

文化名人面對面

黃豆豆

以舞蹈述說人生

年輕舞蹈家黃豆豆一九七七年生於浙江溫州，一九九七年以優異的成績於上海舞蹈學院畢業，現時為上海歌舞團藝術總監及國家一級演員，代表作包括《醉鼓》、《秦俑魂》、《蘇武》、《閃閃的紅星》等。

黃豆豆最初是從中國傳統舞蹈起家的，到後來才開始學習其他舞蹈，如現代舞及芭蕾舞等。儘管他接觸過不少種類的舞蹈，但是從文化的根來說，他始終覺得自己是在一個充滿中國文化氣息環境中成長，無論對中國的歷史、傳統故事，都有一種特別的感情，所以非常渴望演一齣有關歷史英雄人物的舞蹈。「記得小時候，我最喜歡閱讀一些有關英雄的書籍，其中特別鍾情於穆家將、楊家將和花木蘭的故事。」一直以來，花木蘭的故事已經被改編、演繹過很多遍，包括電影和電視，還有很多戲曲都跟她有關，尤其是迪士尼將其改編成動畫片之後，幾乎全世界的人都聽過花木蘭的故事。而他也很想將這個故事搬到舞台上，用舞蹈的方式來演繹它，因此音樂劇《木蘭》對他來說可謂深具意義。

有限的舞蹈歲月

我們都知道舞蹈員的黃金歲月是在二十歲到三十歲這段時間，但人生的閱歷要到三十歲以後才會慢慢累積，可是此時體力又會開始下降，身為舞蹈員的黃豆豆也不可避免要面對這個尷尬的挑戰。「不止是舞蹈員，每個人到了三十歲，體力也一定不如二十歲。」其實舞蹈員的演藝生命很短暫，所以有人說舞蹈員是用青春來換取自己的藝術生命。黃豆豆說，在他們二十至三十歲期間，不論肌肉、骨骼或韌帶，在彈性和柔軟度方面，都處於黃金階段。然而舞蹈員很可憐，因為在他二十多歲，體能發揮得最好的時候，其他人根本不明白他在跳甚麼。到了可以明白他在跳甚麼的時候，他的體力就開始下降，不能透過舞蹈去表達自己的思想。「換言之，舞蹈是一種肢體融匯，透過肢體去表現情感和思想的藝術。」

很多舞蹈員在離開舞台之後，要重新起跑，延續自己的藝術生命，發掘另一種生活的方式，例如轉做別的行業。「在我二十歲的時候，就已經開始嘗試當一個舞蹈編導，不像大部分舞蹈員，三十歲之後才開始做編導。所以在這一點上，我覺得自己是幸運的。」

文化要累積

黃豆豆曾說過要注重文化的累積，而文化素質的累積又可以分為兩種，一種是有意識的，另一種是無意識的。「所謂有意識，就是我們會認真去看書，去讀名家的作品和欣賞大師的書法。而無意識的，就像我在空閒的時候，看得最多的電視節目就是《中史視藝頻道》。由於我舅舅從事戲曲工作的關係，所以我在小時候對舞台已有一定的概念。」中國戲曲之中，包含了許多傳統文化和美學思想，經過薰陶，受其影響，就變成一種無意識的累積。「觸類旁通也很重要，雖然從事舞蹈，但除了學

習舞蹈本身的藝術知識和思想之外，對國畫和音樂的欣賞，甚至對烹飪的了解，都會影響你個人對審美、生活和生命的感悟，所以在日常生活中，接觸哪類人很重要。」他建議演員們多跟藝術造詣高的大師交流，跟着他們，學到的不只是藝術，更學到對生活的態度和對藝術的感悟，這些往往比舞蹈的專業知識更重要和深刻。

感悟才是最重要

現在舞蹈學院招生的條件特別苛刻，腿的長短，甚至頭的大小，比例都講究，要成為一個優秀的舞蹈員一點都不簡單。黃豆豆認為這些客觀條件雖然不可忽略，但更重要的是對藝術的感悟。「外形這項條件確實很重要，因為舞蹈本身是通過肢體來表達的，所以舞者的高度最理想是七個頭加起來的高度，手張開了最好要比高度長三到五公分。可是在舞蹈藝術中，不只在外形上有要求，靈氣的感悟也很重要。」他始終相信藝術是需要靈氣的，正如藝術家需要有天賦。除了靈氣和天賦之外，後天的努力當然也不能忽視。

他指出，現在的學校招收學生，舞蹈老師有沒有能力透過小孩的眼睛和言行舉止，看到他身上潛藏的能力是很重要的。因為小孩一般十歲、十一歲開始跳舞，老師要有一種洞察力，想像孩子到大概十七、八歲時，會是一種怎樣的狀態。所以最重要的是家長逼迫孩子去學習舞蹈，而是小孩本身對舞蹈有沒有熱情。「很多家長讓孩子去學舞是為了考學校面試時加分，老實說，接觸舞蹈是好的，但抱着這種目的卻不是很好。」小孩與生俱來對舞蹈的潛質、激情和領悟力，需要家長正面去指導，需要老師以一種科學化和富經驗的態度去挖掘。

感受舞蹈的真諦

舞蹈演員不是一個簡單的工作，在台上要面對來自觀眾的壓力，在台下練習的時候很容易受傷，不只是扭傷，更會造成骨裂、骨折等傷

痛。但一般來說，除非打了石膏，否則還是要繼續練下去，笑着去把那段舞蹈跳完。這並不容易，尤其是現在很多孩子都是驕生慣養的獨生子女。「在我們的舞蹈團中，很多舞蹈員都是從外地來的。春節時，要等到年十五後才可以輪流回老家，有時還帶着傷。有時我會想，舞蹈團的工作量是不是太大了？水準不達標，我就會批評他們。」但無論怎樣，還是有不少熱愛舞蹈的人，從事着舞蹈這種美麗、精彩、殘酷的藝術職業。

