



六角丛刊  
LIUJIAO SERIES



榜样是一种力量

■ 榜样·集结号 ■

# 我是明星 我是**范儿**

把自己变成偶像

英涛 著

光明日报出版社

# 我是明星 我是范儿

////// 英 涛◎著 ///////////////



光明日报出版社

## 图书在版编目 ( CIP ) 数据

我是明星 我是范儿 / 英涛著. --北京:光明日报出版社, 2011.5 (2011.7重印)  
ISBN 978-7-5112-1084-5

I. ①我… II. ①英… III. ①散文集—中国—当代 IV. ①I267

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2011) 第 057245 号

---

## 我是明星 我是范儿

---

著者: 英涛

---

出版人: 朱庆

责任编辑: 温梦 靳鹤琼

封面设计: Zhou 周设计局

责任校对: 刘瑾

责任印制: 曹诤

---

出版发行: 光明日报出版社

地 址: 北京市东城区珠市口东大街5号, 100062

电 话: 010-67078249 (咨询), 67078945 (发行), 67078235 (邮购)

传 真: 010-67078227, 67078233, 67078255

网 址: <http://book.gmw.cn>

E-mail: [gmcbs@gmw.cn](mailto:gmcbs@gmw.cn)

法律顾问: 北京市华沛德律师事务所张永福律师

---

印 刷: 三河市兴达印务有限公司

装 订: 三河市兴达印务有限公司

本书如有破损、缺页、装订错误, 请与本社发行部联系调换。

---

开 本: 787×1092mm 1/32

字 数: 100千字

印 张: 7

版 次: 2011年7月第2版

印 次: 2011年7月第1次印刷

印 数: 15, 001-20, 000册

书 号: ISBN 978-7-5112-1084-5

---

定 价: 8.00元

版权所有 翻印必究

# 序

## 榜样的力量

---

英 涛

本书的作者英涛擅长写蕴涵哲理的美文，他们的作品经常被《读者》、《意林》、《青年文摘》等国内外之知名的刊物转载。不管是纷繁的人生，还是温暖的亲情、动人的爱情，都能以自己独有的灵性或写得见解深刻，或写得朴实无华，却都能够让读者过目难忘，并且有所启迪。

可就在作者写文章做自由撰稿人的第十个年头，却忽然不安，担心这样写下去，是否真的还有前途，所写的作品还真的是否有人会喜欢。但就在前几天，在看一档电视节目的时候，主持人采访几位已经成功的人士，问他们在人生最困惑，最看不到人生希望的时候，他们做些什么？这些成功人士同时提到自己去看一些励志类的书籍，从别人的成功之路上借鉴力量。

看到这里，作者忽然之间感觉到自己的创作还是有用的，自己写的励志哲理类文章，还是有用的。虽然这

一篇篇的短文也许只是给人一时的力量，却能够像一根火柴一样，刹那间点亮人们前进的方向。

书中的这些人物在自己的人生当中，都有这样那样的挫折，都有这样那样的故事，作者取其一点，就为了尽可能地告诉读者，每一个人的人生都不是一帆风顺的，都有过迷茫、困惑，但成功者总是能够通过自身的努力来克服这一切。

全书可以看出作者从读者的角度出发，力求做到使每一位读者都能够通过这些人生哲理故事，吸取到各种各样的人生经验。特别是青少年读者，更能够从这些榜样之中得到借鉴与帮助，从而使得自己的人生之路走得更快、更稳、更好！

本书作者博客：[blog.sina.com.cn/u/1455895530](http://blog.sina.com.cn/u/1455895530)（英涛男生）

本书作者博客：[blog.sina.com.cn/cymm2008](http://blog.sina.com.cn/cymm2008)（英涛女生）

## 2 有一种力量叫做爱



那双眼睛如此明亮·····042

爱的刻度·····045

悠长的鸟鸣·····049

50个布娃娃·····052

寒夜中的守候·····055

夹层里的爱·····058

45张洒金笺·····062

父亲的陀螺·····066

妈妈的红指甲·····071

## 3 成功往往是坚持出来的



永远不能放弃·····076

一脚踹出来的钢琴家·····080

总有一项是胜过别人的·····	084
最后的武士·····	088
致命的坚持·····	092
有一种成功叫做“等”·····	096

## 4 珍惜你身边的每一次机会



24小时创造的奇迹·····	102
三天的机会·····	106
十秒钟的机会·····	109
18秒决定你的人生·····	113
何不多放几个钩子·····	117
厕所淘金的有心人·····	121
相信奇迹·····	125
成功凭的不只是胆大·····	129
两个字的机会·····	133
只要动一下·····	136

