

# 周書毅 x 喬楊

## 《Almost 55》

### 時間的禮物

54歲的舞者喬楊，12歲習舞，四十多年來仍然活躍於舞台上，這本身已足夠令人驚歎。在日前上演，與台灣編舞周書毅、服裝顧問林環如、佈景與燈光設計李智偉、影像設計黎宇文、聲音創作許敬山等藝術家一同創作的獨舞《Almost 55 喬楊》中，喬楊的身體所呈現的，是個人舞蹈的生命歷程，也是中國現代舞發展的見證。

正如書毅在場刊中所說的，這是「一個舞者的身體進行式」。承載着記憶、故事與無數的感懷，這具身體不停歇地向前，所留下的軌跡是時間最好的禮物。  
文：香港文匯報記者 尉瑋  
圖：城市當代舞蹈團提供



《Almost 55 喬楊》的排練現場。攝影：陳長志

《Almost 55 喬楊》不是一個讓人驚為天人的表演，你看不到舞者多少的炫技；它甚至不是一個易入口的演出，因為倘若不了解喬楊其人其事，可能不能體會她最終坐在椅子上說着看似平常的句子卻幾乎哽咽流淚的心情。

可這作品讓人看到「時間」的殘忍與美妙。舞台上的聲響、時明時滅的燈光，讓人想起年少時坐長途火車，晚上睡在臥鋪上，耳邊是火車碾過鐵軌規律的聲音，窗外的燈光也是這般明滅交替。那種時刻，總很容易墜入回憶的漩渦——人生的列車已離開了原點，卻不知將抵達何方。

喬楊在《Almost 55》中好像也登上了這麼一列火車，回到自己的家鄉，見到12歲初學舞時的自己；看着自己北上考學，又南下邂逅現代舞，之後在香港城市當代舞蹈團（CCDC）落地生根，23年彈指間飛逝。她說：「我是陝西人，我是山東人，我是香港人。」跳了40多年舞，她終於站在舞團外，剝離了從前演繹過的無數角色，就這麼穿過時間看着自己。無需跌宕起伏的情節，也無需炫目的視覺奇觀，那具仍然柔韌而充滿能量的身體已經說出了所有的故事。

#### 回到 starting point

短時間內怎麼了解一個人的一生呢？如果每個人都有一個「時間史」，書毅想找到喬楊的 starting point。2017年的聖誕節，書毅坐飛機到西安，再轉車到寶雞，去喬楊開始學舞的地方。漫長的旅程中，他瘋狂地錄音，瘋狂地拍照，「想知道那個回家的感覺，那條遠的路是什麼。我錄下寶雞客運站的聲音，拍太白山上的風景……我想知道那些她可能會回去經歷而我不會經歷的風景。在車上，我的念頭越來越清晰——要從她真實的地點開始。到了寶雞，我遠遠看到她穿着羽絨大衣來接我，就覺得好像重獲新生，終於見到親人一樣，因為天氣真的好冷好冷。」

12歲時，喬楊考入寶雞市歌舞團，開始學中國舞。「我家裡三個小孩，我最小。本來媽媽捨不得送我去跳舞，跳舞很辛苦嘛。但是正好那時姐姐在上山下鄉，媽媽一看姐姐這麼辛苦，乾脆讓我跳舞。後來人家來招生，選上了我。」她身體條件不錯，軟度和開度都很好。壓腿的時候同學們都在哇哇叫，她卻一點不覺苦，反而當上老師的「幫兇」，把同學壓

得飆眼淚。14歲時，老師覺得她條件好，帶她去考北京舞蹈學院芭蕾舞表演系，卻因為大腳趾太長而與芭蕾舞緣止於此。1987年，她考入廣東省舞蹈學院現代舞班，後成為廣東實驗現代舞團團員，是中國第一批現代舞者之一。1996年她來到香港加入CCDC，至今活躍在現代舞的舞台上。

在寶雞的四天時間，書毅與喬楊一起去看她從小練舞的地方。小樓外觀改變不大，裡面則已經翻新，條件比過去不知好了多少倍。「我們過去的地板很差，只是那麼一小條木條，然後旁邊是水泥地，條件很差。」喬楊感慨道，「窗戶是油紙一樣貼的，沒有暖氣，燒的是煤爐，那陣子腳凍得不行，有時冬天穿着大棉鞋軍大衣戴着手套扶着把桿練功。現在的小孩子條件已經好很多了。」也碰到喬楊以前的同事與朋友，大家熱絡地招待遠方來的客人，吃了一頓又一頓。「都會拿出手機來給我們看她跳古典舞時的照片，我之前看過CCDC提供的23年來喬楊的演出錄像，和寶雞那個照片完全是兩個世界。我看到兩個世界的她，這就是人的一個 change。」書毅說。

