

成龙
朱墨

著



Jackie Chan
&
Zhu Mo

成龙
朱墨
I AM JACKIE CHAN

我是成龙

江苏凤凰文艺出版社
JIANGSU PHOENIX LITERATURE AND
ART PUBLISHING

I AM JACKIE CHAN

“野孩子”

如果说那时候我学到了什么对未来有帮助的东西，那就是如何站着睡觉。很多年后我在片场常用到这个技能。

“且狂且醉趁年少”

我觉得武术指导这个工作太牛了，不仅掌握着大家的工作机会和薪水，还能完成那么专业的动作设计。我希望有朝一日可以像他一样，这成了我的第一个明确的人生目标。

“不做第一，要做唯一”

我终于开始拍摄自己想拍的电影。我那时候已经学到一个词叫“以德服人”，不仅要尊重人家的专业能力，也要用自己的专业能力和工作态度去服众……从那时开始，属于成龙的时代正式到来了。

“闯荡好莱坞”

一定要走特别的路。走别人的路容易，走自己的路会有点难，但假如你成功了，别人就会记得你。电影也如此，大家一看我的电影，就知道是成龙式电影，那么我就成功了。

“家人，朋友”

爸爸妈妈年轻时的故事平凡又不平凡，我能想象在那个年代会有多少类似的故事发生。我很幸运成为他们的儿子，也知道他们一直以我为荣。

“普通，不普通”

一晃入行竟然 60 年了，此刻想想对未来的期待，我希望自己不要有太多病痛，还可以健康健康地拍戏，也还可以为世界再做点事情。

到今天，我每天看着镜子，都会对自己说，你真幸运，可以走到今天。如果这个世界上有神，我想谢谢他，也要把我的幸运送给别人。这就是我现在的理想。



I AM
JACKIE
CHAN

ISBN 978-7-5594-7108-6



定价：128.00 元

成龙
朱墨

著



Jackie Chan
&
Zhu Mo

我是成龙

I AM
JACKIE
CHAN



江苏凤凰文艺出版社
JIANGSU PHOENIX LITERATURE AND ART PUBLISHING HOUSE

图书在版编目 (CIP) 数据

我是成龙 / 成龙, 朱墨著. — 南京: 江苏凤凰文艺出版社, 2022.9 (2022.10 重印)
ISBN 978-7-5594-7108-6

I. ①我… II. ①成… ②朱… III. ①成龙—传记
IV. ① K825.78

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2022) 第 152345 号

我是成龙

成龙 朱墨 著

-
- 出版人 张在健
责任编辑 白涵
特约编辑 曹曼
邵蕊蕊
装帧设计 付禹霖
孙莹
出版发行 江苏凤凰文艺出版社
南京市中央路 165 号, 邮编: 210009
网 址 <http://www.jswenyi.com>
印 刷 北京盛通印刷股份有限公司
开 本 710 毫米 × 1000 毫米 1/16
印 张 26.5
字 数 400 千字
版 次 2022 年 9 月第 1 版
印 次 2022 年 10 月第 2 次印刷
印 数 30,001—40,000
书 号 ISBN 978-7-5594-7108-6
定 价 128.00 元

第一次见大哥，是 2006 年。

那时我刚上班没多久，正逢他主演的电影《宝贝计划》宣传，我的工作
是写新闻稿。发布会上看到他被一群人簇拥着来去，只觉得是个大明星。

2012 年的 5 月，我们去戛纳电影节宣传《十二生肖》，这时距离第一次
见他已经过了 6 年，我作为项目的营销负责人，得以观察到银幕之后更真实
的他。

那天下午，我们帮国内媒体安排了一些访问。当地公关公司定的房间有
点小，大哥看到房间的情况，当机立断带记者到他自己的房间做访问。他在
阳台上布好五把椅子，四把给自己和其他演员，一把放在对面给记者坐，动
作干脆利落。

