

文化名人面對面

# 央視全能女主播 徐俐

徐俐是央視新聞主播中最引人注目的一位，美麗的面孔，加上字字珠璣和剛毅練達的風格，使她成為CCTV4的標誌。徐俐的首本個人隨筆《女人是一種態度》，無論是封面照片或書名，都散發出濃濃的女人味，這和徐俐在電視熒幕上給人的幹練形象不太一樣。對此，徐俐解釋：「以這麼濃的『脂粉味』突出女性視角，是因為人們評價女人有無數種標準，女人如何對待他人，實際上也是在塑造自己的形象。從這個意義上來說，女人是一種態度。」



■首本隨筆《女人是一種態度》。

徐俐是一位熱愛文字的女主播，曾經出版過三本書，在《女人是一種態度》一書裡，特別提到用日記的形式來記錄陪伴兒子考試的過程。她一直用文字來記錄自己的生活，因為她覺得漂亮的文字不僅是詞章華美，關鍵是它所承載的思想。

## 對文字的仰慕之情

「我從小對文字有一種景仰之情，希望有朝一日，自己能藉一支筆來寫東西。當然，每個人的能力不一樣，而且在我對待文字方面，其他人都覺得我充滿自信。但我可以坦誠地告訴大家，我這輩子有一件最不自信的事，就是面對文字。」這或許是源於內心的自卑感。在年輕的時候，她的朋友都修讀文學，現在他們都成為小說家和作家了。跟他們在一起的時候，他們會鼓勵徐俐寫東西，但徐俐從來不覺得自己可以寫。「不管他們怎麼說，我內心深處總覺得自己對文字的見識很淺，感到很自卑，因為我把文字看得太重，不認為我這個普通的人，可以掌握文字，所以我當時遲遲不敢下筆。」

直到三十歲，她突然有感而發，一次偶然的機會，她寫了第一篇散文。寫完之後，她拿給朋友看，他們都說：「多好啊！」然後，他們就把這篇處女作刊登在報紙上。刊登之後，徐俐竟然得到湖



■徐俐字字珠璣和剛毅練達的主持風格讓她備受矚目。

南省文藝評論二等獎。她說自己也不知道這一篇寫的是甚麼文體，朋友才告訴她，這屬於文藝評論，只是文筆傾向散文一點。

由於那時湖南沒有一等獎，朋友又把她的作品推薦上去，結果獲得全國一等獎。當時的情境、心情歷歷在目，這個獎項對她來說不只是一個鼓勵，更改變了她的想法。她開始想，也許自己可以寫點東西。

自此以後，她把文字放到了「我可以寫」這個自我認知上，但她不知道「可以」到甚麼程度。「到現在為止，就算我寫過三本書，我還是要問別人：『我可以寫嗎？』我不斷透過別人的鼓勵，來延續我的寫作，我的家人和從事專業文字工作的朋友都叫我放鬆一點。」

## 培養寫作的習慣

電視工作是一個人前風光的職業，但徐俐總覺得這個職業會讓人變得比較功利、比較浮躁。在電視台工作的時候很忙，人前人後很容易分心，心境很難平靜下來。「但我認為人是要分階段走的，在職業生涯的前一半時間，我以電視台的工作為主，文字的事情放在次要，尤其是到了央視以後，接觸的都是新聞，在那種快節奏、高壓力的環境之下，心情難以放鬆和沉澱下來。」到了40歲以後，她之所以會寫《女人是一種態度》這本書，是因為回看自己曾經做過的事，發現可以做的事有很多，而在回看的過程中，她重新整理自己。「之前的工作我當然會繼續努力去做，但我覺得在往後的日子當中，應該實實在在去做一些還未做過的事情，一定要把握機會。既然從事文字工作在我心裡擱置了這麼久，這一件就是我必須要做的事，哪怕最終甚麼也做不出來。」

她說寫作狀態是培養出來的，她每天都告訴自己，到某一個特定的時間，就坐著寫，不管寫甚麼，都繼續寫。「我曾經聽過一個作家的專訪，特別引起我的共鳴，那位作家晚上九點睡覺，然後到深夜三、四點，在萬籟俱寂的時候起床，隨便喝一點茶，就開始坐在書桌前，一直寫到七、八點。簡單地吃過早餐後，再寫到十點，然後出去跑步，跑一個小時，中午回家做飯、吃飯和休息……一年復一年。他的狀態就像鐘擺一樣，非常有規律，不容改變。」

徐俐表示，當一個人坐在檯燈下，面對的就是自己的內心，其他甚麼都不存在，這種狀態其實很幸福，所以她特別喜歡把一盞檯燈打開，有事沒事都在寫，也試著培養這種習慣，因為這是自己願意做的事。「至於寫些甚麼，就是能夠進入一定程度的創作，寫一些跟自己無關的事情。也許最後是失敗的，但也沒關係，這是我選擇的一種生活方式。」

## 內心優雅的人最美

《女人是一種態度》讓大家認識熒幕以外的徐俐，而另外一本作品叫《優雅是一種選擇》，則是徐俐對優雅的解讀。很多讀者對這個題材都很感興趣，有趣的是徐俐並沒有對「優雅」下甚麼定義或是翻查字典找一個解釋，反而透過自己的觀察、想像，去談論優雅。

