

陈美龄：拥有的全部都是恩赐

本报记者 宋燕

“辽阔草原美丽山冈群群的牛羊，白云悠悠彩虹灿烂挂在蓝天上，有个少年手拿皮鞭站在草原上，轻轻哼着草原牧歌看护着牛和羊。”

1985年春晚，香港歌手陈美龄因为一首优美的《草原牧歌》被内地观众知晓。唱这首歌时，陈美龄还不到30岁，是红遍东南亚的超级巨星。

14岁在香港出道，电视台专门为她开设节目《美龄晚会》，又和邵氏电影公司签约，一拍戏就是女主角。去日本发展后，她至今保持着在日本唱片销量最多的国外歌手记录，每张唱片都大卖几十万张上百万张，获得无数奖项。不到二十岁，陈美龄就拥有了自己的电视节目、电台节目，市场上有美龄洋娃娃、美龄麦、美龄三轮车、美龄吉他……如今我们很难想象那是怎样的旋风狂潮，陈美龄的人生可以说是一个传奇。

她没有走常规的歌星巨星路线。她在最红的时候离开热浪中心前往多伦多大学攻读学士学位。然后回日本继续事业，生下孩子后带着孩子工作，在当时传统的日本社会引起轩然大波——日本人无法接受一个外国人在公众面前做得这样好，抛头露面工作还带着孩子。这场轰动一时、后来改变整个日本社会女性地位的“美龄争论”长达两年。为了更有深度地理解女性问题，陈美龄带着问题前往斯坦福大学深造，经过苦读，取得博士学位。

身为女性，她拥有三个考上斯坦福本科的儿子；她是联合国儿童基金会的亲善大使；52岁时她患上乳癌，康复后成为日本抗癌协会亲善大使，为更多女性的健康奔走努力。她写了84本书，至今每天仍然工作超过十几个小时，拥有不可思议的充沛精力。

《50个教育法》出版后，在日本和中国都引起轰动。许多人渴望知道她更多的秘密，在大家的反复劝说下，陈美龄将这些年来的经历写成了这本自传。

从出生一直写到第三个儿子考上斯坦福，涉及诸多人生岔路时的艰难选择和心路历程。这是一本非常真诚的自传，女性的困惑、工作的意义、婚姻家庭的作用、孩子的教育、自己的人生规划，种种问题都有涉及。陈美龄无意写一本指导人生的心灵鸡汤，但这本书的确给人以许多启示——原来可以这样看待挫折和困境，每一段历程都应该好好感恩。



进了脑袋的知识没有人可以抢走

记者：您作为歌手在20世纪70年代末红透半边天时，放弃地位、金钱，远赴加拿大念书，获得多伦多大学儿童心理学学士学位，最高学历为斯坦福大学博士。当时为何会这样选择？

陈美龄：1975年冬天，父亲去日本探望我，当时我正在九州做巡回演唱，父亲看到我每天赶三场演唱会，还有在火车上累极而睡的样子，非常痛心，他不满意我在日本的生活，说：“名誉、地位、金钱都像流水，会失去的，但进了脑袋的知识却没有人可以抢走，是你一生的宝物。可以念书时，要好好珍惜机会。”

于是1976年夏天，我在香港召开记者招待会，宣布退出歌坛。

记者：您有三个儿子，但自己的事业并没有放弃。有没有想过做全职妈妈呢？为什么没有选择这样一条路？

陈美龄：我有没有孩子，对我是否工作并没有影响。我觉得工作是一种恩惠；可以为社会做贡献，是一种恩惠；能够做妈妈，也是一种恩惠。必须感恩和尽力去做好。不是我选择工作，是工作选择了我；不是我选择孩子，而是孩子选择了我。

记者：人生中有哪一段，想要再来一次的？有没有过一些后悔的经历或者给后辈的建议？

陈美龄：我的人生没有后悔，失败也好成功也好，都有意义。找不到事情的意义时，会迷茫和痛苦。但只要坚持下去寻找，不放弃希望的话，正能量就不会减少。后悔是伤心难过时的自我同情，不要长时间在后悔中度过。

记者：回头看，哪个阶段的人生最辛苦？

陈美龄：每一次挑战都辛苦，但我是一个十分善忘的人，好的事留在心里，辛苦的事，让它们一一过去不多想。所以，现在面对的问题永远都是最重要的。辛苦是好事，值

得辛苦去做的事都是有意义的，我喜欢辛苦一些。

记者：书中关于“另一半”的部分非常动人，在茫茫人海中遇见了那个对的人，发现对方也喜欢着自己，真是太棒了！您的先生是您的初恋吗？怎么看待感情在人生中的作用？

陈美龄：哈哈！不能告诉你是否是初恋。知道有一个可以完全信任的人，知道对方爱护自己，这对人生有非常好的影响。为了要保护对方，自己会坚强起来；因为信任对方，愿意显示软弱的自己。这让人更加自信。爱与被爱，是人生最大的幸福。

