

银幕外的“埃及艳后”

——美国好莱坞巨星伊丽莎白·泰勒自传

伊丽莎白·泰勒 著



中国文联出版社

银幕外的“埃及艳后”

——美国好莱坞巨星伊丽莎白·泰勒——

伊丽莎白·泰勒 著 李 译



中国文联出版公司



BERKLEY BOOKS, NEW YORK

1988 . 12

银幕外的“埃及艳后”

〔美〕伊丽莎白·泰勒 著

*

中国文联出版公司出版、发行

（北京农展馆南里10号）

顺义县板桥印刷厂印刷

新华书店总店北京发行所经销

*

787×960毫米 32开本 4.25印张 64千字

1992年2月第1版 1992年2月北京第1次印刷

印数：1—8000册

*

ISBN 7-5059-1573-8/I·1069 定价：2.55元

序

我就是伊丽莎白·泰勒。50多年来，在美国公众目光紧紧的跟随中，我的童年、少女、少妇、妻子、母亲等各种身份都随着岁月的流逝而消失了。如今，在公共场合，我已经是祖母了。我不会用一种灿烂、瑰丽的语言来描绘我的生涯，因为新闻界以前就曾经用同样风格的语言误传我已经病重身亡，所以对我来说，在这里玩一些文字游戏是毫无必要的。

无论是青春年少，还是风烛残年；无论是楚楚动人的风姿，还是臃肿之躯，只有上帝知道我无法摆脱自己的形象。无论我对自己粗大的腰身苦笑自嘲——这种形象对一个五十多岁的祖母来说也许

还不坏——还是一厢情愿地躲避任何镜子，这一切都无济于事，因为从很小的时候，我的形象便通过报纸、杂志、银幕反馈到我的眼前。

好莱坞现在有一种危险的倾向，这种倾向常常和“肖像”和“自我模式”这两个概念混为一谈，你的形象和你的自我感觉常常是相左的。“肖像”是指外在的形象，而“自我模式”则是指向内心世界的。我们都知道魁梧或大腹便便的人常常有非常协调的感情生活和良好的自我感觉，而在好莱坞，那些漂亮但却消瘦的女人却泛滥成灾，她们的内心生活并不充实，缺少一种洁身自好的品德。

我是非常幸运的，从很小起我就知道必须把自己的商业形象和洁身自好的内在品德严格地区分开来。我9岁时便能在摄像机的镜头前表演自如，如果说这50年来我一直在创造幻觉，为无所不在的观众和影迷效劳，那么可以说我已经硕果累累，尽管现代的电讯网使全世界都能注视到我的生活，我仍然是为自己活着，并对我的影迷负应有的责任，因为我能或多或少地影响和左右他们的生活。除了他们之外，对别人我总是我行我素，有些时候我的这种态度引起了公众的震惊，但我相信他们终将会理解我，尊重我。

朋友、家庭和自己的崇拜者往往会构成一种特别的外部世界，保护着自我感觉良好的明星，但是

归根结底，自我设计的模式将是人类个性演进的核心，每个女人都知道她对自己外貌的自信取决于时代风尚和特定的审美情调，每个女人都知道自我模式和洁身自好密不可分，孤立起来看便毫无意义。从我成为女明星的第一天起，我母亲便给我上了这一课。

电影《倾国之色》中有这样一个情节：维尔维特（译注：女主角，由泰勒扮演）抽彩中奖，得了一匹马，马的前任主人告诫说：“这马不过是一个绣花枕头，它不能干活。”而维尔维特则反驳道：“你难道不认为美丽是一种掩盖一切缺陷的优点，而它本身就是一件杰作吗？”

“不，”我母亲看完电影后尖锐地指出。“不，绝不。”除非这种美丽有更深层的含义，那就是充实的生活、丰富的人生意义以及对自己工作所具有的荣誉感。

我母亲一直坚持她的观点，很多女人都知道相貌是她们成功的关键。在我们这个社会，苗条就是美，体重的增加无论就精神还是形象而言，对人们都是一记沉重的打击，而减肥则使人获得新生。

每个妇女都知道当她情绪高涨时，节食简直易如反掌，尽管我对食物有着特别强烈的渴望，但我一旦全身心地投入工作和生活，那诱惑对我的肠胃来说就非常微弱了。当我为我的影迷而奔波，劳累

了一天之后，晚上便很快进入梦乡，不会想到巧克力那诱人的香味。事实上，如果我真的如醉如痴地投入到拍摄过程中，我常常忘了吃午饭，我相信精美的食物在无价的艺术面前，是灰色的，没有魅力的。

在我步入 50 岁时，体重的增加象巨大的黑影一样，使我的自我感觉降到了最低点。当我最后鼓足勇气准备对付自己的身体时，我被迫承认荣誉感的消失是体重增加的首要原因，我没法抱怨，岁月将会使你对自己臃肿的体型习以为常，事实上有的时候，我真变得习以为常了。

