都是发源于岭南。被全党全国人民誉为改革开放的总设计师的邓小平，为一改共和国十年“文革”造成的国家颓势而点燃的改革烽火，极为睿智灼见地选择了岭南。

在学术文化方面，岭南文化的革新精神也是鲜明有力、落地有声的。岭南人邱浚在明代首开经世致用之风，革新了明朝理学主流话语，引起了务实文化的新浪潮，推动了求实精神的发展。陈献章早于王阳明对朱学正统宣战，走向心学倾向，以及梁启超创造新文体，黄遵宪进行诗界革命，吴沃尧创导谴责小说的写作，陈澧开创新的地理、音韵研究方法等等，不一而足，无不表明岭南文化革新求进的文化精髓。

岭南文化从中原文化派生出来，新环境使它具有革命性和生猛风格。它在近三百年的发展中是一个相对年轻的文化个体，因此它具有爆发力和破坏性，这一切养成了岭南文化在中国大文化中显出特别异常的品格：不重传统，不畏权威，开放兼容。岭南思想家中没有一个是保守派，不是革命家也是革新者。所谓儒家学说的正统性和保守性在岭南文化中相对弱化。岭南的粤剧在明末清初来自外来的弋阳腔、昆山腔，它大胆吸收、融合岭南地方民间小曲，甚至采用西洋乐器作为伴奏。从清嘉庆、道光年间开始，“本地班”以梆子为主要唱腔，后来又受徽班影响，并以西皮、二黄为基本唱调，同时也保留了部分昆、弋腔，再吸收广东民间乐曲和时调，渐次而自成体系。

北拳的体系源远流长，枝叶茂盛，动作舒展，大开大合，跳跃腾挪，步法灵动，脚法较多，也注重用脚，有“手是两扇门，全凭脚打人”的说法。广东南拳虽说起源于北拳，但在岭南文化革新性和兼容性氛围之中发展成长的广东南拳，经过数百年的风雨洗刷和考验，逐



童年时代的李小龙

渐地自成体系，变得动作朴实，刚劲有力，步法稳固，拳势激烈。上肢动作较多，腿法、跳跃较少，每发劲前，闭气蓄劲，肌肉收紧；发劲时，肌肉放松，借用腰腿力量。其风格表现为：一类含胸、拔背、沉肩、坠肘、敛臀、短桥、小马、擅发短劲。练习时，要求吸腹蓄劲，沉肩屈臂，先收后放；开步出拳发劲，身随步转，拳随步发。步法多用半马、跟步、虚步等。另一类挺胸、塌腰、收腹、敛臀、长桥、大马、擅发长劲。练习时要求身体端正，步法稳健、动作舒展，幅度较大。发劲前，沉腰坐步，在转步、拧腰的同时借用腰腿的力量，使劲力迅速通过背、臂

而达到拳面，带锐劲而发出。要求力量顺达，动作开展，刚强有力，步稳身守，气势磅礴。无论是哪一种风格，它们的共同特征是：崇尚简洁实用，不尚浮华虚饰，重实践、求实效。由此可见，广东的南拳源于中原却有着与北拳迥然不同的发展路向和实践特点。因此，岭南人从来就以敢想敢为而著称。

岭南文化分为珠江系文化、桂系文化和海南文化，珠江系文化是代表。珠江系文化可分为广府文化、潮汕文化、客家文化。广府文化的区域包括广州、南海、顺德、香港等地区。香港在广府文化中占有非常重要的地位，它是岭南文化的中心城市之一，是旧岭南文化和旧岭南风格的最大保存者，也是二十世纪后半页流行和影响全国的新岭南文化的策源地。独特的社会结构和发达的经济是香港的特征。李小龙在香港度过了他的童年和少年，当时的香港正在开始腾飞，财富正在迅速膨胀。电影艺术在经济飞速发展的推动下，也获得了前所未有的动力与资源。虽然此地华洋杂处，东西交融，但在民众之中仍以广州方言为主导，英语则属上流社会的标识与尊贵的象征。在报纸杂志刊物上看到的主要是汉字，在电影、电视、电台中听到的主要是广州方言，人们的饮食习惯体现着广东的南粤特色。甚至在电影、电视、电台中常能听到粤剧粤曲，武馆所教授的拳术主要是流行广东的拳种，如洪、刘、蔡、李、莫、佛、咏春、蔡李佛、白眉等。其在香港扬威立名的李小龙所创立的截拳道如同岭南拳派的形成一样，也是受多种多样的拳术流派的影响，如西洋拳、跆拳道、空手道、菲律宾拳、泰拳以及中国的北拳和南拳等。

李小龙的祖籍在顺德均安上村。均安镇位于顺德西南部，直到1991年，全镇面积81.29平方公里。辖18个农村管理区和1个街区，人口76553人，是主要侨乡和珠江三角洲工业卫星镇之一。镇政府驻地在清末由三华、仓门两村富户合建圩市，取名“均安”，意为共同安居乐业。镇境明、清时期属江尾、云步、鼎新、福



顺德均安

岸堡等地；清光绪三十四年（1808年）至民国36年（1947年）属第九区；民国36年7月至38年8月属第六指导区；1983年11月改称均安区；1987年2月撤区建镇。全镇地势西高东低，三面环水。西江干流和东海水道分别流经镇区的西境和东境，鳧洲河横贯镇区南北，大小河涌纵横交错。历代农民在洼地挖塘堆基，养鱼种蔗，植桑育蚕，发展成典型的经济作物区。上村和豸浦村（两村地域相接，街巷相连，现已合并为鹤峰居委），分别是清咸丰年间的探花李文田和清代中叶诗坛“岭南三子”之一的胡亦常的故里。显而易见，顺德均安是一个物丰文厚之地。一直以来，在坊间村社的民众就盛行粤剧粤曲的表演与自娱，在茶余饭后，农闲休憩时，于藤架之下、林荫之间、河涌之畔、房前屋后、田头畦边或家中邻里，乡梓村民自编、自演，渔歌唱晚，其乐融融。均安被中国曲艺家协会授予“中国曲艺之乡”。因此，均安和顺德其他地方一样，多年以来在民间就有私相授受或集团结社习武学艺，以强身健体、自保自娱的传统。平时，不少的青、少年和妇女会在劳动之余，在饭前饭后，在田头地间教练武术，处处龙腾虎跃，好一幅生猛灵动的画面。所以，均安是一个岭南文化色彩浓郁的戏曲之乡、尚武之地。有一首诗对此作了形象的刻画，诗曰：“古渡横舟碎绿天，斜晖半倚竹蓬眠。凝眸独爱均安水，倒映浮家泛宅烟。”有谁不说这是一个物丰埠盛、绿意盎然、鹭飞青天、碧水盈



甜蜜的水乡



龙舟竞渡

春、歌吟新声、尚武自强的繁盛之地。

武术是戏曲的基本功和表演手段之一，戏曲表演需要武术基本功的支撑，二者相辅相承、缺一不可。这就为粤剧粤曲的盛行和武术运



碧水鹭影——均安上村一隅小景