

美丽橙长

献给中华小姐环球大赛

Benny

我告诉自己，
在时间稍纵即逝之际，
必须将其定格成白纸黑字，
然后书一台，确定它再也
不会离我而去了，
这才敢安然迎接新的
人生旅程。

黄橙子 著

THE BEAUTY OF

BEAUTY

美丽 橙长

黄橙子
著

the beauty
out of
beauty

鄂新登字 01 号
图书在版编目(CIP)数据

美丽橙长/黄橙子著.
武汉:湖北人民出版社,2013.1

ISBN 978 -7 -216 -07451 -3

- I. 美…
- II. 黄…
- III. 黄橙子—回忆录
- IV. K825.42

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2012)第 257376 号

美丽橙长

黄橙子 著

出版发行:  长江出版传媒
© 湖北人民出版社

地址:武汉市雄楚大道 268 号
邮编:430070

印刷:武汉贝思印务设计有限公司
开本:710 毫米×1010 毫米 1/16
字数:216 千字
版次:2013 年 1 月第 1 版
书号:ISBN 978 -7 -216 -07451 -3

经销:湖北省新华书店
印张:14
插页:27
印次:2013 年 1 月第 1 次印刷
定价:32.00 元

本社网址:<http://www.hbpp.com.cn>

「序」

《本草纲目》有云：“橙产南土……嗅之则香，食之则美，诚佳果也。”
凤凰卫视的黄橙子，气质亦如“橙”，二〇〇六年中华小姐环球大赛总冠军，
二〇一〇年进入凤凰卫视担纲主播，短短几年间，经历两次涅槃。与众多中华
小姐一样，橙子是凤凰观众心目中的知性美女，淡极始知花更艳，我们有信心
期待橙子在凤凰的大舞台上更加绚烂、更加美丽的绽放。

劉長樂
二〇一〇年十月廿五日

（凤凰卫视董事局主席、行政总裁，太平绅士）

「董嘉耀寄语」

黄橙子，一个特别的名字，让人印象深刻。最初认识橙子，是在凤凰的选美舞台上。记得当时大家议论最多的是她名字的含义，而我比较好奇的是：她是否最喜欢橙黄颜色呢？

提到水果橙子，我们马上会想到“新鲜，活力，水分，酸酸甜甜，维他命C”，而这个黄橙子，感觉也是这样。

她在凤凰卫视的“中华小姐环球大赛”舞台上表现优异，温婉秀丽而赢得冠军，这很不容易啊！我自己也是凤凰人，深知凤凰这个高端平台，强手过招，能人云集，亿万关注，不容闪失；可她过关斩将，脱颖而出，乃实至名归！大家看她的这本书就明白了。之后，选美冠军黄橙子顺理成章成为凤凰一员，做过记者、娱乐主播，到现在的凤凰新闻主播，甚至“突发女王”（她做新闻主播后经常碰到凤凰资讯台的《突发事件直播》，据说同事们给她这个外号）。

橙子写的这本书，文如其名，充满活力朝气。她把敏锐观察捕捉到的细节、敏感梳理出的心灵感触都一一细腻地描绘出来，跃然纸上。透过她的笔触，各位可体会感受到她从一个学生到选美冠军，再成长为记者主播的惊奇喜悦——一个橙子的酸甜苦辣，当然橙子还是酸甜的多。可以说，橙子的这本书对同龄追梦人，对家长们，对电视同业们都可得到不同的启示和收获。我向大家推荐橙子的这本文集，看完后您或会如我一样如沐春风般感受到她的活力与朝气。

她已经是一个橙子了，好像已不能祝愿她茁壮成长了，那就愿她一直保持着如橙子般的“鲜活，亮丽，新锐，生命力”！



（凤凰卫视资讯台台长，主持人）

「吴小莉寄语」

努力、坚持是为美

2003年开始，每到夏秋之际，公司香港总部总是会出现十几位美丽的身影，她们进出化妆间、摄影棚，在这里培训，每个人都睁着好奇的大眼睛，审视着凤凰卫视台后的一切，那就是凤凰卫视中华小姐入围12强的佳丽。