洁身自好是我真正的危机

当然，我知道保持自己的形象是我日常工作的一部分，但那时我想对相貌最好还是听之任之，所以，几年以前，我的感情生活失去了平衡，发胖使我的形象以及在观众脑海里的美好印象彻底地破碎了。这是一个危险的周期，大量的食物堆积在我面前，仿佛除此之外，我一生中不会再需要别的什么东西。但真正感到饥饿的是我洁身自好的品德，即使全世界所有的食物都给我吃，也不能弥补我的信念的迷失。事实上，我日渐肥胖的腰身不停地向我暗示着危险的信号。那时，我想方设法弥补自己心

灵的创伤，甚至借酒消愁，渐渐地，吃喝成了唯一能安慰我的伙伴。通常，早晨刚刚起来时，我闪过的第一个念头就是：“应该吃些什么？”早餐以后，我便急不可耐地等着午饭，又以同样的心情等待晚饭。其余的时间我便不停地吃。对我来说，“零食”决非指那些小吃小喝，而是大吃大喝的盛宴。

我这里必须指出，这本书仅仅是写了我的众多恶习之一——大吃大喝。我曾想尽一切方法改掉纵酒和吸毒的恶习，这需要在另一本书里描写。

最近，我的朋友们告诉我，看见我狼吞虎咽，他们简直目瞪口呆。最糟的是，我当时还不以为然地耸耸肩。我想，如果每个人的午餐和吃相都被人给偷拍成电影，节食将成为每个人的动机。每个人都能从电影中获得自己发胖的第一手资料，这样我的自传电影《胖是吹起来的》便不会象现在这样传遍世界。可是，上帝会知道，报纸特地为我的发胖开辟了专栏，天天报道。60年代，伯顿的浪漫风流故事和白宫大人物的庄严肃穆的照片常常在报纸上争夺地盘。有一天，在同一版面，头版是我和理查德·伯顿在海滩的合影，下面是肯尼迪总统在白宫的侧影，我就是这样被报界用一种奇特的尺度测量着。

几年后，那时我还不是处于舆论旋涡的中心，对于报纸和新闻界对我喋喋不休的报导，我有一种

既恨且爱的情绪。我想这一切真是太戏剧化了，色调太强烈了。尽管那时，我想对一切持一种冷静的“灰色”态度，灰色是很有魅力的颜色，既压抑又决不古板。我和美国公众一样，都不相信我的所作所为。我的一切，好与坏，都被舆论渲染到了极点。

上帝知道，我发胖，减肥，又发胖这一循环怎么会象最高法院的案例一样引人注目。很多人支持我，对此我很感激，但我认为对我体重的关心有些过头了。一天晚上，我从一个答谢宴会上回家，打开电视，想看看晚间新闻，劈头一条就是我以前的风姿和现在的肿胀的照片，这种对比之后，才是苏美首脑会谈，洪水和华尔街的丑闻。把我放在国际大事、自然灾害和国内丑闻之前，是非常不合情理的荒唐事。

不幸的是，那时我的体重已经登峰造极，达到180磅，我对舆论界的荒谬感及我洁身自好的品德都随着体重的增加而消失。一切都埋葬在这种病态的肥胖症里，一切都消失在当时我内心深深的创伤之中。尽管报界所说大部属实，但我认为用于取悦于观众的轶闻和严肃的新闻报导是两码事，对我的报道，我认为超过了应有的界线和分寸。

开始，我并不留意自己的形象，让上帝和世界大饱眼福去吧，我才不管呢！这是我当时的态度，为了对付舆论界的压力，我索性吃得更多，来表示

另一种内在的反抗。我的失败，我的恶习，一切都摆在那里，看好了。没想到美国的喜剧演员和幽默大师们却找到了他们的素材，当我在自我毁灭之时，我整个身心都趋于破碎，尽管我当时的行为很荒谬，但决不象人们所想的那样，不可救药，日渐沉沦。事实上，我清楚地意识到当时我做的每一件事。当然，当你是一个众所周知的人物，而此时你又在自行毁灭，别人便顺理成章地认为你失去了自制力，而不会认为你是有意赌气才做的。但上帝作证，当时我所干的一切，我是再明白不过了。

即使在我最坏的时候，
我也能真实地面对自己

我一向很真诚，并常常以最低的姿态了解每一件事。我永远不想寻找什么借口。我的座右铭是：永远真实地面对自己，不管别人怎么看。很多人没能真实地、全面地了解我的生活，他们所了解的是报界塞给他们的结论，而结论常常带有感情偏向。即使处于最恶劣的精神状态，我也敢真实地面对自己，即使在那时，洁身自好和自我模式仍然通过各种方式残存于我的天性之中。现在我又恢复了当年楚楚风姿，我将珍惜这个形象。

