

时尚先锋 壮志凌云

——世界男模兼健身教练凌云的时尚人生

□李德贞 记者杨桂兰

作为女人,你会喜欢这样一个男人吗?身为世界男模兼健身教练,有着挺拔的身材,深邃的眼神,迷人的微笑,又有那么一点点睿智、一点点内敛、一点点可爱,还有一点单纯。当然,这一点是不可缺少的——他还很帅。“帅”像一道屏风,在吸引你目光的同时,也挡住了你的视线。于是,他开始像一本书,长大后成人对于他来说就像战斗一样艰辛,带给他更多与众不同的人生境遇。如今的他,行走在时尚、潮流、娱乐、健身的圈内,却依旧冷静、勤奋与上进。对于他来说,因为经历过,所以更加懂得人生的珍贵。他就是我们本期专访的人物主角——凌云。

认识凌云来自机缘巧合。之前见过的他,大多是在电视晚会秀场的T台上,或是时尚杂志的服装大片中,还有去年曾经翻看过的本专业健身类杂志——2008年2月号《健与美》。而在现实的采访中,他比杂志中多了几分动感,似乎更加有型。巧合他元旦休假从北京回到赣州,在一个阳光明媚的午后,我们相约畅谈他多彩时尚人生。

梦想起飞的城市

凌云,赣州市人。父亲是军人,母亲是医生,他从小在赣州军分区大院长大。小时候的他学习成绩一般,受父亲的影响,他从小爱运动。在赣州三中读初一时开始接触篮球并爱上运动,此时的他身高只有1.4米多。到了初中三年级,一场大病让凌云无奈休学。半年后,他转到赣州七中就学。这场病改变了凌云的一生。

转学后,原本学习成绩平平的他跃到了全班第一,这让凌云的自信心得到了很大的提升。他的身高也从原来的一米五几长到了一米七八,而且进入了校篮球队。随后,他以优异的成绩又考上了赣州三中。高中时候的凌云体育成绩出类拔萃,每次在校运会上田径项目成绩都名列前茅。高考时,凌云以优异的成绩第一批被华东交通大学体育系录取。凌云说,那时在体育类的高考项目中增加了专项考试,其中有一项是铅球,这是他的弱项。为了锻炼臂膀训练上肢力量,凌云踏入了健身房,从此开始了和健身行业的不解之缘。

凌云告诉记者,在追逐理想的这些年,妈妈对他的支持最大。记得当时所在的模特学校因为在全国较有影响力,自然学费也贵,对本来不太富裕的家庭无疑是沉重的负担。但是妈妈听到是自己儿子一直的兴趣,二话没说就答应了,东借西凑在两天内便凑齐了学费。凌云说,因为有父母的关心和不断的支持才成就今天的他。如今他虽人在他乡,却时常梦回城边,穿梭于灶儿巷,吃着钓鱼台的臭豆腐……

与健身结下不解之缘

回想起当年往事,凌云称他在大一的一次健身训练中,因为对科学的健身训练知识没有深刻的认识,过于追求重量导致右手腕受伤。在疗养的几个月中,由于腕关节的特殊性,他几乎不能做任何运动。等到拆绷带的时候,体重已经比原来增加了10公斤,变差了的身体线条,跑步的急促呼吸,让他无法接受。但是这一切并没有让他心灰意冷,凌云此时开始查看各种健身书籍,并认识到健身训练必须讲科学。他告诉自己不管怎么样都要再去健身房锻炼,开始的时候真的很辛苦,由于伤痛,本来一个小时可以完成的训练不得不持续几个小时。

这段经历也为他以后从事健身职业打下了坚实的基础。如今做了多年专业私人健身教练的他,对于这项工作与职业有了更多自己的感受和理解。

谈到教学,凌云显得特别兴奋。他告诉记者,私人健身教练是指在健身俱乐部中指导

会员进行一对一训练的工作人员,其工作具有互动性、针对性等特点,并且是按小时收费的。私人健身教练会充当不同的角色,有时候是督导者、引导者,有时是私人医生,有时是朋友、聆听的对象。凌云透露,目前在众多健身俱乐部中,私人健身教练课时费从每小时150元到每小时1000元不等,平均每天带课三四个小时,每个月能上100节课左右。按最低课时费来计算,一个健身教练每月收入可以轻松过万元。

他表示,作为一名优秀的私人健身教练,具有良好的职业道德是最为重要的。因为有时候一个私人教练的口碑会影响一个行业,所以严格地遵守行业的职业操守是必然的。

痛并快乐的模特生涯

其实,很早之前凌云就憧憬模特这个行业,他觉得模特能穿时尚的衣服,还能免费拍好看的相片,可以在T台上接受观众的掌声。



T台上的凌云。

T台:专业成就出色

在凌云的身上有着许多代表着80后的思想符号,他觉得作为一个敬业的模特,对于人体艺术以及裸露,有着自己的理解。比如有时拍一辑另类风格的相片,必须首先了解摄影师的思想有时需要裸露,展示人体自身这个宝库。

