

舞影定格

▲姜秀珍演出《茶花女》史圖加芭蕾舞團供圖

▼姜秀珍克服傷患，再飛躍舞台 史圖加芭蕾舞團供圖

▲姜秀珍生活很有規律，每天早上在家先做兩個小時運動，才到舞團上班 劉玉華攝

克服傷患 再躍舞台

——訪「史芭」首席舞蹈員姜秀珍

劉玉華

▼姜秀珍出現代芭蕾舞劇目 B.Weibrod 攝 史圖加芭蕾舞團供圖



作為主要演員，姜秀珍經年累月地參與頻密的演出，身體免不了受到傷患的困擾。最嚴重的一次，她的一條腿骨出現裂縫。動了手術後，情況卻沒有好轉，迫使她請了一年病假。那時候，姜秀珍以為自己再無法飛躍舞台，她回憶道：「一九九五年起我已知道腿骨有裂縫，整整五年期間，我忍着痛楚堅持演出；結果腿痛得愈來愈厲害。起初，裂縫很小，我徵詢醫生的意見，他說運動員也會出現同樣的情況，只要有足夠的休息，問題不大。（當時，舞團委派我在很多劇目裡擔任主角，觀眾反應熱烈，好評如潮，我實在是欲罷不能。《睡美人》、《吉賽爾》……一部一部地演下去，沒完沒了的。）

治療骨裂學會堅忍

「一九九九年，我獲頒 Prix Benois de la Danse 大獎，表揚我演繹亞編排的舞劇《茶花女》的女主角。與此同時，腿骨的裂縫已撕裂得很嚴重，我連走路都有困難，更遑論芭蕾舞課或排練。別無選擇之下，一九九九年年底，我向舞團請病假。周圍的人都說：「休想奢望能恢復以前的狀態，你的表演生涯完結了。」

「我感到極度情緒低落，整天只顧掉眼淚，覺得雙腳廢了，什麼都幹不了。可幸，我丈夫安慰我說：『你會康復的，只要我倆合力，專心療養，你一定能重返舞台。』他為我烹調大量有益及富營養的食物，讓我調理身體。好的食物實在十分重要。我丈夫確是個極富天分的廚師。每當我向別人誇獎他是烹飪高手時，大家都會羨慕我的福氣呢！我丈夫曾是「史芭」的團員，他很細心地為我的療養作妥善的設想與安排。

「然而，我不相信自己真能如期康復。二〇〇〇年是最難熬的日子。手術後六個月，我去看X光照片，腿骨的裂縫並沒有完全合攏。醫生告訴我，不要大早開始練功，否則腿骨會再度爆裂，我必須要有耐性，讓骨節隨時間自然地癒合。九個月後，裂縫癒合了四分之三，還差最裡面的一層需要稍長一點時間慢慢癒合。醫生囑咐，要耐心的再等一、二，待腿骨裂開的地方自內而外完全生長好了，才可以練功。

「這治療的經驗讓我學會了堅忍。腿骨裂縫長得穩妥後，我卻發覺自己的軀體完全忘記了芭蕾舞的姿態規律。我咬緊牙關從最簡單的動作做起，

蹲、抬腿……等，一步一步地從頭開始練習。心裡暗忖：看我這樣子，怎麼可能再回復之前的技巧水平？

「我覺得惶恐，不肯定能否真的可以重新再來一次，回復先前的水平。事實上，腿骨治療好了，再沒有復發，反而比前長得更強壯。我大概花了兩至三年，追趕荒廢的練功時間，邊調養身體，邊再踏舞台。

生活規律不蒲夜店

「也許，休假一年醫治腿傷是命中注定的歷程。假如那年我沒有停下來，可能現在已告別演出生涯。決意重出舞台的確是非常艱難的事，憑着意志力，我最終克服難關。我的毅力推動着我繼續出場，直到如今。我慶幸今日仍能在台上起舞。

「二〇〇一年五月我隨團抵港演《馴悍記》裡的嘉德琳娜，當時我剛重返舞團投入演出不久，表現不在最佳狀態。」

我邊聽姜秀珍述療傷的痛苦經歷，邊看她以雙手比劃腿骨裂縫的闊度和長度，發覺她比二〇〇八年香港見面時更顯得神采飛揚。向她請教保持容光煥發、精力充沛的秘方，姜秀珍笑道：

「我是個嚴守紀律的人（I am very disciplined），不愛蒲夜店，生活很有規律。每天早上我會在家裡先做兩個小時的運動，鍛煉身體。我自行研究了一套綜合各種動律的練習系統，如太極、瑜珈……等，這套組合運動能幫助我舒展筋骨，保持頭腦清醒，猶如熱身運動那樣，我讓身體和腦袋都預備就緒後，方離家到舞團上班。

「日日如是地堅持獨個兒在家裡預先鍛煉兩小時的習慣，早在我年輕時便開始養成。只要是有助我提升體力、調理我的軀體和促進我為完成芭蕾舞演出作準備的運動，我都會採納。透過日復日的練習，我會不斷修訂這套合成的運動動作，務求改良之後，它更切合我本身的需要。即使遇上舞團放假的日子，我仍如常鍛煉運動。