## 5 用挫折磨炼自己



- 失败才是真正的资本.....140
- 挫折是一扇门.....144
- 你不是乔丹.....148
- 绝望中的希望.....152
- 这是老天要我休息一下.....156
- 敢把总统拉下马的女人.....161
- 不想当厨子的司机不是好裁缝.....166
- 玉和石头.....169
- 你知道有谁和你争角色.....173

## 6 自信的力量



- 奖给自己一瓶沐浴露.....178
- 笑对一切.....182



去告诉不相信你的人：你行·····	186
等待自己的成熟·····	190
拒绝不了的勇气·····	194
没有一棵小草不是花朵·····	198
不要为打翻了的牛奶哭泣·····	202
我要面对阳光·····	206
打好你自己的球·····	210



---

## 目标是我们走向成功的动力

---

每一个人都有自己的梦想，都希望能够实现它，所以罗曼·罗兰说：“人生最可怕的敌人，就是没有明确的目标。”目标就是我们内心深处一直渴望实现的理想，目标就是我们走向成功的动因，所以只要相信自己内心深处那一道美丽的希望仍在，你就应一直向前走下去，并且实现它。

来导，他们就再不追加投资。吴宇森成了一个闲人。一年、两年，直到第三年，才有一部叫《笑匠》的影片找到了吴宇森，让他拍，谁知道最后的结果又是血本无归，再次成为票房毒药。

看来在台湾是待不下去了，吴宇森回到了香港。这时候，徐克的电影工作室却向吴宇森伸出了橄榄枝。可惜，吴宇森却仍旧没有走出票房毒药的阴影，他感觉到自己有点害怕导戏了，只要自己一站在摄像机的面前，就感觉头重足轻，头冒虚汗。好在站在他身后的徐克总鼓励他说，没事，你放心地导，我就站在你身边看着呢。

有徐克站在自己的身后，吴宇森感觉到自己的确放松了许多。一天，吴宇森笑着对站在自己身后的徐克说：“有你这尊神站在我的后面，我拍什么都有了底气！”谁知道徐克却对他说：“我算什么神，一个真正能够掌握自己命运的人才是神！”吴宇森呆了，他忽然之间想起张彻导演曾经说过的那句话，他终于有点明白自己这些年屡拍屡败的原因了。所以当《英雄本色》的剧本放到吴宇森的手里，徐克问他有没有



信心拍好的时候，吴宇森坚定地说：“你就看我的吧。”

在《英雄本色》这部影片里，吴宇森同样起用当时失意影坛，也被称为票房毒药的周润发，并且借助周润发所演的小马哥在影片中喊出：“你没有欠我什么，我从来不会逼朋友做他不愿做的事，我有我自己的原则，我不想一辈子被人踩在脚下，我等了三年，就是要等一个机会，我要争一口气，不是证明我了不起，我是要告诉大家，我曾经失去的我一定要拿回来！”还有“你信不信神？我信，我就是神！神也是人，能够掌握自己命运的就是神！这就是神与人的区别！”

这些留在影迷心底，耳熟能详的经典台词，其实就是吴宇森从心灵深处发出的属于自己的心声。

后来，《英雄本色》成为吴宇森的人生转折点，也成为香港电影史上的一座丰碑。吴宇森正是凭着《英雄本色》的咸鱼翻身，开始走进好莱坞，走向世界，并且最终成为世界所承认的一代著名导演。



## 把梦想变甜

还在读小学的时候，张德荣就有一种特殊的癖好——吃花。不知为什么，只要一闻到花的气息，他的脚就会走不动，就忍不住要摘下来品尝，因此他被同伴们讥笑为“花痴”。可他就是怎么也改不了这个天性，直到读大学，仍然“我痴故我在”。有一次在南山公园，闻到含笑花的气味特别香，他一口气吃下好多含笑花，结果中毒住进了医院，差点把小命送