每位参选的佳丽，可能都怀揣着不同的梦想，有的是对于进入凤凰大家庭的憧憬，有的希望在自己年轻的岁月当中，为自己增添值得纪念的一笔。

十年过去了，当年校园里的女孩，有的为人妻，有的为人母，有的顺利进入职场，有的进入凤凰的大家庭。当年中华小姐的竞赛，不但为她们的人生添加了美丽的记忆，也为她们进入职场提供了阶梯。

橙子是我在公司主播培训班里训练的第三位中华小姐出身的主播，却是现在唯一一位能够坚守在新闻主播台上的中华小姐。在培训班时，橙子的话不多，问题也不多，她总是睁着美丽的大眼睛，仔细聆听我和她同期伙伴们的对话，并且在日常播报中努力实践着。对于这些新进的同仁，我总是在她们上主播台实战当中，从屏幕中关注她们，给予意见：

“橙子，你盯着屏幕的眼神要再放松，因为你的眼睛很大很漂亮，但是你看提词器太紧张，所以你像是老瞪着圆杏般的大眼睛，反而成为观众直视你的障碍。”在化妆间里，我和橙子这样说。

“是啊，我怕念错，所以死盯着银幕。”橙子回答说。

“你要把稿子尽量的熟悉，眼神尽量的放松，这样子观众才会觉得你在和他们说话，你的大眼神才能展现魅力。”我说。

现今的橙子仍然坚守在《子夜快车》的主播台上，日积月累的学习，让她早就学会了怎么样放松眼神，怎么样善用自己美丽的大眼睛，随着新闻内容的起伏，和观众说话。我不知道橙子当年走进中华小姐选美舞台上的愿望，但是我知道她对于新闻工作的梦想，而我认为，最美的人生就在于这份对自己梦想的坚持，为自己热爱的工作坚守着。

因为，努力、坚持是为美。



（凤凰卫视资讯台副台长，主持人）

「沈星寄语」

亲爱的橙子：

很高兴受你邀约，为《美丽橙长》写几行字。

看你当年参加华姐比赛，满是勇气和自信地去绽放自己，分明是昨天，而又过去匆匆数年。

毕业后你加入凤凰，我们已是同事，一路以来你一直在努力和付出，虽极少见面，但每次都能感受到你些许的不同。

须臾之间，看到美丽的你悄无声息地成长，不疾不徐地朝着自己坚持的方向。

社会喧嚣繁杂，一天一天的不同。

现在，有了那么多方式发出声音，博客，微博，QQ……短的句子，电子表情，不假思索就发出声音也许是人和人沟通的常态。

对许多人来说买书和阅读仿佛都是生活里的另一种坚持，你却能写出一本书出来，用沉静的方式释放正面的能量和大家分享，又是一件令人喜悦的事。

用文字的方法写下一段回忆，会让这回忆更真切清晰，因为又彻彻底底地从头想了一遍，就如你的长发，梳理整齐，似丝绸般顺滑，令你格外秀丽，每日珍惜。

但，又有些时候，书写又可以是一种放下，珍贵回忆搁在心里，总不舍它离去，但那时光渐行渐远，如果踟躅留恋，倒不如索性写出来，像是大风吹过后的蓝天，透明的晴朗。

你还记得吗，在2012中华小姐环球大赛总决赛的现场，十年来历任冠军齐聚，钻石后冠一排闪耀过去。倾城美人着红裳，真真是国色天香，那一眼的惊艳已印在脑海里，至今难忘，如再遇见，不知又会在几年后。

