

陈道明 风度

梁笙花◎著

高晓松说：

「陈道明是一个很博大的艺术家，他有很深厚的文化底蕴。他对艺术不固执，而且能够有多元化的理解」。

有一种背影，叫风度

有一种职业叫演员
有一种傲骨叫清高
有一种趣味叫无用
有一种境界叫平凡
有一种寂寞叫孤独
有一种做人叫不油腻

有一种距离叫与艺术近、
离金钱远

风度

陈道明

梁笙花◎著

图书在版编目 (CIP) 数据

风度陈道明 / 梁笙花著. -- 南京: 江苏人民出版社,
2018.5

ISBN 978-7-214-21935-0

I. ①风… II. ①梁… III. ①陈道明—生平事迹
IV. ①K825.78

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2018) 第 100537 号

书 名 风度陈道明
著 者 梁笙花
责任编辑 石 路
装帧设计 MM 末末美书
版式设计 张文艺
出版发行 江苏人民出版社
出版社地址 南京市湖南路1号A楼, 邮编: 210009
出版社网址 <http://www.jspph.com>
印 刷 天津中印联印务有限公司
开 本 710 毫米 × 1000 毫米 1/16
印 张 14.5
字 数 211 千字
版 次 2018 年 7 月第 1 版 2018 年 7 月第 1 次印刷
标准书号 ISBN 978-7-214-21935-0
定 价 45.00 元

序

一直在想：世间最完美的男子是什么样？

直到那天，在电视上看到他就演艺事业接受记者采访的那张脸，清晰磁性的声音，有穿透力的气场，睿智的眼神，举手投足间宛若中世纪的绅士；绝佳的智慧和才情，任何话题都能挥洒自如。他讲话的内容并不那么“动听”，甚至有批评的意味，但他就有这种魔力，再骄傲的人，被他教训，都视为一种荣幸。

他不媚俗，当很多人都为五斗米折腰的时候，他还在不忘初心地强调着情怀、情感、精神、文化。

更要命的是，他还那么帅，帅到没道理。当别的男人四十多岁就开始衰相渐显时，61岁的他，身体和思想的各个方面都还依然是风华正茂的。

这样的男人，值得我以文字的方式“靠近”。

他的名字叫——陈道明。

陈道明，1955年出生于天津书香世家，父亲是燕京大学的毕业生，后来在天津医科大学教英文。祖父是与李叔同同期一起留学日本的天津名士。

在演艺圈内，陈道明是一个另类、华丽、伟大的存在。

他出道三十年，演过的电影电视剧加起来却还不到五十部。但他参演的角色，一定有好口碑。

他个性鲜明，公开表达有些剧不会演，有些角儿不会扮，对有些做法看不惯。但这一点不会影响他的成功与好口碑。

作为“金鹰奖”“飞天奖”“金熊猫”“华表奖”等影视大奖的最佳男主角、男演员及全国“十大影星”称号的获得者，陈道明的演技有目共睹，令人称道。媒体称他为国宝级演员，一点不夸张。

冯小刚在书里说：“陈道明是中国优秀演员里读书最多的一个，自打中国有了

一个风度男人的
完美存在

明星那一天开始，他就已经是明星了。”

张艺谋夸赞他说：“中国能演知识分子的人不多了，陈道明是最适合的一个。”

演艺圈内，被他公开“教训”过的明星不少，但没有一个不对他心服口服。面对媒体，他是记者口中“最难采访的明星”，被他怼过的记者不少，但大家照样很敬爱他，且几乎每篇有关他的报道都会上头条。

为什么那么多人迷恋陈道明？

他立场坚定，棱角分明，虽然很多人都说他傲，但却鲜有负评；娱乐圈的八卦和绯闻从来都和他绝缘，这是为什么？

成绩斐然，有才有实力。陈道明的才气在圈内圈外都是广为人知的。在演艺事业上，他是最有表演魅力的演员，凡经他演过的角色，无一不令人刻骨铭心。在片场其严肃认真的态度，精益求精不将就的工匠精神，令所有人折服。论学识，他饱读诗书，博学广记，国学大师季羨林先生曾赞他可胜任北大研究生导师；他与钱钟书是忘年之交。论才艺，他琴棋书画样样精通。学生时代是体育全能、探戈高手。现如今更是才华横溢。很多他参演剧中的字画与琴音都是他亲力亲为，玩票参加高尔夫球比赛还能拿业余组的全国冠军，同时又是会穿衣服会留胡子会戴帽子的大叔。这样把所有涉足的事情都做到极致的实力派高人，真是无懈可击啊。

