

# 声色周刊 | 高手

■写给生活的诗

姚谦专栏

## 意外之旅

最近微信朋友圈放眼望去,都是朋友从世界各地旅游拍回来的照片。网络的发达也算是一件好事,它可以实时分享你在天涯海角所看到的事物以及旅游心情。前不久看到一篇经济方面的报道,提到整个中国大陆在经济兴起后,大部分有预算的人把自己每年消费的三分之一放在旅游上,微信果然印证这件事情。我也不例外,兴奋了很久、期待了很久、嚷嚷了很久的非洲之行,也在今年暑假成行,却万万没想到先是北京机场的一夜大雷雨,后又遇到肯尼亚内罗华机场的大火,让我在两个机场之间折腾了四天后还是打包回府。那种出门不顺利的阴霾笼罩了我半个月挥之不去。于是看到别人顺利成行在路上,天天微信上亮着各方朋友传回来的所见所闻,心中微酸、十分羡慕。不过每件事情都有失有得,因为这次的不成行,意外地赢得了许多朋友的同情心,他们纷纷自告奋勇地表示明年一定陪我一块去。记得计划这一趟非洲之初,我曾邀请了许多朋友同行,却因种种原因没有成功。这会儿,想陪我去非洲的人一下全都到齐了,心里倒有点不好意思起来。

旅行是一件挺奇妙的一件事,许多不熟悉、泛泛之交的朋友,因为一道旅游而结盟;也有许多亲近的朋友、或者是夫妻伴侣,却在旅行中伤了情感,我想这可以以之前我的理论来印证的:“旅行就是平凡生活中里一小段不平常的日子。”只有在旅行中你能放下自己的角色与习惯,让旅行来决定你这段时间的生活姿态,也只有在旅行途中才有机会,清洗许多你自以为是的价值观。想想,这趟非洲之旅没成行,也没有什么好埋怨的。改个期还是一样可以再出发,不过也因为不成行的折腾,让我有了意外的体会,当我在阿布扎比等候能否飞到肯尼亚的那三天时。

那三天的阿布扎比完全用在等待通知上,心烦意躁地在这一方种着许多树的沙漠国度上。唯一一趟出门是去大清真寺。说也奇怪,无心插柳柳成荫,当时并没有特别的感想与反应,只是不专心地听着导游的说明,随手用手机拍了些照片,心里一直懊恼着内罗华机场何时开放,或是干脆回家算了,下回再来。那种无心居然也有一种意想不到的潜意识,当我终于拖着疲惫的身体飞到北京休息了几天后,无意间看着手机里自己随意拍的阿布扎比大清真寺的照片,忽然莫名地有些想念,也很清晰地回想起导游先生介绍这座清真寺说的话,然后闭上眼又想起那三天在酒店与机场里来回跑着的路上,沿路竟有那么多树,这明明是一座沙漠啊!连续几天脑子不停地回想,想起了那些穿着白袍的男人、穿着黑袍蒙面的女人们,还有街道上蒙着黄纱却倔强生长的树木群,那真是一个太不一般的国度。

每当我发生了好奇心,唯一解决的方法就是去书店找书解惑,最近我就掉入了中东以及穆斯林这个主题的阅读里。前两天与我的家庭医生聊天时,谈起了我这次意外之旅的感想,他告诉我一个故事:人类第一个登上月球的航天员阿姆斯特朗先生,在他返回地球后,改变了他的宗教信仰,变成了穆斯林教徒,其中的原因是什么?或是因为他在月球上遇到了什么得到了感想?而我意外地路经穆斯林国境,也有了某些波动,发现世界之大,远远地超出了许多自己以为书上阅读就能理解的,这都是旅行的意义啊。只是阿姆斯特朗去了月球,而我非洲却没去成。

姚谦



张家辉为角色练出一身强悍肌肉,让不少人惊叹不已。

■目迷耽美

马家辉专栏

## 张家辉的腹肌,中年男的励志片

《激战》里的张家辉有点似中年版的“化骨龙”,亦即那个他在《黑马王子》里扮演的古惑角色,轻佻,贱格,却又义薄云天;但“化骨龙”没有他现在所拥有的腹肌胸肌,那时候的他只是排骨龙,此刻的他始是钢铁长城。

年轻男子的胸肌腹肌可以叫做“健硕”,中年男人的可用“钢铁”来形容,因为指的已经不仅是肌肉而是意志。

这里有三层意思:一是用强劲的意志把肌肉锻炼出来;二是用强硬的意志把肌肉维持下来;三是用强硬的意志承受肌肉消退之后必然涌现的肥胖丑态。唯有三志并立,始有资格享受张家辉的身材;也唯有三志并立,始有资格被赞誉为钢铁长城。