第一家媒体访问结束，大哥走过来跟我们说：要提醒媒体，问问题不能
只问我，一定要照顾其他演员，不能因为人家是新人就忽略。几轮访问过
后，助手提醒他是否需要吃些东西。我们这才知道他上午都在做国际媒体访
问，还没时间吃午饭。刚巧这时来的记者只需图文专访，不需要录影，助手
趁机把午餐拿来，是一份蔬菜汤和三明治，他边吃边跟记者聊，访问结束时
刚好吃完。

下一家媒体准备了录音笔，找不到合适的地方放，只好放在地上。只见

大哥起身进屋，搬来一个小圆桌，帮记者把录音笔摆好，坐下，整个过程不过10秒钟。记者先是恍惚，后来才反应过来是怎么回事，不知该说什么，只对着大哥笑。

我在旁边看着这些自然流露的细节，心中一直感慨。你不能说，因为他是在演艺圈几十年的前辈，他就理应这样。做表面功夫很容易，把这些都融进生活的细节里，很难。

大哥对记者说，“现在别人都用蓝布绿布去拍，但我要每一站都是实景；别人都是威亚或特技，但我要每一招都是真打不用替身。要拍火山，我们就去火山；要拍风洞，我们就去风洞。为了4个镜头，我们跑去瓦努阿图。每一场打戏，我们都足足拍摄了一个半月。我们跟好莱坞在技术上差距太大，所以只能用这种笨办法来赢得胜利。”

这段话让我感动得眼眶发红。

那天晚上，我们在一个带露台的宴会厅举办晚宴。活动开始前，几面巨大的落地窗忘了拉窗帘，许多国外影迷路过这里看到里面有大哥，全都驻足不肯离开。外面的人越聚越多，大家大声呼喊“Jackie Chan”，大哥听到，马上走到露台跟影迷打招呼握手，成群的外国影迷声嘶力竭地大叫“Jackie Chan, I love you（成龙，我爱你）”。

当晚，这场景反复出现，我远远站在后面，看着这位华人巨星的背影，在闪光灯光晕中，有一种超现实感。

我想，所谓一个人的传奇，大概不过如此。

大哥的工作方式很不一样，团队里的人就是他的家人，几乎除了睡觉之外，他都跟大家待在一起，讨论工作，吃东西，喝咖啡，聊天。他在全世界都有朋友，与大家聊天的过程中，他会讲一些小故事。几十年来闯荡江湖的经历，传奇有之，惊险有之，爆笑有之，感动有之，听得大家目瞪口呆。加上他作为演员的职业习惯，很多时候我们都是连听故事带看表演，简直是种享受。享受之余，我就想，这么多精彩的故事，应该写出来分享给大家啊。



2013年春节，大哥带着整个《十二生肖》剧组去东南亚度假，也邀请我一起参加。抵达之后，我跟他商量，“大哥，我想把您的那些故事写下来。”他说：“你可以试试。”

这之后的几个月，我一边整理以前积累下来的素材，一边尽量跟随他在全世界的行程，随时访问，随时记录。他在北京的时候，我白天上班，晚上跟他和团队一起吃饭，收集素材和资料，回家之后再写……先后整理了300多段访问录音，初稿将近30万字。

当年9月，大哥在粗略看过一遍书稿之后，发现里面有一些细节不准确，他希望全部校对一遍，确保无误之后再出版，这样才对得起读者。

2015年4月，这本书的第一版终于面世。到今天为止，这本书已经陆续出版了中文简体、中文繁体、英语、俄语、法语、德语、韩语、日语、泰语、越南语、保加利亚语、匈牙利语、伊朗语、阿拉伯语等十几个语种的本。

2019年初，我们一起去纽约做英文书的签售。出版社安排了两站的行程，第一站是在新泽西一家历史悠久的书店，我在那里的墙上看到很多著名作家来这里做活动的留影。来参加签售的读者中，让我们印象最深刻的是一个十来岁的美国女孩，她是带着爸爸当年在《尖峰时刻》做武行时与大哥的合影来的。只是爸爸已经因病离开了，她和妈妈带着书和照片一起来，就想见到大哥，跟他当面说一声“谢谢”。

