

從事健身教練逾十載 飾演《愛·回家之三代同糖》「安多勳」 關曜僑：冀透過演出帶給大家正能量

演藝潮流 近年「HYROX」競賽在香港越發受到歡迎，不少藝人像關智斌、朱敏瀚、周嘉洛等亦參與賽事。最近因為拍攝無綫處境劇，在劇中飾演「安多勳」一角而人氣上升的關曜僑，自己除了是演員，亦是一位健身教練，並開設健身中心。他希望透過運動與演戲，帶來正能量，鼓勵大家都能尋找到自己的方向，活出積極人生。

文韋韋

最近參與TVB處境劇《愛·回家之三代同糖》演出的關曜僑，在劇中飾演健身教練「安多勳」一角，受到不少觀眾歡迎。最近他接受《大公報》專訪，分享自己的演藝歷程。原來關曜僑的過去亦充滿着勵志與堅持，為了當演員，他投考了三次藝員訓練班。他說：「2012年投考時，因為太肥被嫌棄，面試失敗，翌年再面試也失敗。」後來他找了健身教練幫忙訓練減重，「2014年我還拿到了健身教練牌，2015年再考終於成功了。」當時其中一個課程是中風後訓練，而由於他的公公剛中風，關曜僑便立即去報讀，自此便開始了健身事業，至今已從事健身教練12年了。

演員與健身教練身份互補

關曜僑覺得演員與健身教練的身份是互補關係。任職教練，可以抽時間去拍攝，放空自己，透過演戲將內在情緒在角色中呈現。而在解讀每個角色時，亦可以更了解不同人的性格，又可以將教學

►早前朱敏瀚（左起）、關曜僑、張振明與周嘉洛參加了「HYROX」賽事。
關曜僑ig圖片



▲郭晉安（左）是關曜僑的健身課學生，他亦向關曜僑分享演藝經驗。
關曜僑ig圖片

過程中遇到有趣的元素放在角色中。「兩種工作我都不會放棄，兩樣都好喜愛。」

談及何時開始喜歡演戲，他說：「讀書時我是跳舞的，若有演出需要排舞，我都會主動要求負責，並加入一些戲劇元素，那時開始便很喜歡表演的部分。畢業後我參與舞台劇演出，持續了三四年，當發現原來自己的演出有觀眾喜歡，帶來很大的成就感，我亦漸漸喜歡上演戲。」

加入無綫逾10年，關曜僑的發展平平，直至近年演出機會增加。他表示很感激身邊前輩們的不斷鼓勵，如郭晉安與林漪娸等。郭晉安亦是他的健身課學生，在健身課程上，關曜僑也會請教安仔如何演繹角色。他說：「安仔教我分析、觀察及思考，他試過看完我的演出，說我是真的明白他在說什麼。他告訴我慢慢來便可以找到自己的路線。漪娸姐有時看到我的報道，會打電話提點我，為我分析。很多謝前輩們的鼓勵。」

關曜僑最近憑「安多勳」一角讓觀眾留下深刻印象，他坦言這個角色是上天送給他的一份禮物。這個角色本身亦是健身教練，而且在自己的健身中心拍攝，相當於帶來宣傳效應。

與朱敏瀚等互相激勵訓練

至於健身中心的運營，關曜僑表示自己也是邊做邊學，聆聽市場需要，以及真的用心對待每一位學生，令他們覺得來訓練後有很大提升。他說：



▲關曜僑最近在《愛·回家之三代同糖》中飾演「安多勳」。電視劇劇照

關曜僑小檔案

TVB旗下藝人，健身教練。2015年參加無綫藝訓班入行。
演出作品：《陀槍師姐2021》、《愛·回家之三代同糖》等
年齡：33歲

「我很希望透過運動改變很多人的生活。有些學生可能行動有障礙，意識到未來5年、10年將會退化，所以便來接受訓練，改善健康及體格。我很希望未來可以再多開幾間分店，照顧不同地區的客人。」