美，是天生的。

被美丽吸引似乎也是天生的，就好像见到稚嫩婴孩，无端就心生怜爱一样。

拥有美丽容颜再加上后天自我修为，蕴涵坦率的表现，这美就变成爱，爱是一盏灯，既能够照亮，也能指引。

中华小姐的慈善行为十年间几乎遍布中华大地。在湖北，在贵州，在云南，在地震灾区，在奥运圣火的传递……

美貌浑然天成但不能永存，唯智慧善良会在美貌之上，这又是一件不易的事。那晚，如你般婷婷站在那一行的所有华姐们，也一定是知晓了这个道理，走下舞台的你们在各自的领域依然学习继续馥郁盛开。

天地有大美而不言，每一天的努力便是在大自然里做功课，自会有生活。

最后叮咛一句，有人说，美丽是美丽的通行证，但同样，美丽也会让你比别人受到更多的挑剔、误会。

是啊，美丽的女孩子会被打上标签，所以一定要更坚强，比别人努力十倍才会得到肯定。

沈星

（凤凰卫视主持人，中华小姐环球大赛司仪）

「窦文涛寄语」

十年选出了九个华姐冠军，橙子是第一个让这段经历出书的。我是每一届的主持人，这事是我每年的一个大活儿。在台上她们努力得冠军，我努力娱乐观众，其实是同台异梦，倒也能丝丝入扣，甚至有时灵机一动妙趣横生。佳丽求我嘴下留情，观众说我辣手摧花，可有谁相信：应对间一段机锋，便胜却人间无数？以此为贺。

窦文涛

于2012年10月第十届中华小姐环球大赛总决赛后
(凤凰卫视主持人，中华小姐环球大赛司仪)

「胡一虎寄语」

橙子，这个小美女，改变了我对绝色美女不适合当新闻主播的偏见。经验法则告诉我，化妆时间超过备稿时间者，主播生涯不会太久；另外，用心睁大双眼看着镜头而忘了用心搜索枯肠理解新闻的美女，聚光在她身上不会太久。直到近距离观察她的工作态度，原来，不叫苦、有耐心、虚心问的美女主播，她就是会亮光。

胡一虎

（凤凰卫视主持人，中华小姐环球大赛司仪）

「姜声扬寄语」

常说“机会是留给有准备的人”，但成功呢？对“橙”子而言，她今天的“成”功或许源自于她的真“诚”。

本人有幸主持多届由凤凰卫视主办的中华小姐环球大赛海外地区决赛，近距离欣赏多位来自美国洛杉矶、德国法兰克福、澳洲悉尼、新西兰奥克兰、马来西亚吉隆坡等地美丽智慧兼具的华人佳丽。不过，总决赛只主持过一届，时间——2006，就是橙子勇夺冠军的那一年。自序中，橙子提到戴上皇冠后接受采访时，脑海中只有一个问号——“怎么会是我？”老实说，不知道当时其他几位主持人怎么想，但当年在我脑海里，在纸花纷飞人潮汹涌镁光灯不间断闪烁的总决赛舞台上，我也只有一个问号——“怎么会是她？”

《美丽橙长》并非一本选美秘籍，书中没有胜选的快捷方式，没有击败对手凸显自己的tips，更没有赢得评委青睐的绝招，字里行间只有橙子在面对选美、入围夺冠、进修工作、待人处事、逆流困境时所展现出的真诚。

“怎么会是她？”这个问题，多年后与她有幸共事后才得到解答，而事实证明冠军非她莫属：她的真诚不仅令她赢得选美，更让她赢得人生。

姜声扬

（凤凰卫视主持人，中华小姐环球大赛司仪）

「尉迟琳嘉寄语」

为她写下这些文字，因为，她是我的第一次。@-@

对，她夺冠那次，是我主持华姐的第一次。嘿！哥们儿！别想歪了！

当然，想歪了也不怪您，尉迟我看上去的确不太正经。

但中华小姐环球大赛，是凤凰极为重视、最为隆重的一件正经活动。小哥儿我来凤凰不到一年混上了总决赛的司仪，您说我得多正经地准备吧。

就是因为太正经地准备，从极紧到极松，完了事儿我基本什么都不记得了。

我记得冠军脖子很长，对于我不具备的东西我总是格外重视；我记得冠军叫黄橙子，按台湾习惯的叫法，她叫黄柳丁。

我记得宣布的时候我们四个老爷们扯着嗓子一起喊她的名，破锣一样；我还记得的，是从初赛开始到最后，她不是最具特点的，但她是最稳定，犯错最少的；最后记得的，那年我本命年，24岁，台上的佳丽有一半比我年纪还大。