了。医生告诉他，不是所有的花都能吃的。为此，他大学毕业后就用业余时间来进修医学专业，研究花卉的食用。他对花的敏感已经达到闻到香味就能辨别是什么花的地步。

1989年，看到《中国花卉盆景》杂志举办征文大赛，张德荣就花了几个月的时间来研究整理，把自己多年吃花的心得写成一篇叫做《花卉大餐》的论文投了过去。满以为凭自己独特的思维，严谨的论证，这篇论文能得一等奖的张德荣，却在不久之后收到原封不动退回来的论文。他心里很不服气，觉得论文中的设想是可以实现的，于是在1992年，他借了十多万元，在重庆的一条街上开了一家能放9张桌子的小店“花卉大餐”，专门做能吃的鲜花。

可直到真正开始做了，张德荣才知道自己是多么不现实，自己一不懂餐饮，二不懂管理，三不会烹饪。不错，从理论上讲，鲜花多具有美容养颜保健等作用，但是做出来的味道却不如想象中的好。他四处找厨师，这才吃惊地发现在全国范围都找不到会做花卉餐的厨师。没办法，30岁的他只有亲自上阵，一样

一样地尝试什么花可以吃，有没有毒，怎么做才好吃。可惜他95%的尝试都失败了，那些本来娇艳动人的鲜花，只要一经过80度的高温烹饪，就会脱色、变形、变味，不但样子不好看了，味道也从原来的清甜变得非常难吃。折腾不少时间，店里只有几道少得可怜的菜。而顾客也是看新鲜的多，愿意吃的少。70%的客人一进店都要很担心地问：“这些花能吃吗？会不会中毒？”哪怕最后有几个大胆的坐下来吃了，吃几口后也要大拍桌子说：“啥子东西嘛，好难吃！”最后连免费品尝都没人愿意吃。

这样惨淡地经营了两年，每年都亏损十来万。原来就笑话张德荣异想天开的人，笑得更欢了。背着沉重的债务，面对着茫茫的前途，张德荣心里的压力重如泰山，他每天饭也吃不下，觉也睡不着。一个爱花的男人，心里该有着多么浪漫的梦想，他也坚信自己的“花卉大餐”之梦有着人无我有的特色，可是现实的困境却让他坚持不下去了。他决定到全国各地的餐馆去打工，除了挣钱慢慢还债，同时也锻炼自己的厨艺，钻研花卉的药膳功能和烹制方法。

在一起调味之后，就可以做成鲜美无比的蒲公英包子；比如清甜的菊花，裹上一层加了调味料的面糊，再挂一层鸡蛋清之后下锅油炸，菊花的淡淡清香沁入面糊里，不但有着面包的口感，而且不变形不变色，仍旧一朵一朵楚楚动人。

6年的流浪，6年的磨砺，张德荣终于学成一身绝技回到了重庆。他再次想尽办法借了钱，在重庆市中心重新开了一家更大的，摆得下20张餐桌的“花卉大餐”。在推出各种新奇可口的花卉菜品的同时，他还向顾客宣传吃各种花卉的好处，让顾客知道哪些花能吃，哪些花不能吃，哪些花吃了能变漂亮，哪些花吃了能止痛、补血，哪些花吃了能减肥、丰胸……打消了顾客的疑虑，花菜的味道又确实很不错，张德荣的“花卉大餐”苦尽甘来，终于开始一炮而红了。

现在到“花卉大餐”，已不仅仅是味觉的享受。张德荣说吃花是件美丽的事，所以他的服务员都是美女，而且一身古装“花仙子”打扮，上菜的时候霓裳飘飘，几个柔美曼妙的舞蹈动作，菜就美妙地出现在你的面前，而且“花仙子”们还会细心为你介绍各种





花卉的食用知识。厨房也变成全开放式，各位帅哥厨师身着古装八大门派侠客服装，在音乐中边跳舞边炒菜，见了顾客还拱手作揖喊声“客官好！”而餐厅也置身于2800平方米的大温室里，四季植物共处一室，空气比在大自然中还要好。

现在的“花卉大餐”已是“国际餐饮名店”，不提前几天订是排不上队的。18年来他们已经原创上万道菜，每天营业额6万元以上，并且在国内开了很多连锁店。一个有着“怪癖”的“花痴”的梦想竟然成真了，许多渴望成功的年轻人都很想知道张德荣的秘诀是什么。

张德荣说，在我拜别昆明的那位老师傅时，他曾意味深长地说，“野花野菜大多是苦的，要让它们甜起来，就可以通过调味去改变，或者通过一些巧妙的烹饪方法使野花野菜的形色不变却芳香四溢……”。而我们追求的梦想之路，也一样常常是苦的，但只要我们有坚定的信念坚持走下去，我们就一定能想到办法，把梦想变甜。