这段时间，我象处于更年期一样烦躁不安，很

多妇女到了失去自信心的关口也有着与我一样的情绪。而我正是在不惑之年，突然失去了良好的自我感觉。当时，我的丈夫约翰已经被选为美国国会议员，我第一次感到成为自己丈夫的累赘，象许多显要人物的妻子一样，我在家庭里成了无所事事的主妇。也许我在美国公众心中的形象仍然清晰，但我自己却不再认识自己，迷失了方向。

关于我的减肥，其成功是个奇迹，它扭转了我的生活。除了在某种特定时期，我的感情生活变成一片空白，吃喝的渴望使我在厨房里进进出出。我一直能坚持自己生活的正确航向。作到这一点并不容易，因为心灵的创伤使你摇晃不定，无法把握自己，但那时我坚信能通过自己的力量扭转自己。我相信你也能，脆弱的伊丽莎白·泰勒作到了，你也能，完全可能，但同样会困难重重。很长时间的自我封闭和自我保护使我不敢面对自己。当然，如果你不直面自己的缺陷，你就不会成功。

也许是外部世界造成的无法控制的动力迫使我写这本书，因为又有数以百计的文章铺天盖地而来，又有很多妇女恳求得到我的帮助。每个人都面临着压力，比如计划中你每天只能吃三顿适量的食物，但为朋友准备的丰盛宴会却是难以抵挡的，当然这些压力并非是不可控制的，对于我来说，这些都不成问题，当我去掉了多余的体重而焕然一新

时，我真正地感觉到了自我模式和洁身自好的重要。

对我的一举一动，公众都倾注了巨大的兴趣，同时我也非常自豪。1982年，我180磅有余，而今天早晨，我只有121磅，减肥是我一生中最巨大的成功之一。我这里所发生的一切都是在你们的目光注视下完成的，而我也将尽力保持自己的体重，这本书不可能，也不会许诺使你们有更细的腰围，我只是给你们观察自己的生活提供一个参照，成功之路靠你自己去走，我只是一名导游者。

减肥，这是一桩重新塑造自我的工作，它决不是指挨饿和不进食，有限度地节食和保持住体形决不是指饿得头昏眼花。过份的苗条和过份的肥胖一样危险，很多妇女都深深地相信那句古老的格言：“别在体形上走极端。”你和我都应当相信这句格言。

这些天我又找到了适合自己骨架的体重，我对自己现在的形象已经整整渴望了3年。我仅仅是脆弱的人类的一员，但我却改掉了以前大吃大喝的恶习。我相信很多妇女在过度的感情重负下，感到孤独和急躁，甚至一头埋在工作里。几年前，我的健康情况变坏，人们把我送进医院，让我静静躺着，当时我的牙齿、背部、大腿、脖子都在隐隐作痛，可最要命的是我总想起“热狗”，最好还有大块

的冰淇淋。而今天，我的体重发生了翻天覆地的变化，我的体重已经“收支平衡”，最多只增加 5 磅，而不会象以前那样 50 磅地增加。的确，在过去的几年中，我已经受过最痛苦的考验，并看到了自己的弱点。值得庆幸的是，今天，不管在什么场合，我都能有效地控制自己。

有些人说，对于年过半百的老妇人来说，减肥不仅不能奏效，而且还可能处理不好家庭关系。非常庆幸，减肥使我焕然一新，而且我没有变成一个让人无法捉摸的更年期妇女；同时也非常遗憾，我的同辈常常把减肥理解成骨瘦如柴，她们颧骨突出，如同骷髅一样。我百思不得其解，为什么舆论界鼓励妇女去建立一种骨瘦如柴的自我体形模式。有段时间，我的体重轻如鸿毛，因为我一工作，常常忘了吃东西，于是体重下跌，于是我得赶快长胖，这同样也是一种本领。

今天，我对自己的生活有着一种真诚的满足，同时，我也想帮助那些和我有同样苦恼的人，也许我的经历会给她们一些提示。很多年来，我一直习惯于在银屏里创造云里雾里的幻觉，而今天，我要在这本书里原原本本、毫无保留地将我展示在你面前。

这本书决不是一般地描述我的肥胖和减肥，它将告诉你我是怎样从无节制的吃喝中解脱出来，它

将使你了解银幕之外的我，它将提醒你怎样保持一种节制的生活。

我不想以医生或心理学家自居，我和你们一样，在肥胖症中受尽折磨，我知道这种心灵的伤口的尺寸。我知道，一次打击可能使你一辈子无法解脱，如果这本书能为你提供一种动力，使你成为自己的主人，那么我的目的便实现了。



责任编辑：刁小林
封面设计：史 果



ISBN 7-5059-1573-8
定 价：2.55元

K837.137

5044

目 录

序	(1)
第一章	(1)
第二章	(23)
第三章	(43)
第四章	(83)
第五章	(96)
赘 语	(110)