#### 紀錄片式的演出

書毅說，回到這個起點，捋着喬楊所經歷的時間，他找到了自己感興趣的東西——「亞洲的現代舞身體到底是什麼？」在喬楊身上，他看到現代舞如何刻下烙印，而這具身體又如何與歷史與藝術歷史交錯而行的無數瞬間，他突然深受感動，「就是那個『變與不變』。」他說，「接觸了很多的技巧訓練和作品後，她仍然一直以來單純地做着一個舞者，這個不變很可貴。變的是整個時代與環境。而我，也找到了那個起點，就是——真實的生活。」

他形容《Almost 55》是紀錄片而不是自傳。「紀錄片就是，有些時候講得有限，不能將她的所有的事情講完，但是卻能夠透過一些反射去看到一個人的經歷，然後反射到自己——對每個人來說，那個未來的變與不變是什麼。」作品中交叉不同的時間切線，「什麼是



《Almost 55 喬楊》排練中。攝影：Meron



喬楊在《Almost 55》中。攝影：Mak Cheong Wai @ Moon 9 image

她的過去？什麼是現在？什麼是她的去年？什麼是她的23年？什麼是她的32年？而這其中身體的變化是什麼？」

不同片段交錯，讓人仿似看到舞蹈跟着喬楊生命的歸屬在走。「舞蹈是她一直帶在行李中的東西，只要帶着這個東西，她好像就有 energy，可以繼續上台。現代舞這道門，的確給這個舞者開啟了一個又一個的階梯。我覺得我看到了某種身體上的自由，讓她的 range 可以有那麼多的面貌。而又因為那種單純，她不斷去吸收這些不同的東西。」書毅說，世界變得很快，每個人可能都有許多不同的身份和角色，「我們還有沒有能力可以帶着一個東西走那麼久那麼遠？因為可能隨隨便便就放掉了。」而在喬楊身上所看到的時間的價值，或是人的價值所在，就在於「沒有放掉」。

#### 跳了一輩子沒夠

帶着舞蹈走過人生高低，喬楊「沒有放掉」，是因為喜歡跳舞的心情很單純、很直接，反而有了異乎尋常的專注、自律和堅定。在舞團23年，她的生活很簡單，練功、跳舞、演出、回家認真修復身體；10點睡覺，6點起床，日日如此，年年如此。

「那麼多年，不停地學，身體的變化總是讓我很開心。我喜歡和不同的編舞合作，挑戰目前身體的可能性。不能挑戰的時候，就保持現在的狀態，不低沉。每天都很自律，這樣保持了以後，我發覺，原來這條路我可以走這麼長。我23歲才學現代舞，沒想到40歲還可以去跳；我40歲的時候怎麼也不會想到50歲我還在跳；50歲時，我想着可能差不多了吧，沒想到54歲還在跳。到55歲，我應該還在跳吧，因為目前這個身體對我來說沒有變化。」她坦言，覺得自己很幸運，跳舞如同天意。雖然也受過大傷，但總是很快就能恢復。「可能心比較堅強，我很相信自己，受傷的時候不

會哭得一塌糊塗，就是積極治療，心態好的時候可能對傷也有幫助。」對於跳舞，她沒有太多的糾結和困惑，而是數十年如一日地以一種類似匠人的心態來保持、打磨自己的身體。「我覺得做人簡單就會快樂。」她說，「我不會嫉妒人，平時跳舞，編舞用不用你都有他的原因，但你要做好自己的。比如現代舞，你每天 keep 身體，能跳很高，腿可以控很高，也許這個編舞用不上，可是需要用的時候就可以用上。作為演員來說，你的身體要隨時 ready。在CCDC很幸福，燈光、服裝什麼的都有別人幫你弄好，你什麼都不用管，就是 keep 好自己的身體。連身體都 keep 不好，有什麼資格去做一個職業舞者？」

在CCDC23年，喬楊是不少編舞的寵兒，演繹過的經典角色無數。她分享著名編舞黎海寧(Helen)的作品給了她很大的成長空間。「剛開始在廣州時，跳能量很強、爆發力很強、很快的東西，但是慢舞跳不下來，沉不住那個氣。跳了Helen的作品後，發現慢舞比快舞困難很多，很多東西需要你身體的控制力，沒有跳舞的人不會察覺那個難度在哪裡。學了之後才發現，可以慢慢沉澱下來，開始分得清慢舞和快舞的層次。跟隨年齡慢慢積累，這是一個很大的寶藏。現在也是，每天每天，身體每天都收穫一點，很滿足。」這次和書毅合作，也嘗試了許多身體不同的動態，比如一些小關節的運用和一些摺疊的動態。「對我這『老骨頭』來說，經常搞到我抽筋，哈哈。當然我現在這個年齡，做這個摺疊（已經算不錯），可能有些年輕人還摺疊不了呢。」她笑道。

問她是否擔心年紀的漸長與舞蹈生命的短暫，她的回答是一貫的平和坦率：「我就很單純，我的身體沒有受傷，沒有不能動，沒有很往下走的時候，年齡對我來說沒有什麼問題。老實說，我現在的體力可能比一些20多歲的年輕人都好呢。」