「隨着年齡的增長，每天重複做這套運動時，我的集中能力變得愈來愈強，我對自己的身體有了更透徹的了解。

持續鍛煉從不節食

「舞蹈員年紀大了，肯定不再適合表演某些劇目。我有自知之明，去跟總監雷德，安得遜商量，表示不想再演出如《睡美人》一類的傳統古典劇目。我可以繼續演其他別的劇目，如《馴悍記》，還有「史芭」的眾多首本名劇；我們團的保留劇目可謂包羅萬有。我不希望觀眾看我演出傳統古典劇目時，覺得我處於勉為其難、精力疲憊的情況。

「現在我演《馴悍記》可說是得心應手，技巧體能方面的要求我應付自如。我鍾愛所有這些具故事性的舞劇，要做到預期的演出效果，我必須持續地鍛煉好身體，經常保持應有的狀態。身體走了樣的話，就不足以表現不同角色的特徵。（You've to work to be always in shape. Without being in shape, you cannot express）」

據聞芭蕾舞舞者為了保持窈窕的身形，多數會節食減肥。姜秀珍卻從來不節食，她指出：

「舞者的食量實際上較普通人大，因我們消耗很多體力。大部分舞蹈員都不用節食，只有少數人奉行節食瘦身的做法。節食很多時候是心理作用促使而成的行為。有些舞者很擔憂體

型走樣，大着緊體重的增減，心裡驚惶不安，依靠節食去紓緩困惑。根據我的觀察，他們放假不用上台演出，反而變得骨瘦如柴；平常舞季有演出，即使他們節食，仍會有點胖。

「當我還在舞蹈學校受訓時，身邊每個人都說要節食減肥。十七、八歲的身體，正處於成長期，無論我們如何不吃不喝，身體都不斷地改變，我們看上去總是太胖了。初到史圖加工作，我因不習慣新的環境，情緒十分低落，於是化憂鬱為食量，體重大增。後來，我的工作量倍增，大概二十五歲之後，再沒有出現發胖的情況。

古典前衛都能擔演

「我最愛吃甜的東西，更愛糖果、巧克力。當我有點昏昏欲睡時，便會吃糖果或零食提神，我總是不停口地吃糖果或任何甜點。

「健康食物如魚、蔬菜……等，我會吃很多很多。我又喜歡麵食一類的食品，韓國拉麵我可以連續吃很多盒，意大利粉也是我的至愛。我毋須過分擔憂吃得太多會長肉，我整天的活動量那麼大，根本不成問題。我對用很多牛油煮成的食物，則敬而遠之。」

跟前輩的舞蹈員相比，新世代的舞者個個具備優越的天賦身體條件和青出於藍的技巧造詣。姜秀珍認為二十一世紀的芭蕾舞演員，不能單靠練成一身絕世武功去造就一己的藝術成就，還得凸顯個人的修養與內涵。她強調說：

「今時今日的舞者必須能擔演古典、新古典、現代，以至十分前衛的劇目。當代編舞家的創作風格各式各樣，他們要求與別不同的動律，舞者便得相應配合。只要舞團給予舞者表現自己的機會，他們就得竭盡所能地掌握每次盡展所長的演出任務。

「上一代舞者的技巧造詣根本無法與現時年輕一輩的身手相提並論。新生代舞蹈員的舞技是那樣的具彈性，那樣的教人擊節讚嘆。『史芭』聘用了很多優秀的年輕舞蹈員，但我們提醒他們要小心，不要喪失了我的特質及個性，演出時不可偏重炫耀高超的技巧，要同時灌注發自內心的真情和感覺，要把個人的心神放進擔演的劇目中，方可避免機械式的表演。」



▲姜秀珍與男舞者表演紐萬亞的作品 史圖加芭蕾舞團供圖

湖南祁劇呈豐富表演技巧

【本報訊】康文署主辦的中國戲曲節將於六月、七月間舉行，今年特別請來湖南省祁劇院演出，為觀眾帶來難得一見戲劇藝術。

祁劇，又稱祁陽戲，已有五百多年歷史，具有高、崑、彈三腔並存的獨特風格，被列入國家級非物質文化遺產保護項目。祁劇音樂以高亢激越見稱，曲牌豐富。傳統唱法除了老旦、丑角用真聲外，其他行當均用「雨夾雪」（真假聲結合）的方式，演唱要求嚴格，力求做到字正、音清、腔圓。祁劇重表演、重做工。做工戲道白、唱詞很少，靠表演動作來演繹故事及刻畫人物。各行當角色的指、眼、步和身段，都各有技法，同時又融合吸收拳擊、舞劍等民間武術。

手上功夫方面，祁劇重視「腕子功」，能做到「倒掌」（手掌向外，手指能碰到手臂），要出各種「腕子花」樣式，動作柔軟、旋轉靈活自如。眼神也有多種多樣，如發怒時的「瞪眼」、沉思時的