谦谦君子，有品有德有情怀。按理说，有那样的出身，有这样的功名，有这样的人气，他是最有资本骄傲优越感十足的人。可是，就这么一位演艺界殿堂级的人物，说起自己来，却谦虚得要命，他说自己“只是个戏子”，而他挂在口头上的一句话就是“人别太把自己当回事”。生活中，他永远践行着清淡微远的生活方式，深居简出，没有狐朋狗友，不拉关系织圈子，也不呼风唤雨，除了片场认真演戏，就是宅家里读书写字，做些“无用之事”，遣有涯之生。

但他并不小肚鸡肠，而是内心有大爱和大慈悲的善人。如此有教养的谦谦君子，谁人敢冒犯？

三观分明，做人有态度。假如一个男人，只有才华和谦虚，却没有态度，这样的男人充其量只是一块揉不开的面团，毫无光晕和能量感。弥足珍贵的是，陈道明还是个有文化自尊和道德“洁癖”、见不得人们弄虚作假藏污纳垢的“真人”。当整

个社会都得了“有用强迫症”时，只有他像个勇士那样不停地呼唤着职业精神、文化内涵、良知、文化底蕴，等等。当众多演员看不惯出品方的潜规则、“注水”行为但又敢怒不敢言时，只有陈道明站出来呐喊，批评指正。这份持守和呐喊，无形中施予他一身正气，让他成为一个有能量感和自带威严的厉害角色。

堪称伟大的是，他棱角分明，但一点不偏激，任何问题经他分析起来总是客观又透彻，就比如他特别能接受部分人的高片酬，但前提是有没有做那么多事。

温润如玉，有爱有能量。这样一个高品位的男人，在日常生活中，又男友力爆棚。他把责任感看作男人的脊梁，热爱生活，对女人极其尊重与呵护，心甘情愿让自己赚钱养家让妻子貌美如花。他对女儿无任何过高的要求，把健康快乐放在首要的位置，他不要那么多“面子”，很注重生活的“里子”。他把待在家里当做男人最大的时尚。在熟悉安全的圈子里，他又心无旁骛地像个孩子。

这就是陈道明。在精神领域，他是个超然物外的高人，在物质世界，他是个机智坦荡的智者。他以一颗出世的心，做好世间方方面面的事，既有现世安稳的暖心，又有家国天下的情怀，还有世界无奈于我的秉持。

这样的特质早已融化了世人的心，包括我自己。

宋丹丹说：“如果你是一个成熟女性，当你认识了陈道明，你要是不爱上他，那一定是你缺乏自信。”后陪衬说：“我身边所有女性都很喜欢陈道明老师这样的绅士，这样学问渊博、身材好、温柔的男神。”他的人生轨迹就像是一碗浑然天成的鸡汤，他身上所有的闪光点几乎都可以被拿来当作范本效仿。

本书总结了陈道明先生表演事业、艺术人生、为人处世的方方面面，从不同路径深探其灵魂世界，奉献给大家一个赤诚、高远的人物形象。

陈道明说，把所有不爱回家的人都召回家，天下就太平了。

而我说，让浮躁的人都靠近陈道明，聆听他的心脉与声音，世界就简单了。

为这样一份简单、和平，让我们一起阅读吧。

目
录

上篇

陈道明的演艺事业

中国最有个人魅力和文化内涵的演员

第一章 认真到极致的演艺工作者

1. 所谓好演技，就是角色魅力与个人魅力的高度统一 //002
2. 有社会责任感，讲求正能量输出的优质演员 //006
3. 戏大于天，认真到极致的演艺工作者 //009
4. 择戏而演，既是剧作表演者，又是灵魂表达者 //011
5. 明明谦谦君子，却自称只是一枚“戏子” //014
6. 以“人民的名义”演戏，观众是他的唯一评判 //018
7. 知进退，能放下，我是跳水的，不是游泳的 //021

第二章 有文化自尊的麦田守望者

1. 中国“文人戏”的开拓者，把文人风骨浇筑到角色之上 //025
2. 商业化没问题，但别披着文化的外衣，另外还要有度 //028
3. 极具人文关怀，对万物苍生非常爱重 //031
4. 有文化自尊的中国演艺界“士大夫” //033
5. 抹不去的文艺情结，梦想影视创作上的匠心精神 //036
6. 很有史学修养，“学者”这个词配不上他，因为他太有学识 //039
7. 无论演员，还是普通人，都要注意提高自己的文化底蕴 //042

