



一首《请到天涯海角来》，彻底唱红了一个歌手，也彻底唱热了一座海岛。这是1984年春晚上，上海歌手沈小岑的故事。

那一年的除夕夜，她身着一件浅白色花边长袖衫、花格纹A字裙和黑色的中筒靴，落落大方地走上舞台，在不断变幻的彩灯中，款款唱响了红遍大街小巷的歌曲《请到天涯海角来》。

这个画面，直到今天依然有很多人念念不忘。

作为首个登上央视春晚的上海籍歌手，沈小岑会如何回忆当年的节目？这位早在1980年代就声名鹊起并接连拿下首届中国金唱片奖等音乐大奖的当红歌手，现在又在忙些什么？

带着这些问题，新闻晨报·周到上海记者拨通了远在西班牙的沈小岑的电话。那头的她，笑声爽朗，一句用沪语道出的“我是沈小岑”又熟悉又亲切，“《请到天涯海角来》能有这么热烈的反应，我们确实也是没想到的……”

1983-2023 春晚四十年 我来陪您想当年 一首《请到天涯海角来》，唱红了沈小岑，唱热了海南岛

从粉刷砌墙到登上舞台

1957年，沈小岑出生在一个知识氛围浓厚的家庭：父亲搞财务工作，平时沉默而内敛，他打得一手好算盘，用了半个世纪的老算盘至今仍放在茂名路老家的阁楼上；母亲专注舞蹈艺术，生活中则是典型外向而火爆的“川妹子”个性。受母亲影响，沈小岑从小就爱唱爱跳，“我不太‘怕丑’，小时候就是文艺积极分子，表演欲望特别强。我母亲也比较开明，特别支持我们。”

高中毕业后，沈小岑被分配到了上海房地局住宅公司建筑队下属的三八女子工程队。砌墙、拉线、粉刷，她跟着队里一天一天忙碌着，“学徒三年，我就守在工程队。当时我们连砌墙的水泥都是师傅手工搅拌，搅拌好了我们就露天一层层砌墙，拉垂直线、横直线。”尽管工作辛苦，但现在回忆起来，沈小岑依然认为自己足够幸运——因为爱好文艺，她还加入了房地局文工团，每周有固定脱产训练的时间，这让她得以从重复的工作中挣脱出来，歌唱、舞蹈、朗诵、报幕，她什么都愿意学，什么都努力练。



沈小岑(左二)在房地局文工团时的演出剧照

《丽达之歌》、日本的《狐狸的故事》，我都是这么模仿着学的。就连后来演唱《黑猫警长》的主题曲，正式在声乐道路上起步。“廖老师非常独特，科学的唱音发声教学体系，让我在后来的三十年里始终保持年轻的嗓音和很好的模仿能力。可以说，廖老师很早就给我后来的音乐剧道路打下了基础，我无限感恩。”

1979年，上海芭蕾舞团面向全国招考一名能伴唱、能报幕的演员，沈小岑果断报考，并在过五关闯六将之后成为了芭蕾舞团合唱队的成员。进入1980年代后，上海芭蕾舞团组建了由指挥家屠巴海主导的轻音乐小乐队，沈小岑又加入其中，跟着乐队定期进行一些小型的器乐和舞蹈表演。



沈小岑和恩师廖一鸣教授

看似平常的举动，瞬间点燃了现场观众的热情。“说是瞬间的意识也好，说是留存在我脑中榜样的记忆也罢，可以说是双重冲击一下子让我摘下话筒，拖着线开始走、开始唱。”回忆起这段经历，沈小岑感慨地承认，当她一步步走近观众，观众们的喝彩声也给了她更大的鼓励，“上海观众真的是海纳百川。他们的喝彩声让我相信，或许他们也渴望能够看到不一样的表现。”

47个电话打来 点唱《请到天涯海角来》

静安体育馆的一举成名，不仅让沈小岑成了上海滩的名人，也吸引了国内乐坛的关注。听说上海有个“学啥像啥”沈小岑，国内规模最大的广州太平洋影音公司专门派人到上海看演出，并迅速决定，要为沈小岑录制一张卡带。

也是在这张卡带里，沈小岑演唱了不同影视剧的主题歌以及她后来的代表作《请到天涯海角来》。让她惊讶的是，这首原创歌曲迅速走红，大街小巷，只要有录音机的地方，就会传出这首歌。

歌曲的大火，同样吸引了春晚节目组的注意。很快，1984年春晚节目组发来了通知和邀请，希望沈小岑能在春晚舞台上演出。“很光荣，那时候我们也很守纪律，接到通知就按时去北京，灯光排练、串场排练，台里说几点到就几点到，大家效率也特别高。”

沈小岑回忆说，她特别喜欢央视春晚的氛围，现场摆着一个



1984年春晚后，沈小岑与奚秀兰在上海再相见

又一个小圆桌，演员们围桌而坐，桌子上是花生、糖果等等年货，就是亲朋好友过大年的气氛，“因为是实况播出，我印象最深的就是姜昆老师介绍说，‘我们接到了47个电话，要求点播沈小岑演唱《请到天涯海角来》’，然后我就上台了，气氛特别亲切。”不仅如此，她还演唱了一首唱法较为传统的《妈妈教我一首歌》，不同的演绎方法也给观众留下了深刻印象。