「梭眼」、氣憤時的「睜眼」、左右看人的「分眼」等。

唱腔做打細膩逼真

今次選演的劇目包括被祁劇藝人視為高腔之祖的《目連救母》，以及折子戲《打棍開箱》、《司馬洗宮》、《黃鶴樓》等。均以高難度表演程式，演繹故事及刻畫人物，唱腔做打細膩逼真，盡顯祁劇豐富的表演技巧，呈現出濃郁的民俗性，甚具觀賞價值。參演的名伶有國家一級演員劉登雄、肖笑波、張少君、李和平及邀請衡陽市祁劇團演員蔣深國、張曉波等。

湖南省祁劇院於一九六〇年成立，曾演出《昭君出塞》、《黃公略》、《鬧嚴府》、《斬潘安》、《醉打山門》、《攔馬》、《二度梅》、《金龍探監》等經典傳統戲，得到戲曲界好評。其中《目連救母》於湖南省第二屆藝術節獲「保護非物質文

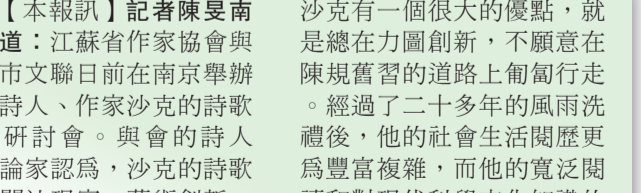
化貢獻獎」及「田漢大獎」第一名及九個單項金獎；又憑《夢蝶》於湖南省第三屆藝術節獲「田漢大獎」第一名及十個單項金獎。

湖南省祁劇院演出安排如下：六月十六日（星期四）晚上七時三十分舉行「祁劇的藝術特色」專題講座暨示範演出《醉打山門》，該劇為祁劇花臉重頭戲，大量使用祁劇的眼功、臉子功、腿功、肚皮功，其中還有單腿獨立連做十八羅漢造型的特技；六月十七日（星期五）晚上七時三十分演折子戲《武大郎賣餅》、《跑坡》、《昭君出塞》、《打棍開箱》、《司馬洗宮》、《啞女背瘋》、《董洪跌牢》及《黃鶴樓》；六月十八日（星期六）晚上七時三十分演高腔本戲《目連救母》，該三場演出均在大會堂劇院進行。

門票現於各城市電腦售票處、網上及信用卡電話訂票熱線發售，查詢可電二六八七三二五，或瀏覽網頁www.lcsd.gov.hk/cp。



▲《目連救母》被視為祁劇高腔之祖



▶祁劇講求表演技巧，圖為《司馬洗宮》劇照

- 今日文化節目精選**
- 糊塗戲班作品《靚太前傳——安娜與陳七》，晚上七時四十五分在香港大會堂劇院演出。
 - 「法國五月」系列節目《IETO 平衡特攻隊》，晚上八時在上環文娛中心演出。
 - 友聲歌藝團主辦的「心聲會友友」音樂會，晚上七時三十分在西灣文娛中心上演。
 - 工聯康齡長者服務社的綜合表演，晚上七時十五分在牛池灣文娛中心舉行。
 - 「天國春秋——太平天國文物展」正在香港海防博物館展出，展期至十一月十六日。
 - 「1+1：兩岸四地藝術交流計劃」巡迴展在藝術中心舉行至六月十二日。



▲祁劇有許多歷史題材的劇目，圖為《武大郎賣餅》劇照



◀取材自《西遊記》的劇目甚有吸引力

南京辦沙克作品研討會

【本報訊】記者陳旻南京報導：江蘇省作家協會與淮安市文聯日前在南京舉辦當代詩人、作家沙克的詩歌作品研討會。與會的詩人和評論家認為，沙克的詩歌作品關注現實、藝術創新、風格獨特，具有很強的生命力。

沙克於上世紀八十年代初開始文學創作，主要創作詩歌，兼寫散文、小說、文藝評論。著有詩集《春天的黃昏》、《大器》、《沙克抒情詩》、《有樣東西飛得最高》等。

內地詩歌評論家葉梅表示，沙克在藝術個性上頗具風格，有潛在爆發力。從上世紀八十年代走出來的沙克，具有先鋒意識，但就其早期的詩歌而言，是以青春浪漫的抒情和思考為特色。

沙克有一個很大的優點，就是總在力圖創新，不願意在陳規舊習的道路上匍匐行走。經過了二十多年的風雨洗禮後，他的社會生活閱歷更為豐富複雜，而他的寬泛閱讀和對現代科學文化知識的運用，更使得其思維敏銳，觀察獨到。他目力所及乃至思之彌深的事情甚多，那些具體的現象竟然羽化升騰成具有極大包容性的意象，使他接近和觸及某些最本質的內核。

江蘇省作家協會主席范小青、《詩刊》執行主編李小雨、《文藝報》副總編王山、《人民文學》副主編邱華棟、作家、評論家葉梅、義海、何言宏、子川、何平、何同彬、大衛、嚴蘇、金瑩、梅爾等三十餘人參加了沙克詩歌作品研討會。