对于拍摄“型男”这样的照片,凌云表示自己可以接受并且理解,虽然之前从未参与过人体艺术的拍摄,但是如果真有艺术大师邀请拍自己的话也会考虑。当记者问到会不会有心理抵触时,他回答说:“没有,我是个专业的模特,人体模特其实也是模特的一种,但是前提是在创作艺术,而不是色情拍摄。因为人体自身就是一个宝库,我从事的职业,无论模特也好,演员也好,都是要把自己呈现给观众,我尽量把自己最好的一面展现给大家。健与美,也是美学的一种境界。当然,我崇尚自然的锻炼方式,要达到健康的状态,也只有通过健康的方式。”

2008MANHUNT世界男模特中国总决赛虽已过去,对他来说恍如昨日。“这是个重量级的比赛,压力很大,有很多故事,也有很多好玩的事情,还要面对很多东西的冲击,现在想想还真是挺难的……”凌云说,当时他的想法就是表现自己的东西,不去模仿,在整个比赛过程当中,他都有自己的思想。挺可惜的,凌云在那次比赛中只获得了亚军,而只有冠军才能代表中国参加世界比赛。他说他已经尽力了,过程才是最重要的。在今后的路上,自己打算通过学习化妆、造型、摄影、服装搭配等知识来不断提升自己。

他也对那些渴望成为模特的年轻朋友说了他的一些亲身经历的心得体会,提出了一些宝贵的意见,希望对大家有所帮助。比如要成为时装模特必须具备哪些条件,是不是只要有较高的身材就可以呢?凌云说:答案是否定的。良好的身材和相貌是做模特具有的基础,要配合其他因素,如个人气质、文化基础、人格素养、展示服装的能力等内在素质,具备各方面的综合素质,才能成为一个成功的模特。总结起来,有体型、相貌、气质、文化基础、展示能力等几方面的条件,还要有职业的感觉。所谓职业的感觉,就是对服装的一种直觉判断,即熟悉服装潮流,懂得哪种款式适合哪种形体和气质的人,精通自己形象的个性要求。通俗来说,就是凭着自己的直觉能摸索到最新的潮流,并依据潮流信息进行穿着打扮。作为一位优秀的模特,不仅要具备较好的生理条件、文化基础,还要对服装设计、制作与面料、配件以及音乐、舞台灯光等具有一定的领悟能力。模特的工作场所在T型台上,若要在台上取得成功,就必须在台下进行各种与之相关的素质的培养。因为不管在哪个行业,做哪项工作,专业必定成就出色。

五光十色的娱乐圈

在许多人眼里,模特或者艺人外表光鲜亮丽,其实背后有着许多不为人知的艰辛。凌云向记者谈起他前段时间在北京拍摄的一组平面相片,当时温度为零下12℃,影棚没有暖气,热身了半个小时身上还是冷的,因为需要赤脚站在地上,还要完成导演的各种拍摄要求。其实这都算不了什么,站在雪地里穿着夏装,在夏天穿棉袄拍摄都是常有的事。

跟他聊起五光十色的娱乐圈,他坦然一笑说:“正如大家所知的,娱乐圈的一些潜规则是存在的,但实力和拼搏精神必不可少。在娱乐圈有钱有实力的比比皆是,为什么有些艺人很多人捧?做人很重要。在此告诉想出名想入娱乐圈的朋友,最重要的是先要了解自己,到底需要的是什么,做事之前要三思。有些人为了成名不惜代价。其实,有时候就算你付出了代价,也未必成名。”

听着他娓娓而谈,冬日的寒意在这张年轻俊朗又洋溢激情的脸上渐渐散去。在这张年轻的脸上,可以看到那些梦想最终实现,那些幼稚终于成熟,那些艰辛也终于得到认可。新的一年,希望他用不懈的努力去拥抱梦想的光芒,用青春飞扬的激情来点亮时尚多彩的人生。

结束采访时,凌云说,如果可以,他想再通过《赣州晚报》对他的父母说:“谢谢你们一直以来对我的支持、鼓励和帮助,谢谢你们将我要带到这五光十色的世界,让我走进这五彩缤纷的人生!我爱你们!”

带着他这颗炽热与感恩的心,我们愿他在时尚浪潮中走得更远!

他说:“我觉得,我天生就是吃这行饭的!这不是自恋,应该是自信!我很喜欢那种万人瞩目的感觉。一场秀走下来,许多人都台下为我鼓掌,我觉得特别有成就感,这就是我干这行最初的享受和动力。”一直到他大三的时候,概念98凯莱希模特学校在南昌的成立终于给了他学习的机会。模特的基础训练非常辛苦且枯燥,形体训练中最基础的贴墙站,头、肩、臀、腿、脚五点一线需要全身肌肉紧张控制双膝贴住,一站就是半个小时。

训练是艰苦的。南昌的冬天经常刮风下雨,凌云就读的大学离模特学校坐车来回要花足足4个小时。但他风雨无阻,勤奋的学习态度打动了校长,校长破例让他免费学习。第二年,他不负重望,成为一名签约模特并担任该学校的模特经纪人,那时他只是大学四年级的学生。五光十色的模特生涯伴随着痛苦和快乐。今日的他在国内获奖无数,在刚结束的2008MANHUNT世界男模特大赛中国区总决赛的比赛中,他仅以微弱的差距得到中国区总决赛的亚军,而大家熟悉的胡东就是1999年年度大赛的冠军。