

# 如果 信梦想 +“自我疗伤法”

## 疼痛袭来时

**记者:**但真正在这个过程中,肉体的感受是非常难受的,真正经历了之后,你怎么还能这么乐观?

**高凌风:**这个问得很好,它牵涉到一个关键:其实这个病我不怕,但我怕痛,因为痛会让人丧志。本来打算今天怎样、明天怎样,可一碰到它,什么都不想做了。举例来讲,我现在在咳嗽,一直咳,怎么登台呢?连门都走不出去登什么台啊!他们问我,高凌风你11月16号是不是要登台?我讲,只要我不死就来。可我死不死我怎么知道啊!我现在咳嗽,支气管发炎,有痰,可能会转到肺部去,它转到哪里不会跟我报备的啊!这个疱疹来的时候也没有跟我打招呼啊!昨天只是几粒小泡泡,明天就一串,后天我的头就痛得要裂掉,它不跟你客气的!这些病毒趁你免疫系统差的时候,无孔不入!

**记者:**这才是真正残酷的一面。

**高凌风:**它在欺负这个老先生!

**记者:**那老先生怎么办呢?这么难受。

**高凌风:**所以,你的一个问题很重要,如果我希望病好,我必须要保持快乐的情绪。可当病痛来时,我的快乐必然消失,所以,如果我把自己的精神算成100分的话,每天起床时就给自己定50分——疼痛让我不开心,我没办法升到60分及格。我起床后,就开始用正面去加分,例如今早看到阳光,我觉得这是希望;今天到新加坡登台,这是老天给我的使命……我把所有的好事都加到50分上去。可如果今天还有更痛苦的事,我一律不加负分,因为我只要降到49分,病就不会好,我就会垮掉。我的意志力让自己不能变成49分,要有快乐心情才能打赢这一仗。痛怎么办?我只好跟痛相处,把痛当成我生命的一部分。我现在咳嗽,咳下去喉咙很痛,以前我会觉得痛,现在我咳完了就不管那么多,过一下就好了嘛。

## 自娱自乐时

**记者:**医生给你的叮嘱是什么?

**高凌风:**现在没有医生给我什么叮嘱,我不属于任何医生了,我在漂泊,找自己的答案,例如我觉得快乐、梦想可以治疗癌症,我就相信梦想。我相信有4样东西我必须去做,第一要能吃,第二要能睡,第三要能动,第四消化系统要好,这4点我尽量做到,其他的就随缘。

**记者:**休息很重要,但你一直还在工作,真的是用生命去工作吗?

**高凌风:**哈哈,哎呀,我觉得用生命工作还挺不错的,挺有味道的。其实你从另一个角度想想,如果专注一个你热爱的事情时,又可以忘掉病痛又可以实现梦想,应该高兴才对吧。

**记者:**你在新加坡登台演唱,是不是要提前做好很多准备?

**高凌风:**这一方面没有想象的那么困难,观众不要看我弄新的噱头、看我的服装、看我翻跟头,他们可能还是想听一听《一个小故事》《牵不到你的手》、《燃烧吧!火鸟》、《冬天里的一把火》,这些歌对我来讲驾轻就熟嘛。我记得当年邓丽君从日本回台湾,第一次巡演时,我们就希望她唱《何日君再来》,她不是很想唱,我就问她“为什么不想唱”,她说她唱烦了唱腻了。但她不晓得我们听的,你唱过一千次,可我是第一次听。

**记者:**你喝点水。

**高凌风:**不好意思!还有,我要出书,要演讲,这都是我常年做的工作。我说:你们希不希望我站起来讲?希望呢,就把手举起来我看多不多。好,你们希望我站起来讲,我就站起来!但我觉得你们没什么同情心!趣味就出来了……我可以用脱口秀的即兴表演让大家觉得又开心又有趣。

## 痛苦难挨时

**记者:**有没有很痛苦、很难忍耐的时候?

**高凌风:**现在最难过的地方在于免疫系统太差了,我的病痛已经不像以前说的喉咙痛、痛两个礼拜就好了,我现在一痛三四个月都不会好,把肺痛炸掉。还有一个痛苦,没有食欲。人家早上吃个烧饼油条豆浆,我从早餐开始就没胃口,中午吃个卤肉饭来碗牛肉面,我也没胃口,我连基本的快乐都没有了。

**记者:**已经没有味觉了。

**高凌风:**我的味觉已经变成苦的了。你喝的牛奶,到我嘴里变成了墨汁。所以我的体重从76公斤很快地变成了57公斤。后来我去照过胃镜,发现有食道逆流,而且发炎。免疫系统差会生很多不同的病,比如脖子上突然长了一个很大的淋巴结,会压迫神经,头一转动就会痛,很痛苦。同样的道理,我的头部、我的胸部甚至我的腿上我的臀部我的腹部、我全身上下常常都会有些硬块样的东西慢慢长出来,让人有恐惧感。