她曾經在採訪時被反覆問道：到底甚麼叫優雅。「誠然，很多人都會聯想到『外在』的優雅，但在我眼裡，優雅更多是在於內心，由內而外，是最本質

的。優雅的人，是內心真正從容的人，而且原則性很強，秉承自己的原則和價值觀。一旦具備這種特質，一切『形於外』的東西，我相信也是從容的。再加上本人有非常得體的言談舉止、修養，和內心的學識融合在一起，這才能構成優雅。由始至終，我都很強調從內心出發去看一個人的優雅。」而外在方面，書裡其實也提到一些技術性的問題，例如從儀態、行為、表情，以至言行舉止，包括聲音，都構成外在形象的一部分。

聽起來發自內心的優雅是很抽象的一件事，徐俐卻說宋慶齡便是一個典型優雅的人。那時，她參加一個宋慶齡的紀念活動，大會邀請了她三位生前好友來。她們開始說了第一眼看見宋慶齡的感覺，巧合地，她們都說了同一個答案——美的、漂亮的，不知道用甚麼語言來形容她。徐俐就問她們那時候宋慶齡大概是甚麼年齡，她們說五十多歲。「老實說，一個五十多歲的女性，能有多美？因此，我理解為宋慶齡太美了，美得她們根本說不出她美在甚麼地方。」

後來，她到宋慶齡的故居，進入她的客廳，看到一張椅子。工作人員說，那個沙發椅，永遠是她最好的朋友，有人來的時候她都坐在椅子上，保持著同一個樣子，身子有點向前傾，帶有一種溫文爾雅的微笑。「從這裡絕對可以解讀出這個人的親和與內心的從容，包括他們所講的，宋慶齡不管看到甚麼身份的人，哪怕是工人或是傭人，都是第一個主動打招呼的。」

電視上的她直率爽朗，鏡頭背後她親切動人，寫得一手好文字，說優雅，她也是當中的佼佼者。

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。

■女主播徐俐。

## 名·飲食

# 「豬婆參」壯觀夠派頭

說到海參，除了上文說的「遼參（刺參）」之外，還有常聽的「豬婆參」和「禿參」。

三大類海參中，「豬婆參」最別具一格。

首先，「豬婆參」名字趣怪，行內人說，海參基本上以外形命名，如「刺參」多刺，「禿參」光禿，「豬婆參」外形夠大，所以稱作「豬婆」。

豬婆參有兩種，一種正名是「白參」，參身白色，有木灰，口感香糯。另一種烏黑色的叫「烏石」，口感軟滑，但比「白參」稍硬。

極品豬婆參可發大至6倍，成隻上枱，極是壯觀，所以需求也很大。一斤一隻的約800至1,000元，一斤兩至三隻的約750至850元。

## 澳洲為正宗

有商舖以「金山豬婆參」作招徠，好像「金山勾翅」一樣，強調「金山」貨色，因為美國貨品予人製作嚴謹的感覺，其實論品質，澳洲才是最正宗。

東西太平洋的澳洲、印尼、湯加群島、斐濟群島、所羅門群島和夏威夷，都是盛產白參（豬婆參）的海域。

比豬婆參還要大兩倍的「梅花參」，一隻2呎長，曬成乾貨也有1呎長，特點是有20多組觸手，每組呈梅花狀。「梅花參」發頭也有5、6倍，由於參形太大，不容易處理，而且此參有些苦澀味，北方人覺得苦澀味有清熱作用，但南方人很少吃，在香港的需求量不大。

## 「紋禿」勝「光禿」

曾經買過一種澳洲九紋龍禿參，脰滑中有咬口，肉有厚度，可成條處理上枱，也可切片上枱，請客也有看頭。禿參產自澳洲、所羅門群島、湯加群島、斐濟群島、印尼、非洲、中東、錫蘭、印度、南美。其中以澳洲禿參的製作最好，含水量低，品質優良。

文：方芳

禿參分光禿和紋禿兩種：光禿個頭圓淨粗壯，表面光滑，個子較大的一斤約8至10隻。紋禿個頭同樣圓淨粗壯，但有禿紋，個子比光禿小一點，最大也是一斤13、14隻。但紋禿比光禿發頭成數高些，可發出6至7倍。

兩種禿參價錢相若，正宗8至10隻的紋禿一斤約2,000多元；14、15隻的一斤約1,400至1,600元。

## 黃玉參與螺絲參

其他在香港買到的雜海參，還有南美黃玉參、南美螺絲參、南美豬仔參、南美富士參、非洲/中東的烏圓(音丸)。



■澳洲九紋龍禿參

螺絲參長形，4吋至6吋長，直徑約1吋，色黑，狀似大螺絲故得名。售價便宜，約280至380元一斤，可發4倍左右。這些螺絲參在港市場多見，口感一般。

黃玉參直徑約半吋，身長約5吋左右，比螺絲參更幼，肉微黃，疏落有棘點，約350至500元一斤，是近年的新品種。

烏圓十分經濟，是發好的水盆海參，一斤約200元以下，在街市可見。

其實消費者最好買乾貨，自己發的海參較為安全。