

採訪、攝影：陳敏娜
場地提供：置地文華東方酒店



■鄭多燕曾因產子兼懶做運動而暴肥。網上圖片

香港文匯報訊 韓國「塑身女王」鄭多燕上月來港拍攝廣告，以及5月在港舉行的大型健康舞騷的宣傳照，雖然她行程繁密，但仍抽空向本報讀者拜年，又教三位星級粉絲糖妹、享樂團主音Don(伍浩然)及王若琪(Takki)跳其自創的塑身操(Figure Robics)，大讚糖妹跳得最好。她謂最希望將塑身操發揚光大至歐美等地，令當地人都跟她跳，為亞洲人爭光。她又稱讚韓國男藝人中，韓流天王Rain的身材最好，想摸吓對方添！



助教 Nani

鄭多燕

助教 Eun Kyung

推廣塑身操至歐美 鄭多燕最想摸Rain

現年47歲的鄭多燕以前是一名肥師奶，體重曾一度高達155磅，後來因為丈夫說懷念她婚前的身形，因此決心要減肥，成功回復苗條身形，更把自創的塑身操與人分享，而在韓國爆紅，獲得「塑身女王」等美譽，更走紅全亞洲，香港也有不少粉絲。她大感好奇，直言：「從未在香港做過任何宣傳，想不到由小朋友至公公婆婆都認得我，很开心。」即使很多人認得她，她也自覺非超級巨星，只是一個愛做運動的人，腦中想的永遠是大家跟她做甚麼動作，才會開心。

廿歲心境

鄭多燕有個美滿家庭，丈夫、一對子女、奶奶和小姑都很支持她，有時她去海外宣傳，奶奶和小姑會幫她照顧家人，讓她無後顧之憂。比起走紅對家人帶來的困擾，她更感到有時疏忽了家庭，所以在韓國時她寧願多陪家人，或與他們去旅行。「剛過去的聖誕節就不得了，女兒本來邀請了5位同學來家裡開派對，誰知道消息傳開後，個個都說要來，最後變成全班30個同學都來，單是準備食物就非常辛苦。」她更笑稱變成了小型粉絲見面會，不斷被索取簽名，同學仔更玩遊戲，勝出者可獲得她的親筆簽名，非常搞笑。鄭多燕每日準時早上6時15分起床，做早餐、送子女上學、做家務和照顧4隻狗仔，打理

家裡的一切才去上班。她自爆對女人至愛的逛街、扮靚完全沒有興趣，平時出門只是去買靚，如果去海外宣傳，才會抽少少時間去逛街。上班時，她亦喜歡與一眾年輕助教在一起，反而少跟同齡的人相聚，所以吸收了年輕人的活力，有時都誤以為自己與年輕一輩同年。她強調不會去留意自己將近5字頭，只覺心境得20歲。

看透生死

在韓國走紅10年，鄭多燕遇過不少痴心粉絲，當中最記憶猶深是一位患有末期乳癌的日本女粉絲。「她背着背囊，直接來到我家門前，事前完全沒有任何通知，一見我就向我下跪，想跟我拜師學藝，希望學成後可教一些乳癌患者做運動，尋回健康，後來她學成後，真的在日本開班授徒，其中有一個學徒也是末期乳癌患者，有次我去日本公幹，她來酒店找我，單看外表，完全不覺得她有病，髮型和化妝都弄得很漂亮，但一望到她的手，嚇了一大跳，手是全黑的，可能是做放射性治療的副作用。她帶了一本關於我的書，包裝得很美，她摸本書時好似摸寶物般，非常珍惜。她謂每次生病時，看了我的書，都可以

從中得到力量，將來就算離世，不想死得很難看，想以漂亮的模樣離開。將心比己，我也想保持靚樣，對於生死則看得很淡，以前可能會想自己幾時死，但自從做了運動，得到快樂後，沒有再想過這個問題了。」