值得一提的是，1984年的央视春晚，也是很多人心目中充满回味的一届。

这一年，港台歌手首次登上舞台，“民歌皇后”奚秀兰的《阿里山的姑娘》载歌载舞，成了开歌舞表演先河的作品；张明敏的《我的中国心》热血而深沉，是无数人心中难以忘怀的经典。而被很多人视为“春晚主题曲”的《难忘今宵》，也是在这一年第一次唱响，马季的《宇宙牌香烟》，陈佩斯和朱时茂的《吃面条》更成了春晚历史上难以逾越的经典节目。

热闹场面，也感染了所有的表演者。沈小岑笑说，当时大家除了聊天，也忙着合影留念，“因为只能让专门的摄影师拍，结果最后谁都没拿到照片，哈哈！”

千里之外的南昌路弄堂里，这一年的春晚也别有滋味：沈小岑的父亲手巧，家里装了一台黑白电视机。大年夜，街坊邻居们不但彼此送菜，还一起在电视机前看春晚，共同见证这个弄堂里长大的姑娘，登上了更大的舞台。

“老邻居们太好了，你家烧了什么好吃的，就给隔壁也送一份。后来我每次回去，他们也是这样，给我送赤豆粥，送馄饨。我家是6号，每次从弄堂口走到我家，所有的邻居都会打招呼。”沈小岑说，“春晚效应”之下，自己的事业确实更上一层楼。

那时的歌迷也很朴素，她常常收到的是热情的信件和水果等特产，“连花都是塑料干花，但你就觉得特别亲切。我的日子没有什么变化，就是生活在老百姓中间。一直到现在我都觉得，没什么火不火的，我们就是应该和老百姓在一起，没有老百姓，哪有你呢？”



1984年春晚后，沈小岑与奚秀兰在上海再相见



沈小岑在音乐剧《妈妈咪呀！》中扮演谭雅



1980年代沈小岑在轻音乐乐队的表演



沈小岑2022年12月在直布罗陀

在音乐剧舞台再圆梦

1990年代，沈小岑挥别荣光，旅居海外。国内观众再一次见到她的身影，是在2010年代音乐剧《妈妈咪呀！》中文版的演出中。在这部经典作品里，沈小岑化身主角“唐娜”的闺蜜“谭雅”，并在近9年的时光中，成了坚守四季演出的“元老级演员”。

如今回忆起这部作品，沈小岑依然充满热情。当初，一听说要推出中文版《妈妈咪呀！》，她就动了心。等到该剧启动演员招募，朋友给她发来了邀请：“我们觉得特别适合你，能不能录个小样来？”

很快，沈小岑接到了面试的进一步邀请。让她印象深刻的是，她交给导演组的只是简单的姓名、年龄等自我介绍。“导演组说，我们不需要知道你的任何背景，我们不在乎你是不是明星，因为我们在这里制造明星。”在试唱了不同的唱段和角色后，导演组立刻敲定沈小岑出演“谭雅”一角，“他们说，现在找的就是这个角色，就是你了！”

从此，沈小岑一头扎进了音乐剧的排练。作为剧组里年龄最大的演员，她和所有年轻演员接受同样强度的体能训练，在舞台上又唱又跳。“我觉得音乐剧比舞台独唱更能展现表演者全方面的能力，你每一次上台都不一样。情绪不一样，对手不一样，观众给你的反馈也不一样，每一次出场都要学会适应，这对演员来说是一个很大的磨练。”

从2011年到2019年，沈小岑也从知天命的年纪走向了耳顺之年。带着乐观年轻的心态，她在舞台上的状态始终昂扬，“我真的很为自己，很为这部戏骄傲。《妈妈咪呀！》是音乐剧里的教科书，我们把它介绍给了中国观众，也让大家看到了音乐剧应该有的质量，真的是里程碑式的标杆了。”她坦言，自己心中一直铭记着导演组那句“我们在这里制造明星”，“我觉得这句话不仅是对我的激励，也是对国内音乐剧行业重要的启示。我们不要迷信明星，而要用更好作品打造出更优秀的演艺之星。”

最近三年，沈小岑一直和丈夫生活在西班牙。社交网络上，人们时不时会看到她的近况。健康的肤色、健美的身材、休闲又年轻的装扮……很多人不敢相信，她已经65岁了。

“很多人会说，你怎么又黑又瘦的呀？但这就是我，这就是我的生活态度。”谈到自己的近况，沈小岑笑言，她很满意自己现在的状态。她爱运动，始终保持着锻炼的习惯，她很随性，和丈夫闲逛路过卡拉OK也会进去即兴放歌，“我对年龄没有数字上的概念，我也不去想这些。我每天就是这样生活，放松的，没有压力感的，这可能跟我的性格也有关系，就是简简单单、大大咧咧。”

同时，沈小岑也很感恩与丈夫马汀携手走过的近30年时光。“对我来说，婚姻和家庭是很重要的部分，你要全身心投入。婚姻是一门大学问，大家要互相包容、互相弥补、互相谅解、互相支持，甚至是互相崇拜。”她感慨地说，两人彼此照顾，有着共同的爱好。虽然没有孩子，但他们会一起去做动物志愿者，让彼此的生活更加充实和享受，“我想，我在生活中的角色也是成功的。”

沈小岑说，无论是人生的哪一个阶段，她都努力完成了自己想要做的事，也得到了应有的认可，“我觉得人生就是这样，不用计划太多，也不用总是回头看，享受现在的状态就好。”当被问到是否对舞台还有新的期盼时，她谈到了刚刚折桂金球奖的杨紫琼，“她说这个机会她等到了，我想我们都可以这样，一直准备着，一直等待着，如果真有合适的机会，它一定会来，我们也会好好地抓住！”