后来，听说她到了香港读书，再后来，便成了我的同事，娱乐主播。

在凤凰保持了N年岁数最小的男主持，突然来了小屁孩，我终于可以装老师了，指手画脚，云里雾里，九阴真经，胡说八道。

居然，她每次都瞪着大眼睛说，谢谢尉迟老师教我这么多……

甚至有次到了武汉，还接到了橙子她爸老橙子的电话，说要请我吃个饭，表示对橙子帮助的帮助。

俺没敢去，万一给我扔长江喂乌龟了呢？社会很复杂的。

没错，社会很复杂，我就开始回忆，当初我刚来上班的时候，我躬身感谢的那些“点拨”过我的“老师”，究竟安的是什么心。

后来，黄橙子去主持凤凰气象站，我还是可以做老师，因为我也干过气象先生。

再后来，“大橘子”（我一般这样叫她）成为了新闻主播，我再也不能装老师了，我不会播新闻。但新闻和评论，正是观众钟情凤凰的核心所在，她，已经成为凤凰核武器的元件之一了。

恭喜你，橙子！

其实就像蔡澜先生在今年决赛时候说的那样，每一个中华小姐，在她获胜的时候，其实没那么美丽，过几年再看，就好很多了。

没错，漂亮，是这些女孩胜利的原因，胜利之后，她们都会踏上寻找美丽的征程，用汗水和智慧，完善自己，修饰自己，让美，伴己一生。

最后，大橘子，其实我还记得你比赛那年的主题：“天生冰雪质，知性美人生”，这就是我，认识的你。

尉迟琳嘉

2012年11月3日凌晨于HK

（凤凰卫视主持人，中华小姐环球大赛司仪）

定格记忆

（自序）

收拾散佚，结集成册，对于我来说，的确是一件快乐无比的暖心事。我的初衷并不是出版自传，甚至奢望读者从中有所收获，而是将我19岁后的一段历程，以及有关凤凰卫视“中华小姐环球大赛”的参赛见闻与心得重新整理，给自己一个留念，也在大赛十周年之际，献给“中华小姐环球大赛”组委会，感念他们年复一年的辛劳和给予我的恩泽。

人的记忆是乏力的。我曾以为那些正在经历着的，或让我魂牵梦绕、刻骨铭心的人和事，能够深刻得一辈子也忘不掉，不料却发现时间一年一年地过去，除了某些特定的时间坐标能让我再次心跳之外，其他时刻，记忆总是被忙碌、平淡的日子磨得失去了轮廓和棱角，变得不再清晰甚至出现偏差。面对人生如此重要的转折和里程碑，我告诉自己，在时间稍纵即逝之际，必须将其定格成白纸黑字，然后书一合，确定它再也不会离我而去了，这才敢安然迎接新的人生旅程。

2006年的华姐赛程中，我曾在博客里写过很多日记，原以为仅将它们摘录出来，便已足够合集，于是轻轻松松做了一顿复制、粘贴的工作。之后发现，由于当时闲暇甚少，我的记录大多仅限于心理上的感受，对于赛程的描写，就像前面所说，以为那些每天经历的事情不会忘，便没有详细记录，而

几年过去，重读当初的日记，才可笑地发现，我甚至想不起来那些感悟，究竟源于具体的哪件事、哪些人。这让我很受打击。好像一个我自以为念念不忘的人，有一天突然遇见，竟然连他的名字都记不清。由此我决定，重新翻出旧相片、旧录像、旧文字，从头到尾梳理一遍。