她亦不時行善，曾經贈送球門予孤兒院，「小朋友年紀小，應該踢下足球，周圍跑來跑去才對，因為孤兒院無球門，所以送了一個給他們，將來亦計劃送一些運動器材過去。」

Rain退伍後更性感

鄭多燕帶起做運動瘦身熱潮，問到韓國哪位女藝人身材最棒？她沒有正面回應，表示：「以前女生誤解做運動會練到周身肌肉，不好看，但見到我做運動可練出『S』身形，個個跟我做，因此獲封為運動的傳道士，甚至發明了『呂容』(最棒的身材)這個詞來形容我。之後，一眾女藝人也開始努力做運動，個個練完都叫自己做『呂容』，男藝人代表則有Rain、權相佑、裴勇俊等，只要練出6塊腹肌就可自封『呂容』。(你最欣賞哪位男藝人的身材，甚至想摸下他?) Rain, 早前他出新歌《30 Sexy》，變得更加Sexy！」

談到未來大計，鄭多燕夢想在其他國家開設教室JETA，只是她個人力量有限，暫時只在韓國和日本開了，希望可培訓多些助教幫自己，將來有機會也想去香港開。問到有否想去哪個國家宣傳塑身操？她坦言：「暫時這刻沒有特別想去的國家，只要哪些地方需要我去幫忙找回健康，我必定會去。其實，現在大部分做運動的人都是跟隨歐洲或美國的健身運動，但我是亞洲人，希望可扭轉這局面，將塑身操推廣開去，讓外國人跟隨我們，做亞洲人的運動。」

材，甚至想摸下他?) Rain, 早前他出新歌《30 Sexy》，變得更加Sexy！」

談到未來大計，鄭多燕夢想在其他國家開設教室JETA，只是她個人力量有限，暫時只在韓國和日本開了，希望可培訓多些助教幫自己，將來有機會也想去香港開。問到有否想去哪個國家宣傳塑身操？她坦言：「暫時這刻沒有特別想去的國家，只要哪些地方需要我去幫忙找回健康，我必定會去。其實，現在大部分做運動的人都是跟隨歐洲或美國的健身運動，但我是亞洲人，希望可扭轉這局面，將塑身操推廣開去，讓外國人跟隨我們，做亞洲人的運動。」



■鄭多燕有一個美滿家庭。網上圖片



簽名驕愛老公如一 鄭多燕親筆寫下「新年快樂」送給本報讀者，簽名中還畫了一個可愛的公仔，問到是否代表她自己？她甜笑否認：「不是，是老公。」又爆老公不跟她做運動。

■Rain以性感成熟男形象回歸樂壇。網上圖片



糖妹

以往經驗：曾堅持連續一周做塑身操，可惜家裡地方淺窄，做不到下個動作才放棄。學習心得：之前跟短片學，或靠片中的中文翻譯去理解，易生錯誤，今次直接跟老師學，糾正了錯誤的動作，亦格外興奮。



Takki

以往經驗：做過幾次，老師設計的動作都很大，客應要夠大才能做，不過，看短片有一班人陪自己一齊做，不會覺得孤單。學習心得：平時做半小時才會疲，今次老師仔細地糾正我的動作，僅做了10分鐘已汗流浹背，很有效果。



Don

以往經驗：曾連做三天，但有次不小心揮手撞牆，痛了兩天，黯然放棄。學習心得：看短片學很輕鬆，但實際跟老師學，才發現原來身體每個肌肉都能用到，做到滿頭大汗，而且給老師捉住手，很开心。

