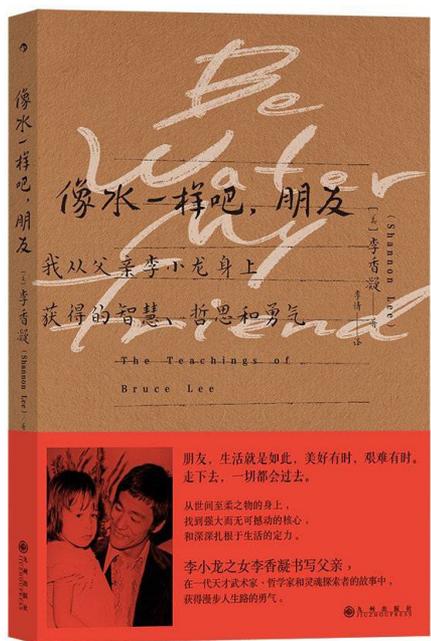


# 女儿对父亲生命的回望和理解 李香凝出书阐述李小龙“水哲学”



《像水一样吧，朋友》

在《像水一样吧，朋友》这本书中，李香凝讲述了自己被父亲的教诲所启发，从迷茫走向豁达，逐步感悟人生的历程，既是对李小龙哲学核心概念的新时代解读，是一个女儿对父亲生命的回望、靠近、梳理和深入理解，也折射出一位女性成长与探索世界的历程。

“Be water, My Friend!(像水一样吧，朋友)”李小龙这句话很多人都知

道。但他说的“像水一样”具体指的是什么意思，还有待进一步分析。作为李小龙的女儿，李香凝说，“我将在书中尽我所能，介绍父亲关于‘水’的哲学和对此我个人的理解，多年来我一直浸淫在他的生平和思想之中。可能你还不熟悉这一理念，它源自自我父亲对习武的理解，而本书将以此借喻一种最为投入的人生。”李香凝说，就

她的理解，她父亲说的“像水一样”强调的是将流动与自然寓于生活之中。水随器聚形，亦柔亦刚，简单自然，而且总有办法保持流动，“想象一下，你能否变得那么灵活、敏感、自然、势不可当？对于我父亲来说，‘像水一样’就是武艺的巅峰。对我来说，则是做人的巅峰——成为一个善于表达自我、强大而自由的人。”

## “像水一样”哲思的契机所在

水这种元素既柔软又坚硬，既发乎自然又遵循引导，既超然又强大。最重要的是，它对生命来说不可或缺。李小龙是从怎样的契机开始，悟出要“像水一样”这个道理的呢？李香凝在书中透露，李小龙从13岁开始练习咏春拳，直到32岁辞世，日日练武，鲜有例外。他的头脑格外敏锐，也格外有见地。“我常常想，像这样的头脑能和如此重视锻炼与格斗训练的身体合二为一，真是命运的杰作。”李小龙师从叶问，但少时经常急躁，他认为比武只要能赢就好，不需要讲究温和之道，而师父叶问却指导他：“永远不要违抗自然，永远不要硬碰硬，而要顺势利导地加以控制。”当时李小龙并不理解，于是叶问大手一挥，让他一周不要练武，回家想想自己说的话。这让急性子的李小龙很是不解，但也只

好离去。一日，为了消磨时间，他独自乘着舟出海，躺在船上，随波逐流，心中烦闷无处发泄，于是便跟着海水打了起来。突然之间，一个念头闪过李小龙的脑海，他停下来，低头看着自己湿漉漉的手。

李小龙后来在一篇文章中记录了自己当时的感悟，“这水方才不是向我说明了功夫之理吗？我打了它，它却没有受伤。我再次使出全力攻击它——它却依旧毫发无损！接着，我又试着抓起一把水，却抓也抓不住。水，是世间至柔之物，可以装在最小的罐子里。然而看似柔弱，它却可以穿透世上最坚硬的物质。原来如此！我想要变得像水一样。”这时，他看到一只鸟飞过头顶，在水面上投下转瞬即逝的倒影，又得到了另一个启示：“面对对手时，我的思想和情绪难道

不应该像这鸟轻轻掠过水面时的倒影吗？正如师父所说，不黏着、不闭塞。因此，要想控制自己，首先得接纳自己，顺应而非违背自身的本性。”李小龙懂得了师父叶问的教导，也从此与水结下了长久而紧密的缘分。

