



张瀛

爱好带我周游世界



人物简介

张瀛 (YingChang)
 著名的华裔美国女作家，
 新闻发言人，旅行家。
 她创作了八本儿童读物和三本烹饪书，
 是雀巢美极和天然草本茶（在美国占有率最高的花茶）
 这两家著名品牌的新闻发言人。
 她是《身体与灵魂》这本关于健康与饮食国际性杂志的美食编辑，
 还是CookingLight、Skd、EatingWell、Self、Men'sHealth和DellciousLiving
 这些杂志的特邀记者。
 她曾被许多家杂志和报纸报道过，也曾被许多大学邀请去演讲过。
 人们从电台，电视台处处都可以看到她的身影。
 如今，她在美国已经成为家喻户晓的人物，
 并有一大批追随者；
 在她所处的这个领域，
 已无可厚非的成为了美食时尚的领袖人物。

张瀛生于武汉，
 获得英语文学学位后她从事过英语教学并担任过中国政府的翻译。
 在美国，她取得了Colorado大学的社会学硕士学位。
 她曾在中、美的高校从事过八年的社会学教学。
www.yingc.com是她现在的主页。

张瀛一家三口

前不久，张瀛一家三口来到武汉，20年前她从华中师范大学毕业后去了美国。时光阔别20载，当初那个青春舞动的年轻女孩，已经成为一位在美国十分有名气的女作家。她与做软件工程师的美国丈夫一道，带着他们12岁的儿子明达，来武汉为她的新书采风。“这里是我的故乡，有我遗落的梦想，我计划写一本关于武汉记忆的书，回来后感觉一切都很亲切，仿佛我要搜寻的思绪一直飘荡在这个城市的每个角落。”

在香格里拉大饭店，我们受邀与她共进晚餐，听她细数关于文字与异国生活的故事片段。她每次回答完我们的问题都会报以一个灿烂的微笑，眼前这个开朗随性、浪漫真我的女子只要提到在武汉的往事就会特别激动，莫名地，整个晚上，我都发觉有种浓浓的乡愁在空气中静静散发。



张瀛与香格里拉大饭店的中餐总厨

兴趣带来意外收获

MASTER LIFE: 什么原因促使你在美国写书？

兴趣吧。那个时候我的先生一年的收入足够全家开支了，我基本上没什么生活负担，写书是件挺悠闲自在的事情，如果生活有压力，我肯定不会选择写书的，因为不知道写出来结果会怎么样，写书需要一种不担心成败的心态。

我年轻时就很喜欢写作，经常在报刊上发表文学作品，而且大学主修英文，后来去美国学社会学，都是比较人文的专业，对写书也很有帮助。

MASTER LIFE: 你现在不光在美国出书，而且还兼职做产品的代言人、做电视节目，现在的状态相对来说会比较浮躁，这种状态是你当初所期待的吗？

中国有句古话叫“无心插柳”，真是这样，我现在一年的版权与代言收入比我在美国做技术的同学高好多倍，这是当初没有想到的。总的来说，我对现在的状态很满意，因为做代言和电视节目可以经常受邀去世界各地体验各种美食，这是我所喜欢的生活。

写书是快乐的，旅行也是快乐的。我很能享受旅行的过程，不带手机，不登陆邮箱，不想被人打扰，不想怎么去挣钱，只想怎么尽情玩乐，其实这与安静在家写书是一样的心境，都是纯粹而投入的。

美国人很喜欢中国饮食文化

MASTER LIFE: 你的每本书都与中国传统有关，而且将许多中国传统美食的制作方法穿插其中，你为什么要把这个作为切入点？

美国人吃东西很简单，讲究方便，相比中国人对饮食文化的理解还处在比较初级的阶段。欧美快餐很风行，但是长期吃快餐会使摄入营养成分太过单一，对身体健康是有害的。我写书或做电视节目一直倡导的都是健康饮食，现在美国很流行素食主义，证明越来越多的人开始意识到健康饮食的重要性了。

我书里面介绍的中国菜，都通过我的理解美国化了，比如在烹调方式上将原来的炉火改换成了烤箱和微波炉，这样比较容易读者接受，他们既可以很快掌握如何做菜，也可以了解到中国传统文化，既有教育意义，又有实用价值，这就是书在美国比较畅销的原因吧。



TIPS:

儿子明达眼中的母亲:

母亲写书时是很孤独的，以后不希望做母亲的工作，还是比较喜欢电子软件方面的东西，跟父亲一样。

丈夫眼中的妻子:

在我眼里，她与其他女人不一样；很会做饭，很懂生活，她是最好的。

MASTER LIFE: 你是第一个被邀请到豪华邮轮上展示厨艺的华人，你在船上给他们介绍哪些美食呢？

美国是个好奇心很重的国家，他们对不了解的东西充满了求知欲。我大多数时间在介绍亚洲健康美食，也介绍一些意大利和中东的美食，因为我去过很多国家，每去一个地方就尽可能多的去吃各种特色菜肴，吃完了自己研究怎么做的，研究好了再把它推广出去。

我喜欢直白而真实的表达

MASTER LIFE: 聊聊一些关于你自己的事情，和丈夫怎么认识的？

在一个很高档的酒吧认识的，他的交际舞跳得很好，因为跟他一起跳舞的感觉很好，于是我们就相爱然后结婚了。

MASTER LIFE: 为什么如此迷恋邮轮？

自由而浪漫。邮轮处处都会营造出浪漫的意境，《泰坦尼克》看了吧，你应该知道邮轮的意义。

MASTER LIFE: 你认为成为作家之后最大的好处是什么？

让我免费周游世界，比如斐济岛的主人曾邀请我和其他一些美国的名人去体验那里的美食和温泉SPA，让我给他提建议并做评论。现在每年都有很多企业给我发出邀请，所以可以到处周游，然后我不断有新灵感产生用于创作，良性循环。

MASTER LIFE: 平时喜欢哪些运动？

打羽毛球。

MASTER LIFE: 近期有什么目标？

今年要出版一本刚写好的记述中国文革时代的书，明年我打算写一本记录大学时代生活的书，我对那个时代有深刻的记忆。这个想法酝酿了很久，算是圆自己一个回忆故乡的梦。

张瀛告诉我们，她20年里只回过几次武汉，现在她还记得老通称的豆皮，汉正街的小商品市场。很多年前她离开这里的时候带着一个美国梦想，现在她躺在邮轮甲板上着海风周游世界的时候，思绪里却沾满了对中国的思念。