「我跳跳跳了一輩子，還沒跳夠。」



舞者喬楊 攝影：陳長志

## 港愛樂民樂團赴加聯演賀歲 五地樂團弘揚中樂

香港愛樂民樂團將赴加拿大聯演賀歲。

春節是中國最重要的傳統節日，亦是弘揚華慶音樂文化的最佳時機。為此，香港愛樂民樂團將於新春期間遠赴加拿大的溫哥華和愛民頓，與分別來自澳洲墨爾本的峯風中樂團、新加坡的吉豐華樂團、馬來西亞的大樂樂實驗樂團一起，應當地著名中樂團邀請，參與四場音樂會表演，共賀新歲。



由五個不同國家地區的民間中樂團同台匯演，可說十分難得。第一場音樂會名為《四海樂聚慶新春》，將於2月10日在溫哥華的小女皇劇院舉行，由加拿大庇詩中樂團主辦，內容以「新春」、「喜慶」為題，演出耳熟能詳的中樂作品《春節序曲》、《我的祖國》、《飛天》、《茉莉花》等，而其他樂團亦帶來各自首本名曲，包括香港著名作曲家陳錦標博士創作的《意象》；有「澳洲第二國歌」之稱的《流浪者之歌》(Waltzing Matilda)中樂版；展示新加坡多元文化的《顏彩》；還有「台灣大揚琴之父」李庭耀演奏揚



琴經典《四川將軍令》，香港年輕二胡好手陳啟謙奏出《帝女花主題

隨想》，澳洲的曾薇霖以笛子吹出陝北《鬧紅火》的熱烈歡騰，節目肯定豐富而精彩。

為聯合樂團執棒的是香港愛樂民樂團藝術總監、著名指揮家何文川。此外，庇詩中樂團指揮華偉然、峯風中樂團指揮陳一平、吉豐華樂團指揮周郁煌及香港愛樂民樂團指揮衛承發，亦會帶領其樂團譜出美妙動人的樂章。之後，港、澳、星、馬四個樂團將會移師愛民頓，參加「第三屆愛民頓中樂節」活動，與當地的愛城民樂團合作，於2月15日至18日期間演出

## 週末好去處

### 「喜豬拱門 HAPPY New Year」

為迎接己亥豬年，海港城即日起至2月19日期間，以「喜豬拱門」為題，於海運大廈露天廣場設置七米高的巨型「喜豬聚寶盆」。聚寶盆由多個框架組成，並以七彩繽紛的繩索於框架上運用幾何設計編織出不同的喜慶圖案如桃花、金錢等，型格得來又不失傳統，祝福大家豬年開心，幸福美滿。



海港城更增設數碼互動許願體驗，大家可先於海運大廈二樓入口大堂捐款 HK\$20，挑戰互動小遊戲，獲取幸運錦囊，內有預測來年運程的「福豬開運卡」和「許願金幣」。之後將金幣投

入喜豬錢鏢許願，金幣便會由開運軌道滾進巨型「喜豬聚寶盆」。願大家財源滾滾，諸事如意，心想事成。海港城將推出限量版「荷包常滿」利是封及利是袋和舉辦「童舞醒獅團」為新春舞出個好頭。此外，海港城再次邀請到著名玄學風水專家李丞責博士在海港城的 YOUTUBE 及社交媒體分享十二生肖在豬年的開運攻略。而整個新年活動所籌得的善款將全數撥捐「香港血癌基金」，幫助血癌病患者。

### 圓方 X 藝術家陳莉 6米高豬雕塑喜迎新歲

適逢今年是象徵家肥屋潤的豬年，ELEMENTS 圓方今年特別聯同來自上海的新銳藝術家陳莉(Kebevo Chen)，以「萬物作而弗始」為意念，發揮奇幻想像力，從童趣調皮的角，打造氣勢萬千、冠冕堂皇約6米高的豬雕塑。她認為豬年代表「萬物收藏」、「萌芽」、「希望」，在整個新春藝術裝置中，將大自然萬物的種子發芽狀態意象化，在半空飛翔的花葉、象徵勝利豐收的月桂葉等，處處展現生命力，為顧客帶來滿滿的新年正能量。作品光澤鮮艷，細節細膩繽紛。

現場亦特設畫廊，展出陳莉的其他作品，包括其代表作品《南瓜蒂上的秘密約會》和《永痕系列一魚女王》雕塑，還有為今次與 ELEMENTS 圓方合作特別創作的《豬抱枕》刺繡作品及《籽》和《果》畫作等。場內更設有互動拍照區，顧客可選擇農曆新年或情人節主題相框拍照，照片可即時轉化為動態圖(GIF)，上載至社交平台，分享新春喜悅。日期：即日起至2月19日 地點：ELEMENTS 圓方金區