第二站是在纽约第五大道最大的书店，签售的时间是上午10点，前一天夜里1点多，就已经有影迷带着帐篷排在了书店门口，抢到了第一的位置，在他身后排着从美国各地、欧洲赶来的影迷，都是从半夜开始排队。签售当天早上8点，出版社的工作人员给我们发来了视频，等待的队伍已经蜿蜒到了好几条街之外。那是纽约的冬天，是穿着羽绒服都会冻得发抖的温度，这些影迷为了可以早点见到大哥，在寒风中等了一夜……

每次跟随他去国外，不管是去最荒芜的贫瘠之地，还是去最繁华的大都市，“成龙”二字永远都是老外眼中的神话，半个世纪以来从未改变。同为动作巨星的施瓦辛格对此表达过羡慕，“有多少明星稍纵即逝，他们在某一

段时间特别火，然后就毫无预兆地消失了，但是成龙，他一直在做主角，做了几十年——几十年啊。”

2022年，是大哥入行60周年。

此前，我们已经在考虑把这本书做一个新版本出来。在过去的两年里，我们拿出了很多时间，重新梳理他过去的人生故事，很多闪闪发光的瞬间，被他从记忆的深处打捞起来，得以呈现在读者面前。这一轮，又是一百多段采访录音，十几万字的文稿，最终提炼出了这本书的新增内容。

整理稿件的过程中，我反复听他讲起小时候在戏剧学院的故事。那时候他自己也不过八九岁，却会在比自己还小3岁的元彪哭时，安慰他说“不哭不哭，我给你讲故事”，这画面实在太有爱；十几岁做武行，每天只赚几十块钱的时候，他会拿出自己全部积蓄3000块，给到公司要退休的老管家；二十多岁成名了，他会凭借自己的话语权，改变整个业内武行们的待遇和地位；之后数十年，他驰骋国内外电影界，提携帮助过的人数不胜数……

到了今天这个阶段，他花了很多时间和心力，主办“成龙国际动作电影周”，希望能给所有动作电影带来更多的关注。他还成立了“中国特技人工作委员会”，希望能给所有普通武行提供基本的保障。

如此种种，你会发现，他永远保持着一颗赤子之心，这颗心从未因为他的境遇好坏、地位高低而改变。

在这本书的上一版里，我曾经写道，“希望大家能珍惜全世界唯一的Jackie Chan。”现在我想把这句话再说得具体一点——希望我们能珍惜这位来自我们中国的，全世界唯一的Jackie Chan。

因为他，就是那个独一无二的奇迹。他会在很多时刻，以平凡的姿态出现在你面前，但他终究还是那颗最耀眼的星星，永远璀璨炫目，持续向周围辐射着最温暖的光芒。

朱墨

第一章 野孩子

阿炮	002
小小“女朋友”	004
维多利亚山顶的决斗	006
读书郎	009

第二章 且狂且醉趁年少

“卖身”戏剧学院	014
少年元楼	018
初登台	022
七小福	031
打是亲，骂是爱	042
初恋	047
从戏台到片场	048
“死得最好”	054
第一次当男主角	057
小武行	058
龙虎武师	064
血气方刚	065

李小龙与我	067
武术指导	070
第一次出远门	073
功夫片的寒冬	077
会武打的水泥工	079

第三章 不做第一，要做唯一

成龙？成虫！	086
古龙：我的剧本不是写给你的	090
李小龙是“神”，我是普通人	091
邵氏嘉禾之争	094
重回嘉禾	101
《龙少爷》：打破传统	104
《A计划》：拿命搏	106
《警察故事》：一生一次	111
《龙兄虎弟》：最严重的受伤	116
《警察故事续集》：载入影史的爆破	127
《奇迹》：有它足够	129
《我是谁》：这一跳，献给师父	132
什么是“成龙电影”？	137