听健身界的朋友说,如果有专人在旁指点,每天花上四小时进行魔鬼式训练,加上针药催谷,加上打灯造型,即使吴孟达或卢海鹏亦有可能练出六块腹肌。但过程必然是苦的,而中年人往往什么都有,有钱有面有权力,最欠缺的正是吃苦的意志,除非有极大诱因,例如为了专业需要,再如为了悦己者容,否则能吃得下这苦头的人,实在少之又少。

然而更少的是于练出一身肌肉后而能将其长久维

持的人。肌肉是具有强烈惯性的生物组织,松了,垮了,便是松了垮了,勉强将之锻造成钢铁模板,便需有比模板更钢铁的意志去将之定型固着。否则稍不留心,肌肉即用十倍速的可怕力度反弹超前,像报仇似的,变得比原先的更松更垮。所以这才是最困难的一个关口。锻炼肌肉或许有助纾解男人的“中年危机”,但潜在风险是,它将构成另一波“后中年”危机,迫使你跟肌肉作出长期抗战。本来不碰它,认命了,还好,一旦练成肌肉,曾经沧海,要重新面对一天比一天松一天比一天垮的肥腩赘肉,那种难过那种挫败,其实已非“危机”二字所形容。

由贫入富易,由奢入俭难,世事皆如此。有人常说“不在乎天长地久,只在乎曾经拥有”,但真相往往是,只因曾经,故更痛苦,曾经之后所流的眼泪是风平浪静时的十倍。

佩服张家辉的意志。如果《狂舞派》是少年人的励志片,《激战》便是中年吾辈的。散场时,颇有立志明早六点起床到浅水湾跑沙滩的霎时冲动。然而翌晨仍是十一点半才睁开眼睛。或许唯一能学张家辉的,只是取个跟他在片里相同的花名混号:贱辉。

人如其名。一辈子没法丢弃了。

马家辉

■倅个朋友

黄子佼专栏

## 张小燕:大姐大

小燕姐层面极广,无私地带领后辈,提拔了她眼里不少有潜质的幕前,甚至是幕后的演艺圈精英。重点是,努力工作,也未必能成为地位崇高的一哥一姐,甚至是人人推崇的演艺圈教母吧?最重要的应该还要不断地创新跨界与坚持付出!

过往数十年里,大家都称她是电视圈的“公务员”。因为她私生活简单,不应酬,极孝顺,喜欢宅在家看影集电影或听歌,她也热爱时尚与养狗;行事更是规矩守法,严于律己宽以待人,录像准时,从不玩忽职守与迟到早退;更别提红极一时的艺人都会犯的毛病:耍大牌——这词绝不会出现在她身上。她甚至没啥仇家。在演艺圈,你争我夺的事,时有耳闻;为了上位,彼此对立或是炒作司空见惯。但大家可以查查问问,出道五十多年的她,几乎是不沾锅般的没有这类新闻与事件。就算有人意有所指或刻意打击,她也多是打不还手、骂不还口,笑骂由人忍气吞声,只顾做好本分。乐在工作,静待收割,直到浪静。简单说,她是台湾主持界,甚至是演艺圈,出淤泥而不染的最佳代表人物。

1988年起,我有幸进入她旗下的经纪体系,和卜学亮一样,都已经跟小燕姐工作了25年,所以我说的种种,铁定具公信力!试问,哪一个虚假的前辈或老板可以在25年里,从言教到身教——都演出完美?何况,在我眼里,从未开始合作之前,她已是我偶像,我已积极观察她

的一举一动。数十年来,她真的始终如一!IQ与EQ皆高,更充满大智慧,即使愤慨或失落,也懂转化为动力,不口出恶言,最多只眉头一皱。虽然一度因家庭因素淡出幕前,但她不卑不亢,淡定地处理完一切家务,再优雅大气地复出,甚至一肩扛起继承亡夫的唱片与电台事业。

演艺人员在台台下当然有许多委屈或生老病死的事件,上台后就必须强颜欢笑。小燕姐便是这样,几乎把一生奉献给舞台,不让观众或子弟们看到她的忧,而是借由她的分享,让我们笑,带观众感动,或给来宾机会与舞台展现其各类作品。多年来,她也不是那种每个细节都要仔细审议的严厉老板,比如对我的工作意愿或种类,或是从感情到经营副业,她极尊重。早年我甚至以为她不够宠我们,但她的态度就是要我们在合理状况里,自己体会与闯荡,但不要在乎回报,多累积经验就是最好的成长,偶尔才适时提醒或引导方向。不过,即使她在后面偷偷推了一把,她也不“居功厥伟”,只绽放欣慰笑容。

跟随她的25年里,我有功有过。有功时,她不会太张扬,她不希望我太骄傲;有过时,她也不责难,只会严肃但扼要地提醒,绝不骂人。总之,舞台上的她已经很精彩,但真正的小燕姐,更是人生舞台上光芒万丈的不朽巨星。

黄子佼