有的读者或许会问：“我又不是武术家，这本书于我何用？60多年前一个17岁少年的顿悟跟我有何关系？”李香凝对这个问题有充分准备，她在书中回答说，虽然会谈及武术，但它只是作为一种隐喻，用来解释一些人生经历的道理。借助一些接地气的具体例子，有时能更好地理解一些抽象概念。“我们为什么要学着像水一样？我父亲的哲学思想及其生活方式，激励了世界上许多人努力生活得更好，其中也包括我，而他的人生正是以水为榜样的。”李香凝说。

说起李小龙，很多人都不陌生，知道他是武术“一代宗师”叶问的徒弟，是名扬天下的电影巨星。不少人也知道，他同时还有着深刻的哲学思想。

李小龙32岁就猝然离世的悲剧，让人唏嘘惋惜万分。他留给人们的故事，却还没有完，尤其是他的精神遗产仍值得读者琢磨、汲取。虽然他一生并没有著书，但是他曾创建过武馆，开辟了一个新的武道。其家人还根据其手稿，将其技艺和思想理念进行整理，汇集出版成书《截拳道之道》。

2022年秋，李小龙的女儿李香凝推出新书《像水一样吧，朋友》。书中，李香凝从父亲的过往亲身经历和故事中总结出李小龙的智慧、哲思和勇气，尤其是重点展现了李小龙关于“水”的哲学思考。

一个有梦想有抱负的武术家，会如何应对生命里的意外？据李香凝回忆，父亲李小龙曾经受过一次严重的腰伤，医生强调必须卧床静养，不然此后有可能无法再练武。这对视武术为生命的李小龙无疑是晴天霹雳。

可他并没有一蹶不振，而是选择了积极应对。除了配合治疗休养身体外，他还进行阅读、写作、构思电影和电视剧的想法，甚至坚持在场外指导教学。对李小龙而言，意外无好无坏，

只是发生了一件事。生活本就是如此，他仍然继续前进，做他想做的事。障碍不会让他停止流动，反而让他从中吸取教训，迈向了更大的成功。这对于今天的我们，想努力成为内心强大的人，也有所启发。

李香凝在书中也强调，理解和践行李小龙的哲学，让她学到了一件事，“那就是你不需要成为另一个李小龙，也能活出充实的人生。相信我，作为他的女儿，我希望企及他哪怕十分之

一的成就，成为人中楷模，走他的老路。这种自己给自己的压力，令我不堪重负、战战兢兢，曾数次让我的人生停滞不前。而每每此时我都会深吸一口气，提醒自己：李小龙并不希望我成为李小龙。谢天谢地。你会在这本书里发现，他希望你成为最好的自己。李小龙是谁和你毫无干系，因为你就是你。”

封面新闻记者 张杰  
实习生 吴雨珂

## 你不需要成为另一个李小龙

生活服务广告 86969860 86969954 代办点 寻找全省业务代理

**人防地下室竣工交付公告**

爵领欧城小区按照人防工程配建规定，应配建人防地下室面积不小于11873平方米，目前全部该人防地下室已全部完工，实测人防地下室建设面积12319.64平方米，满足人防配建要求；区人防办对该人防工程实体质量进行了检查验收，该工程达到设计的防护功能和使用要求。现依法对该项目人防工程进行竣工公告，自公告之日起，该人防地下室划线车位共计320个的出租、出售使用权收益归全体业主所有。

成都鑫港房地产开发有限公司 2022年11月11日

---

**公告**

奥兰馨城的业主：  
我们在龙泉驿区柏合镇蛟龙路以西、成简快速路以南建设的奥兰馨城B区一期(23、24、25#楼及相应地下室)项目现已进入规划土地核实公示阶段，公示内容张贴于26#楼大堂出入口处，公示时间为2022年11月11日10时至2022年11月18日10时。特此公告！

成都市益民房地产开发有限责任公司  
成都市公园城市建设服务中心  
(原成都市园林房屋开发公司、成都市园林建设技术服务中心)  
2022年11月11日

**公告**

尊敬的成都雅居乐花园项目业主：  
我公司(四川雅居乐房地产开发有限公司)在天府新区麓山大道二段19号开发的成都雅居乐花园地下人防车位及配套设施，面积为176633.39平方米，其中六期C区地下室124950.98平方米，六期D区地下室51682.41平方米，地下人防车位及配套设施的使用权而来的相关权益(占用、使用、收益的权利)全部转移给雅生活智慧城市服务股份有限公司成都分公司代管，成都雅居乐花园业委会成立后移交至业委会进行管理，我公司后续不再享有地下人防车位及配套设施相关权益。