第四章 闯荡好莱坞

铩羽而归	140
学英文	147



穿唐装	150
《威龙猛探》：不当硬汉	153
遇见邓丽君	155
史泰龙的邀请	161
《红番区》：重整旗鼓	164
《我是谁》：与狮共舞	166
《尖峰时刻》：全新战场	170
《尖峰时刻2》：生死营救	176
《尖峰时刻3》：出手相助	178
《功夫梦》：颠覆形象	180
《英伦对决》：62岁的伤	184
中西有别	186
寄望华语电影	193
我的电影态度	199
成龙式动作特技	203
圆梦奥斯卡	215

第五章 家人，朋友

我的父亲母亲	226
像父亲一样：何冠昌	238
一生所爱：林凤娇	246
我和小房子	252
“魔鬼制作人”：李宗盛	264
第一个助理：陈德森	267
师徒之缘：Bradly James Allan	269
兄弟、儿子：吴彦祖	270

大兵小将：丁晟	272
真功夫打星：杨紫琼	274
敢豁出去：张曼玉	276
“见死不救”：林青霞	279
永远的传奇：张国荣 梅艳芳	282
宠物家人们	284
献给影迷	291

第六章 普通，不普通

没实现的“发明”们	302
从想买到想捐	305
心大了，事就小了	309
爱唠叨	311
管“闲事”	333
我也会害怕	344
慈善没有止境	357
国宝回归	375
关于退休	378
永远的成家班	381
全身受伤“地图”	394
我的理想	396
后记	405

第一章

野孩子

阿炮

1954年4月7日，我出生在香港，爸妈给我取名陈港生。

在妈妈肚子里的时候，我就不是个老实孩子，很爱折腾。这倒也没什么稀奇，稀奇的是，妈妈怀胎到了12个月，我还不肯出来。有天妈妈肚子疼得受不了，爸爸赶忙把她送进医院。她在床上疼得直翻滚，后来疼得钻到了床底下，医生检查之后说婴儿太大，有难产的危险，建议马上开刀做剖宫产手术。

爸爸在同意书上签了字，整个手术花了将近两小时，我才从妈妈肚子里被拿出来。刚出生的我重达12.5磅（约合11斤半），让医生和父母都有点傻眼，后来还因此登上了当地的报纸，文章标题里把我称作“巨婴”。因为一出生就这么大块头，爸妈给我起了个小名叫“阿炮”，“炮弹”的“炮”，有时也会叫我“炮炮”。

那时候，父母的工作是在法国领事家做厨师和帮佣。尽管家里经济条件窘迫，但我一出生就是在维多利亚山顶的富人公馆里，只不过别人的家是在前面，气派而宽敞，而我家隐藏在后面，狭窄而简陋。生活在同一个地方，领事一家对我们也很好，但我们从一开始就身处两个世界。

这中间还有一个小插曲。

剖宫产的费用是几百块港币，当时爸妈根本拿不出这么多钱。那位外科医生是个英国女士，没有小孩，她跟爸爸商量，如果把我送给她，她不仅不收手术费和住院费，还会另付500块港币。这是个很高的价码，爸爸竟然认真地考虑了这件事。其实那时候很多穷人会把小孩送给有钱人抚养，这样不仅自己可以拿到钱，也可以保证小孩有好的未来。幸好，爸妈没有接受这个交易。毕竟我是他们第一个小孩，又长得生龙活虎，他们舍不得。爸爸的几个朋友也很支持，他们说，这可能是你最后一个小孩了。那时候我妈妈已经40岁了，“怀孕12个月，生下来12磅重，这个孩子将来也许会很了不起！”朋友们借了钱给爸爸，让他付清欠款，我也得以在亲生父母身边长大。

我的家很干净，也很拥挤，三口人挤在十几平方米的空间里。爸爸亲手



爸妈给我起了个小名叫“阿炮”