回忆的过程是煎熬的，尤其在部分“失忆”的情况下。回忆本身又是美好的，时常让我陷入无从进入，一旦进入又不舍离开的境地。同时我也继续着学业和工作，过去的绚烂和眼前的平淡忙碌，难免让人疲于交替。其实，我能用作静心回忆的时间并不多。

当我按照赛程顺序一点一点填补过来，才发现，若光靠当初日记，真的是挂一漏万。有些情绪，只有抽离当时的自己，才体会得更清晰，比如夺冠后，也许由于年龄尚不成熟，对突如其来的消息一时有点担不住，只是反复自问“怎么会是我”，以此谢幕，继而接受采访、开始赛后工作。现在回头看，才苦笑自己当时的迷茫，也看到自己一步步走出压力、走向自信。而我对于华姐的选拔标准，也有了更深的体会，近似于“简单爱美，纯粹选美”。有些想法，是在经过几年的成长之后，才变得更加笃定，比如赛程中面对隐隐约约的钩心斗角，我本能地选择躲避。一开始还担心自己会被孤立，可越往后走越发现，少一些猜疑和妒忌的世界，才可能日月同辉。

从2006年获得冠军开始，每年金秋十月，都变成让我一再心跳的时间坐标，不管身在哪里，哪怕没电视、没网络的情况下，我也要跑到酒店开间房，争取不错过任何一年的总决赛。我不希望突然有一天，当我翻看日历，恍然发现，一不留神已溜进了11月。好在每进入到下半年，便会有一些女孩叫着“橙子姐”来向我取经，问我比赛的注意事项或心得之类，提醒我“又开始了”。人就是这样，当积累了一定的经验之后，便忍不住总想分享给他人，所以一转念，我决定冒着“枪林弹雨”、“口水饭渣”，把所整理的稿子出版出来。也许有人会问，冠军为什么是我而不是别的女孩？我想，这个问题只有组委会和评委才有资格回答，我没有能力去分析和阐述。我只能将自己的经历、经验和当时的心态描述出来，让对凤凰卫视和对“中华小姐环球大赛”感兴趣的朋友，能有一本“参考资料”，抑或“反面教材”，各取

所需。

另一个更为严肃、诚挚的原因，当然是感恩。参赛的时候从未想到时间会过得这么快，相信组委会的老师们也会忍不住感慨：十年一瞬间！比赛时和老师们的聊天，他们说赛后跟很多选手都变成经常联系的朋友，我当时半信半疑，低估了赛事的凝聚力。直到自己一路走过来，才发觉比赛之后，我的生活再也没有和这个群体分离开。每每和老师们的吃饭、聊天，看着他们对往届选手从未改变的爱护与自豪，都庆幸自己多么幸运。我总在思考还能够再为比赛做些什么，可卸任冠军的时间越久，能做的事便越少，只能在偶尔需要我们参与拍摄的时候，竭尽全力让自己更美、更知性。我不乐意与其他女孩比较什么，只希望自己站出来时，对得住“华姐冠军”的名号，对得起老师们的肯定。左思右想，用这本书来答谢凤凰卫视、答谢“中华小姐环球大赛”组委会，也变成我用心、耗时完成它的最大动力。

书里主要记录我亲身经历的2006年赛程，伴随一些对选美的分析与感悟，也有我赛后从完成学业到进入凤凰卫视的点滴回忆。我相信十年甚至五年之后再回头翻看，一定会笑自己如今的浅薄与轻率，但十年后的我，又如何体会得到19岁时年轻的躁动呢？所以这本书里的内容不管早写、晚写都各有利弊。我选择趁记忆还有热度的时候，尽早动工。

我不是作家，没有优美的文字，甚至由于频繁接触简短的新闻报道，连叙述故事的态度，也变得平淡、冷静。正如聊天一般，我只想将我的经历和感受，认真地说给你听。