近年「HYROX」競賽成為熱門話題，除了藝人參與，亦令不少熱愛跑步的人士接觸重量訓練。關曜僑說：「『HYROX』賽事，由最初700人報名，到第二年上千人，再到今年兩萬多人參與，增幅接近300%，好多運動中心亦紛紛加入『HYROX』訓練的元素。」

▲TVB藝人關曜僑除了是演員，亦是一位健身教練。受訪者供圖。

早前朱敏瀚、張振明、周嘉洛與關曜僑亦參加了這項賽事。關曜僑以「傻」來形容隊友：「他們是『傻』的，為了瘋狂訓練，健身中心特別為他們做了面容識別，方便半夜凌晨來操練。他們確是很勤力，我設定的訓練計劃，有時甚至比我做得更多。我們就是透過不斷互相超越對方，不斷進步。」而郭晉安同樣是一位勤勞的學生，「給他的功課只會做多不會少，有時還會自己鑽研一些對自己

有益的動作。所以，他原本的痛症已完全改善，而很大部分是靠他自己不放棄得到的成果。」關曜僑說。

問到自己未來有什麼發展目標，關曜僑表示能參與處境劇讓大家認識自己，已十分感恩。但他最希望將來有機會拍攝一部激勵人心的電影或電視劇作品。他說：「我希望像荷里活演員韋·史密夫那樣，拍一些勵志的作品。很多人在低谷時不相信自己，我希望透過自己的演出及作品，將正能量帶給大家。」

《年會不能停!2》 人設同質化 劇情創新乏力

《年會不能停！》於2023年上映，獲得票房和口碑的雙豐收。第二部於今年暑期檔上映，同前作相比，《年會不能停！2》（《年會2》）的市場反饋並不理想，也或許並非春節檔上映，不是討論年會的好時機。筆者認為可以用一個詞來概括，就是無功無過。初看的時候覺得劇情很有趣，很能共情，但哈哈一笑之後，又好似欠缺了些回味之感。

王鶴霖

從演員配置來看，第二部依然選用了不少知名演員加入，單看人物設計，團隊想賦予角色鮮明的性格，但不少人物設定有予「炒冷飯」之嫌。高葉飾演的Kathy雖然在電影最後時刻，貢獻了屬於職場女性的高光時刻，但在作品中圍繞她的事件反覆集中在職場騷擾，女性職場中被造「黃謠」等女性職場困境，彷彿在職場中領導們都是只會用下半身思考的「動物」，幾乎是以男凝視角「圍觀」女性可能遭遇到的不公。

「無限流」易產生觀影疲勞

電影延續第一部中的部分角色，但戲分普遍不多頗有背景板之嫌，張若昀加入其中成為主角之一，新加入的角色除了田雨扮演的小領導Bob有些劇情線之外，鍾漢良扮演的空降CEO與李晨扮演的副總Michael都沒有太多戲分，張若昀與田雨的再次搭檔也有點讓人「出戲」。故事本身想要表達，想要諷刺得很多，但並不是每個角色都能有看點、笑點。

再來說說張若昀扮演的新主角劉奔，被搶功又被許下空頭承諾的年輕員工想要靠自己能力升職加薪，實現抱負，但最後「屠龍少年終成惡龍」，變成了跟自己所厭惡的人。由演員白客扮演的馬杰在這部作品中也不算出彩，角色特質及行為動機甚至放諸四海皆可。

說回劇情本身，團隊想要在劇情上有些創新，比如使用「無限流」的手法，初看是會讓人眼前一亮，而反

覆回到起點的敘事策略，兩人相遇開啟循環任務感覺很像在玩一場遊戲，加上顯而易見的廣告植入等，容易讓人產生觀影疲勞。

如果說《年會不能停！》是一部現實主義作品，那麼《年會2》就應該算是一部超現實主義作品。與第一部基調保持一致的是，每個角色都是現代職場人的縮影，工作時稱呼英文名，一邊宣稱扁平化管理，一邊拉幫結派。