柏林影展向菲臘致敬

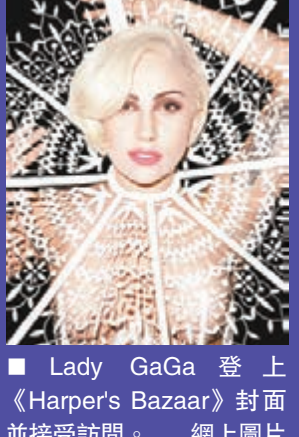
第64屆柏林國際電影節於香港時間今日凌晨舉行開幕禮，曾為李安電影《冰風暴》(The Ice Storm)及《臥虎藏龍》擔任監製及編劇的James Schamus，於今屆獲任主競賽單元的評審團主席。在正式開幕前，James帶領香港影星梁朝偉、基斯杜化華茲(Christoph Waltz)及導演米高嘉治(Michel Gondry)等評審團成員率先會見傳媒並齊合影，偉仔時刻展露笑容，心情不錯，而伊明導演兼演員Mitra Farahani見基斯杜化時更開心大送熊抱。另外，在評審團記者會上，James提到原定現身影展卻於日前疑因吸毒過量過身的金像影帝菲臘西摩荷夫曼(Philip Seymour Hoffman)，他表示菲臘的死為電影業界帶來悲痛，不過，很多他的朋友都會聚集影展，於是影展就像提供一個地方悼念菲臘。菲臘過身的消息傳出後，影展隨即決定會特別放映其名作《冷血傳》(Capote)以致敬。問到基斯杜化覺得柏林影展與康城影展的分別時，他則笑稱海灘是分別之一，但美食來說柏林比康城多。柏林影展為期11日，鬼才導演韋斯安德遜(Wes Anderson)執導新作《The Grand Budapest Hotel》成為開幕電影兼有份爭奪金熊獎。片中的演員Ralph Fiennes、愛德華諾頓(Edward Norton)及Bill Murray相信亦會現身撐場。 ■文：Bosco



■梁朝偉(右)與一眾評審團成員見傳媒。路透社

GaGa自爆去年底患抑鬱

百變天后Lady GaGa接受《Harper's Bazaar》新一期的訪問並擔任封面女郎，GaGa於雜誌中大爆於去年底非常抑鬱，為與人接觸感到筋疲力乏，甚至覺得找不到自己的心跳。GaGa表示後來情況得到好轉，她對自己說要為自己、粉絲、家人及音樂振作，明白到抑鬱並沒有奪走她的天賦，只是遮蓋了一些對她重要的事。GaGa亦透露自己已沒有飲食失調症。另外，有指GaGa日前到美國女歌手Britney Spears拉斯維加斯騷的後台見面並傾合唱計劃，相信很快二人的粉絲可以大飽耳福。 ■文：Bosco



■Lady GaGa登上《Harper's Bazaar》封面並接受訪問。網上圖片

Selena Gomez入復康中心完成治療

加拿大小天王Justin Bieber問題多多，其前女友、美國青春女歌手Selena Gomez似乎亦被他帶壞疑沾上毒癮，Selena承認在上月5日入住位於亞利桑那州的復康中心，接受了為期兩星期的治療，據知，該中心是專為18至26歲人士服務，幫助一班有情緒問題或患有毒癮人士。不過，Selena的發言人強調並不是因濫藥問題而入住，有指Selena現在情況良好及已返回工作崗位。然而，有傳媒卻報道Selena的確濫服一種名為「Molly」的藥以及其他處方藥物。此外，據悉Selena斥小Justin令她墮落，而其父母及朋友對她的情況亦非常擔心。曾經因濫藥尋求治療的美國女歌手Demi Lovato在twitter留言支持，稱只有堅強的人才會開腔尋求協助。 ■文：Bosco



■Selena Gomez承認曾入復康中心接受兩星期治療。資料圖片

娛聞雜碎

■流行天后麥當娜前日現身國際特赦組織於紐約的演唱會，稱曾因為支持唱反普京歌曲被判監的女子樂團Pussy Riot而收過死亡恐嚇。美聯社
■電影《飢餓遊戲》最後一集將以CGI技術拍攝已去世的非臘西摩荷夫曼的餘下少量鏡頭。 ■麥當娜
■荷里活女星伊娃文迪絲透過發言人表示雖然近日有分手傳言傳出，不過她與性格男星賴恩高斯寧事實並沒有分手。
■韓流天王Rain和女友金泰熙日前被目睹在美國一家遊樂場約會拍拖，非常甜蜜。
■韓國女子組合KARA前成員Nicole於Twitter上傳了一張自己與美國排舞師的合照，退隊後的Nicole近況似乎相當不錯。
■日本童星蘆田愛菜主演的虐兒劇《明天沒有媽媽》，電視台方面承認開拍時資料搜集不足，而新一集收視跌至新低，只收13.1%。
■日本女子組合AKB48第35張單曲《只有向前衝》封面公開，封面文字由書法家武田雙雲負責，充滿氣勢及躍動感。



■麥當娜