對黃豆豆來說，舞蹈員每一天都過得很認真，從練舞的第一天開始，就永遠只練那幾個動作，要從那幾個動作裡，去感受舞蹈的真諦。「我對舞蹈員的看法很單純，許多人因為真心喜歡舞蹈而去學習，但是孩子們最初根本不知道舞蹈是甚麼。」所以學習舞蹈，他們都會經歷以下幾個階段：第一是不知道甚麼是舞蹈；第二是慢慢去感受舞蹈；第三是慢慢去喜歡舞蹈；第四是離不開舞蹈；最後是不得不離不開舞蹈，這就是舞蹈演員一生所走的藝術道路。

不得不離開舞蹈是一件很悲傷的事，所以他告訴自己，要抓緊現在最好的狀態，多跳好的作品，多跟世界上好的藝術家合作，真正地過好每一天，把握好每一天，做好每一場表演。

本文摘自香港電台普通話台與中央人民廣播電台華夏之聲聯合播出之《文化名人面對面》。節目逢星期日下午三時至四時在普通話台播放，港台網站(rthk.hk)直播及提供節目重溫。



名·飲食

揀活鮑 別「瞞覺」

有生命的活鮑，在酒樓的魚缸或街市都有出售，通常連殼以斤計算，也有攤檔以隻計算，有的以碟計算。

到酒樓食肆食活鮑，客人先到魚缸選貨後，檔主執了一、兩斤，放於桶內讓客人過目後，才拿去煮清蒸鮑魚。

我們常有疑慮，酒樓會把你選的活鮑換掉嗎？一般情況下，生意好的酒樓是不會換貨的，若貨如輪轉，哪有時間去換你的貨？但一些不誠實的酒樓，可能會把部分活鮑大換小，但很少給客人換「瞞覺鮑」，因為食客一吃便知是否有鮮味。

活鮑生猛看腹足

那麼自己在家清蒸鮑魚，是否就一定保證買到好貨？那就要看你是否識揀貨。活鮑的特色，大多以腹足收縮伸展吸附容器，會一隻吸住另一隻堆疊起來，要人手將其拆開，這種活鮑是最生猛的。

我們在街市買活鮑時，一定要注意上述要點。如果鮑魚一隻隻攤開，呈奶白色，動也不動，有點僵硬，沒有生命跡

象，稱之為「瞞覺鮑」，那就不要買了。這種「瞞覺鮑」的味道不太好，尤其在熱天，會有臭味，進食對健康有影響。

碟頭多見「瞞覺鮑」

在街市常見有一碟碟的鮑魚出售，價錢是正價的六折或七折，當然很吸引。這類碟頭活鮑，第一不知道重量，第二不知是不是「瞞覺鮑」，行家說，通常一碟中有七成是「瞞覺鮑」的，消費者又不能用手觸摸每隻鮑魚，只能目測，黃昏時分燈光不足，看得也不清楚。在夏天更要注意，氣溫高、水溫升，有些攤檔在碟中加冰，「瞞覺鮑」早上已不能活動了，到晚間七八點，鮑魚會慢慢變質。

為了健康和味道，須小心挑選生猛活鮑。

大澳鮑曾經聞名

鮑魚的生長環境，需要很乾淨又不能捕捉過度的水域。本來香港也是鮑魚之鄉，戰後至七十

年代中期，本港還未開始填海，大澳活鮑的清甜聞名遐邇，大澳活鮑個頭不大，與大連鮑差不多大小。但七十年代之後，香港的大澳活鮑已被捕捉殆盡，加上鮑魚生態環境變遷，大澳鮑也消失了。

目前活鮑供應的一大來源是台灣的九孔鮑，因殼有九個孔而得名（鮑魚側面的孔用作噴水），約吋半至2吋（長度）。九孔鮑軟滑，味道較清淡，價錢相宜，一斤約八十元至一百元。以前市場佔有率佔一半，現在因為大連鮑崛起，台灣九孔鮑較少見到，市場佔有率只剩下二成。

大連活鮑走進香港

不知甚麼時候，大連鮑走進了香港，市場佔有率達四成。

無論在離島的食肆、酒樓或街市，你問檔主鮑魚來自甚麼地方？他們大部分都說是大連鮑。因為內地與香港有運輸優勢，而且近十年來，大連鮑培植技術大有改進。

大連活鮑約吋半至2吋，貨源充足，

價錢相宜，中大隻約160元至200元一斤，小一點的約100元至180元左右。

澳洲活鮑分黑邊（平均4吋），約320元至400元左右一斤；青邊（平均3吋至4吋），約340至480元左右；小青邊（平均2吋），約280元至350元。澳洲活鮑來貨不多，市場佔有率只有一成多。

南非青邊鮑又稱鳳凰鮑（3吋半左右），360元至480元左右，市場佔有率一成多。

日本活鮑專做刺身

我們在日本料理店所吃的鮑魚刺身以日本鮑魚為主。日本來貨是很講究的，特選鮑魚新鮮度可靠，處理衛生方面也很嚴謹。

日本活鮑主要供應日本高級料理和日本專門店作刺身之用，一隻1磅至2磅重，每隻也要1000元至2000元不等。處理刺身鮑魚的方法也很講究，聽聞有些先用木棍搥暈鮑魚，使其不致緊張，令味道更好。

■文：方芳



■酒樓魚缸內的活鮑。



■街市的碟頭活鮑。