记者：书中有一段印象很深，就是得知自己被查出癌症之后，先生开车送你去医院时，你在车上哭了，这个时候的脆弱特别真实。但先生说：“有什么好哭的呢？人的寿命是注定的，如果上天要收你回去，你就得回去。”虽然说得是对的，但还是有一些不近人情。你们平时相处时是这样的模式吗？

陈美龄：我先生是比较冷静有计划的人。我是个梦想派，是个感性的人。

记者：您认为婚姻幸福美满长久的关键在哪里？现在的年轻人离婚率特别高，您觉得这是是什么原因造成的？

陈美龄：我对婚姻的看法非常古老和单纯。

我相信婚姻其实是非常复杂的制度，我更相信以后会有很多变化。现在一些年轻人觉得婚姻不是永久的，一些人觉得婚姻不是必需的，人们的想法不同。

记者：您和先生是跨国婚姻，在婚姻中有没有碰到过比较大的问题？你们两人的关系怎样，有没有变化？

陈美龄：我和金子力除了是夫妻，也是孩子的父母和工作伴侣。他是我最好的朋友。以后会有什么变化我不知道，但是我非常感恩能够在人生中遇到他。

养大三个孩子，是我人生中最成功的一部分

记者：你最喜欢男性身上的什么品质？女性呢？

陈美龄：对我来说没有分别，我最欣赏的就是诚恳的人。

记者：你最希望自己拥有哪种才华？目前拥有的才华中，您对哪一点最满意？

陈美龄：我没有特别特别的才华，但我有愿意努力的精神。

记者：你认为自己最大的成就是什么？

陈美龄：我认为养大三个孩子，是我人生中最成功的一部分。

记者：生病这件事对您的人生有影响吗？有没有改变您的一些想法或者是做事方式？

陈美龄：得病以后，我开始珍惜每一天。这生命不是应得的，每一天都是一个恩赐。

记者：您的日程安排非常

满，几乎每一天都不懈怠。能不能给列举一下最普通的一天是怎么度过的？

陈美龄：我的每一天都不同。今天我从美国回来，接受媒体访问，改了新书的稿子，另外在准备明天早晨6点飞香港。后天我要参加一个义工的颁奖典礼。星期天和香港乳腺癌基金会开会，星期一到幼儿园演讲，晚上和一位老师见面，商量线上课程的事。

记者：目前有什么大的目标或者是愿望吗？

陈美龄：病了之后，我尽量不做长远计划，因为不知道生命有多久。所以我的目标是每天都活得精彩，把每天都当成最后一天，珍惜时间和缘分。

但实际上还是有很多计划，比如我要出版新书，参加台湾书展，录制线上的课程等等。

作家简介

陈美龄

作家、歌手、教育学博士。

1955年出生于香港，14岁在香港出道，17岁到日本发展，以《虞美人之花》等歌曲红透日本、中国台湾、香港。

上智大学国际学部、加拿大多伦多大学社会儿童心理学毕业。1985年结婚，翌年诞下大儿子，但并未退出演艺界，常常在工作中带着儿子，在当时的日本引发巨大的社会争论，被称为“美龄争论”，并登上那一年的《Times》杂志。

1989年，到美国斯坦福大学修读教育博士，同年11月生下第二个男孩。1994年取得斯坦福教育学博士学位。1996年生下第三个儿子。

除了歌手的身份，陈美龄以作家、联合国国际儿童基金会亚洲亲善大使、日本癌症协会“微笑大使”、香港浸会大学特别教授等身份活跃于社会。

陈美龄在日本可谓家喻户晓，著有数十本教育类书籍。

2015年，陈美龄的第三个儿子继大儿子和二儿子之后再次被斯坦福大学录取，引起轰动。

图书简介

《人生的38个启示——陈美龄自传》

现代女性励志传奇。陈美龄从丑小鸭跃为超级巨星，而后急流勇退读书进修，复出又成为“回国歌手第一号”，一曲《原野牧歌》唱遍神州。结婚生子后继续工作，在日本引起轩然大波，促进日本职业女性保护法的建立。一边怀孕生产，一边读完斯坦福大学博士，三个儿子也全部考入比哈佛入学率还低的斯坦福大学本科。成为亚洲亲善大使，支持香港回归。挑战癌症，年逾六旬，进入更广阔的人生境界……

她敞开心扉袒露心声：你的人生一样可以绚烂多姿。