但如何讓觀眾真正代入？製作團隊需要做好的是豐富劇情，增加戲劇衝突，再利用好反轉，插敘等創作手法，才能更全面展現「眾合集團」的「暗流湧動」。

當年的《年會不能停！》之所以能夠取得不錯的票房成績，根本原因是着眼點小人物的職場奮鬥故事，主人公單純淳朴，一心就是想把工作做好。今年的《年會2》中的劉奔所強調的職場公平，就顯得有些刻意，第一部中的主人公馬杰只想混口飯吃的打工仔，成了參與報復對自己不公的同事、領導，並非強調的是工作業績，而是着重講述人性之惡，故事最後才良心發現，用「喊名字」的方式上升高度，這種構思反而減分。

在筆者看來，人性複雜多變，如《年會2》這樣呈現職場日常題材的作品，如若想「出彩」，還是要盡可能展現身為一個職場「小人物」的原則與堅守。增添醜化或者諷刺視角，並非不可以，卻未必就能讓原本喜愛《年會不能停！》的觀眾，3年之後依然想走進戲院觀看。



▲《年會不能停！2》電影海報。



海倫

▲《癡造之才》塑造充滿人性缺點之乒乓球運動員形象。電影劇照

另類手法塑造 乒乓小子

從各類宣傳中可以看出，導演佐舒沙夫迪是通過影片塑造美國上世紀50年代的傳奇乒乓球手Marty Reisman（馬蒂·毛瑟）這個人物。電影中出演男主角馬提的是「甜茶」添麥菲查洛美。以往他呈現給觀眾的大多是帥氣男孩的形象，這部作品可謂轉型之作。

不僅是「甜茶」求轉型，這部電影同樣也是導演佐舒沙夫迪與弟弟「分家」後的首部作品，二人對作品都寄予厚望。

客觀來說，這部電影講述的故事很真實、也很現實，可以說還有些粗俗。只是如果不是體育運動員應該沒有更多的感同身受。因此，這也是造成這種「雷聲大雨點小」的局面的一大重要原因。不過，拋開一系列客觀因素，再來看這部影片，影片的切入點頗有新意，同之前的大多數體育題材的電

影作品不同，本片並沒有大篇幅講述馬提的球技與訓練的辛苦，而是以一種充滿張力、誇張的表演方式，呈現給觀眾一個狂妄自大，剛愎自用，爭強好勝又擅長投機取巧的乒乓壞小子形象。

還原運動員經歷

影片基本還原了乒乓球運動員馬蒂充滿爭議的運動員經歷，例如備受輕視的他如何為了維持自己的體育生涯，在鞋店打工，遠赴倫敦比賽卻失利於日本選手遠藤。比賽的失利更激發了他想要取得勝利的決心，此後他對身邊一切都加以利用，或討好或利用後即棄，最終遠赴日本獲得與遠藤再戰的機會。

而這部分劇情正是電影引發爭議討論的核心原因，筆者認為如果是經歷過那個時期的觀眾，尤其

是熱愛乒乓球的球迷們，也許能夠理解馬提的種種行為。但是現在的觀眾，若想從影片當中感受體育競技精神，恐怕會失望而歸。

暫且不談馬提行為動機的對錯，導演及主演能夠把一個「國民英雄」的劣根性毫不掩飾地示於人前。這一呈現方式，本身也需要「鼓足勇氣」。這也是導演所要展現的觀點，讓「英雄」走下神壇，令角色充滿活人感，哪怕是他身上有各種各樣身為人的缺點。

可以說，《癡造之才》單純作為一部傳記類電影，選題，拍攝角度，角色塑造等各個方面都頗有新意，只是其中的立意，未必就能令所有觀眾都認可，它更傾向是一部見仁見智的影片。平日熱愛觀看體育類電影的觀眾，也可看看外國導演如何拍攝一個充滿人性缺點的運動員故事。