**记者:**那你怎么面对这种感觉?

**高凌风:**所以如果能有两天快乐、一天快乐,那就真的要好好大笑!时间到底有多久,没有人能预计,所以就好好享受每一天吧!世事多变,人生无常,我们一点办法都没有。我在新书《火鸟》里给生命重新下了一个定义,我认为人是可以不死的,如果你真的曾对这个世界付出爱的话,人们会一直想念你。大家如果在有生之年多付出,世界会跟着日月春秋一直下去。

## 面对亲人时

**记者:**回头想来,你有没有觉得稍许遗憾的地方?

**高凌风:**当然有。我的个性太自由、太主观,往好说是有信心,往坏说是有时没有倾听别人的意见,走了很多冤枉路,冤枉路丰富了生命,可不能让我最亲的人安心地在我身边过日子,常常带给他们精神压力。对我的亲人来讲,我是很不厚道的,我对他们有很深很深的歉意。

**记者:**现在对你而言,有家人陪在身边是最幸福的吧?

**高凌风:**当然啦,我有几个宝。

**记者:**你的孩子们会陪你去电影院,也会第一时间赶到身边陪伴你,你觉得特别欣慰,是吗?

**高凌风:**我和第二个太太文洁的孩子叫葛晓洁,今年25岁,她在我生病时特地从美国回来看我。我觉得够了,因为我对她们的照顾都有欠缺。还有大女儿,我生病时她连夜照顾我,甚至帮我擦屎擦尿。她做的时候我还好奇怪:怎么那么熟悉?她说:“爸爸你忘了,我的女儿都十几岁了。”哎呀我觉得好惭愧!其实一个人到最后,不要去想失去了什么,应该去想拥有了什么,我觉得我是富裕的。

**记者:**你前不久专门到杭州《我不是明星》现场来支持儿子宝弟,他感动到哭,因为你承诺他拿第一就到现场。承诺特别重要对不对?

**高凌风:**承诺就是教育嘛,讲话要算话,这对于男孩来讲很重要。第二,当你站上舞台录节目,这些东西保留起来后对宝弟的一生都会有影响的,以后他在脆弱无助时,看到当年曾跟爸爸一起打拼,会重新点燃希望。

**记者:**你和宝弟的感情一直特别好?

**高凌风:**我也就是一个很正常很平凡的中国人。生命的意义就是这样传承的。

## 回首往事时

**记者:**你身体情况不太好,还要负担前妻和几个孩子的生活,会不会有很大压力?

**高凌风:**这个是必然的,我以前的财务状况起起落落很多次,这次对我来讲不是很严重,孩子们也都懂事了,可以提早去磨练,去为自己的未来打拼。如果我没办法做,他们自然可以独立一点,福祸相依,一旦我这棵大树倒了,对他们来讲未必不是一件好事,我不相信我不在了他们就会凄风苦雨。

**记者:**孩子们会用什么样的方式开导你,或是让你觉得轻松一点?

**高凌风:**我记得当年我父亲得了癌症,大家都说不要告诉他,结果父亲走了后,叔叔到家里来,他说爸爸得了癌症一直怕你们知道,所以一直叫他瞒着我们。我从此知道,其实天下没有什么不知道的事,只是有些说出来有些不说。我曾经讲过,癌症在死亡里算是个不错的病,因为它只是预告死亡,能让人做准备。赤裸裸的人生不见得就美,很多事情点到为止,有一点想象空间,能让人们慢慢怀念你,想想彼此是不是真的关心过对方,这些感受随着时间的消失反而会越来越甜蜜。

**记者:**有报道说前妻在你病床前还在跟你谈论财产分割的问题,你难过吗?

**高凌风:**难不难过不重要,财产问题我有在处理,钱在我口袋,我该怎么处理就怎么处理。我们是两个个体,我没办法要求她,做不成夫妻后是路人还是仇人就无法要求了。

**记者:**很多年前你一度患过抑郁症,是吗?

**高凌风:**1986年,我离开了演艺圈,生意也下滑了,我同时失去了舞台和事业,30多岁人生最得意的时候忽然失掉了所有,我不肯接受,所以得了抑郁症。可是之后我再碰到同样的问题时,病痛就显得比较轻了。所以说一个人会免疫对不对,我想,如果我今后再长一次这样的疱疹,大概不会像现在这么可怕了。