做的家具总是被妈妈擦得很亮。家里摆不下两张床，我们就睡上下铺，爸妈睡上面，我睡在下面。晚上我总是大声哭闹，折腾得一整栋房子都不得安宁，吵到爸妈也就算了，还经常把领事一家吵得无法入睡。尽管他们很有修养，但有时也会下楼来，看我到底是怎么了，是不是不舒服，这让爸妈感到非常不好意思。有时候我的哭声大得甚至吵到其他楼的住户，半夜就会有愤怒的吼声传出来：“谁家的小孩在哭啊！烦死啦！”每当这个时候，妈妈就赶紧把我抱出门，带到远处的花园里，轻轻帮我扇着风，唱着歌，哄我入睡。我那时候已经很重了，妈妈白天要不停地干活，晚上还要抱着我，很累。

打记事起，我就对爸爸整日在厨房忙碌的情景印象深刻，妈妈则经常是在洗衣房里对着成堆的衣服。我稍微长大一点之后，她就把我带在身边，自己又洗又涮，熨烫折叠。我就在她脚边爬来爬去，经常会险些绊她一跟头。有时趁她不注意，我一会儿吃个碎纸片，一会儿又吃个肥皂块，这让妈妈很苦恼。后来她终于找到一个方法对付我，只要把我放进盛满水的浴缸里，我就会开心得不得了，在里面啪啪地拍水，自己跟自己玩，这样妈妈就可以稍微安生一阵。

爸爸说我小时候比较像妈妈，一出生头发就很长，眼睛小，人很胖。还有件很丢人的事情，妈妈因为溺爱我，让我吃奶吃到3岁。长到四五岁，爸爸开始对我严格起来。每天早上天刚蒙蒙亮，他就会把我拽起来，跟他一起晨练，有时还会一起洗冷水澡。

邻居问我，你长大想要做什么？我说我想做飞人。人家又问，怎么飞？我就说，就是飞得很高那种飞啊。人家说，现在先不要去飞啊，不然会摔伤的，等你长大了再去做飞人。我就点头说好。

小小“女朋友”

生活在富人区，周围几乎都是有钱人家的外国小孩，在他们眼里我只是一个很穷的中国小孩，所以他们并不爱跟我一起玩。领事家有个小女儿，长得很漂亮，跟我年纪差不多大。领事夫人鼓励她的小女儿跟我一起玩，这是

出自她的教养，这对我们家来说是一种很温暖的鼓励。我们两个很喜欢彼此，她总是把我称作她的“男朋友”，我也觉得她是最亲近的伙伴。

爸爸年轻的时候曾经练过小洪拳，身手很好，他也会利用有限的条件来训练我，教我一些简单的套路和招数。他的手很巧，会用一些废旧材料做成健身器械，每天就在旁边监督我练习。加上我天生身体条件就好，所以在小孩子之间的打斗中我往往可以占到上风。不过我从来不会主动去欺负别人，总是别人找我碴儿的时候才会还手。只有一种情况例外，就是有小男孩欺负了我的“女朋友”时，我就会马上替她出头。不管是谁把她气哭，也不管是谁的错，我都会立刻冲出去打他们，用我胖乎乎的身体使劲压在他们身上，直到他们哭着求饶，向我的“女朋友”道歉。

有一回就是这样的情况，不巧被我爸爸撞见了，他看到我正压在邻居小孩身上，那个小孩脸和脖子都憋青了，在大声号哭。我老爸赶紧走过来，一手拎起正在作恶的我，一手忙把那个小孩扶起来。我看着自己的手下败将一路哭着跑回家，心里很得意，完全没想到自己会因此受到爸爸的严厉惩罚。一路被拎着往家走，我还在满口大叫：“爸爸，我打赢了，我打赢了！”

本来以为爸爸把我拉回家只是为了替那个小孩解围，没想到到家之后，他用皮带把我抽了一顿，然后关进了领事家的垃圾房。那是平时我犯了错误之后被爸爸惩罚的地方。我很意外，跟爸爸说：“爸爸，我赢了啊！”结果他的反应严肃而又冷淡：“我教你武术不是为了让你欺负别人。”“可是爸爸，

我从来不会主动去欺负别人，总是别人找我碴儿的时候才会还手