现就该转移事项进行公告，公告期为1个工作日(自2022年11月11日上午9时至2022年11月11日下午5点)。在公告期内有异议的业主请以书面形式向公证处反映。

联系人：杜老师，联系电话：17358533101，地址：成都市高新区益州大道北段333号东方希望中心2栋4楼 成都公证处  
特此公告！

四川雅居乐房地产开发有限公司  
二〇二二年十一月十一日

**债权债务公告**

宜宾市净源水务有限公司股东上海泓济环保护科技股份有限公司(简称“上海泓济”)与宜宾市翠屏区文化旅游发展有限责任公司(简称“区文旅公司”)，于2022年10月24日已签署了《股权转让协议》。依据前述协议，上海泓济将其持有的我公司(即：宜宾市净源水务有限公司)60%的股权依法转让给区文旅公司。

请涉及我公司债权债务的单位或个人，自本公告发布之日起，在20个工作日内，提交与我公司有关的债权债务证明材料到我公司，并办理债权债务核查登记手续，以便于我公司后续开展债权债务清理和清偿工作。

特此公告！  
联系人：彭毅  
联系地址：宜宾市翠屏区七星路广润商务中心6楼  
联系电话：18881951028  
宜宾市净源水务有限公司 2022年10月28日

**情况说明**

原成都市锦江区人民政府水井坊街道办事处公章(编码5101045016318)；原成都市锦江区人民政府水井坊街道办事处财务章(编码5101040012643)；原成都市锦江区人民政府合江亭街道办事处公章(编码5101040019679)；原成都市锦江区人民政府合江亭街道办事处财务章(编码5101040012220)；原成都市锦江区人民政府合江亭街道办事处公章(编码51010400115386)均已销毁，且相关证明均已遗失。

成都市锦江区人民政府锦官驿街道办事处  
2022年11月9日

■松潘县燕吴蜂业有限责任公司食品生产许可证正本和副本(编号：SC12651322400017)遗失，声明作废

■龙泉驿区黄土镇迎宾饭店遗失发票专用章一枚，编号5101129018723，声明作废。

■我司四川雅和建筑工程有限公司遗失了交四川师范大学履约保证金20000.00元(大写：贰万元整)的收据，收据号码为：0021906，声明作废

■成都新影立文化传媒有限公司公章编号：5101075567257、财务专用章编号：5101075567258、发票专用章编号：5101075567259、刘越发法人章编号：5101075567260 遗失作废

■简阳市宏杨同星建材经营部公章(印章编号：5101850031852)不慎遗失，声明作废。

■龙泉驿区柏合街办霖致建材经营部公章(编号：5101120104246)不慎遗失，声明作废。

■成都皓阳工程管理咨询有限公司合同专用章(编号：5101075120149)遗失作废

■四川华章演艺有限公司发票专用章(印章编号：5101055153434)不慎遗失，声明作废。

■花样年(成都)生态旅游开发有限公司公章(编号：5101008784390)、财务专用章(编号5101008794545)、发票专用章(编号：5101319901053)、合同专用章(编号：5101008786922)、周泽林法人章(编号：5101315032579)遗失作废

■四川省东辰洪发建筑工程有限公司有限责任公司持有的公章编号：5114210017204 及法人章编号：5114210027202 均遗失作废

■成都贤语铭居贸易有限公司公章(编码5101040311226)、财务章(编码5101040311227) 遗失，声明作废。

■筠连县田源农业发展有限公司财务章(编号：5115275028401) 遗失，声明作废。

■龙泉驿区大面街办大铺餐馆财务专用章(编号5101120059432)、法人章张莉(编号5101120059433) 遗失作废。

■四川绿农隆果蔬批发有限公司公章(编号：5101820068887) 遗失，声明作废。

■达州市山辰碎石加工厂 5117030016744 财务章、5117030016745 杨正合法人章遗失作废

■泸州市纳溪区长江湿地新城幼儿园李仕容法人章编号5105035041622 遗失作废

■成都品行体育文化传播有限公司不慎遗失公章(编码：5101100155566)，声明作废。

■四川智远方胜人力资源管理有限公司公章(编号：5101135063482) 遗失作废。