第三章 演员陈道明，有哪些可贵的工作态度值得我们学习？

1. 职业人士必须具备正确的职业观 //047
2. 不喜欢的工作也要做到极致 //050
3. 对“违心”的工作也要心存感激 //053
4. 不要嫌弃“打杂”“跑龙套”，这是成名最基本的基础 //055
5. 不要轻狂，你轻狂的样子太可笑 //058
6. 看懂了陈道明的演技，才知道为什么我们要读书 //061
7. 不要有什么职业危机感，要相信水到渠成的精妙 //064
8. 各行各业，都需要一种甘于寂寞的精神 //066

中篇

陈道明的艺术人生

清淡微远的生命意境

第四章 人格魅力——做个什么样的人

1. 一个“真人”：求真务实，真实不虚 //070
2. 有风骨，做个有上进心的“傲人” //073
3. 有大爱，修身治国平天下 //075
4. 有气场有能量，仿佛天生自带光环 //078
5. 精神有坚守，作为才能不狂媚 //080
6. 有担当，我演得不好，是我自己无能 //082
7. 有自知之明，清楚自己的分量 //085

第五章 男人味——最Man不过陈道明

1. 陈道明的风尚志：责任感是男人的脊梁骨 //088
2. 霸道有理，拥有话语权 //091
3. 声音磁性有张力，引人入胜 //092
4. 对自我有要求，业余爱好也认真 //095
5. 翩翩君子，姿势挺拔，体态优雅 //098
6. 穿衣有品位，简约不简单 //101
7. 尊重女性，陈道明的“高跟鞋女人说” //103

第六章 居家态度——无处不是桃花源

1. 清淡微远的现世理想 //107
2. 夫妻关系和睦，这才是婚姻里最好的模样 //109
3. 教育孩子很恬淡，快乐就好 //113
4. 男人最大的时尚，就是顾家 //116
5. 内外兼修，不是蓝颜易老，是你修为太少 //119
6. 做些无用之事，遣有涯之生 //122

下篇

陈道明的处世哲学

以出世的心，做好入世的事

第七章 人的成长与教养

1. 信奉“环境因素决定论” //126
2. 承认自己是凡人，做个正常人，然后把伟大交给命运 //129
3. 挫折并不总是好事，挫折感容易产生勇气，也容易产生卑鄙 //131
4. 陈道明的“伪君子说”，绅士当自持 //134
5. 做人的最高境界是节制 //136
6. 界限感与分寸感是中国人普遍缺少的基本教养 //139
7. 人群中，他“刻薄”得如此高尚，桀骜得如此温暖 //143
8. 幽默是很高级的东西，得有智慧 //146

第八章 有距离感和疏离感的社交姿态

1. 对人情世故有清醒的认知和解读 //150
2. 把独处提升到道德高度的第一人 //153
3. 躲避与疏离，是保护自己，也是尊重他人 //156
4. 不喜欢狐朋狗友，更在意精神的愉悦和享受 //159
5. 做人要有口德，别人优秀不优秀不重要，自己优秀不优秀才重要 //162
6. 不在意流言，做好自己的事，任由世人评说 //164
7. 世人怕他，是因为他太认真极致 //167

第九章 貌似不羁实则最朴素的价值观

1. 看清自我，淡泊名利，有浩瀚大宇宙概念 //170
2. 崇尚自由，钟爱自由自在的生活姿态 //173
3. 人与人之间应该少恨，多爱，提高社会宽容度 //175
4. 珍惜苦难，没有苦难的人生毫无魅力可言 //179
5. 内心有崇拜和敬畏，所以他的谦逊入骨沁髓 //182
6. 人间正道是沧桑，梦想写杂文，做捍卫正义的战士 //185
7. 把俗气视为自然，不拒斥财富，但绝不唯利是图 //187
8. 如何调和出世和入世的矛盾？陈道明的“方法论” //191

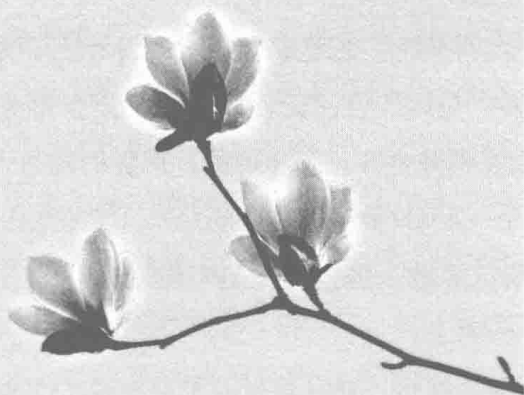
第十章 一碗浑然天成的“鸡汤”——闭着眼睛听，句句是箴言

1. 人生在世，谁都难免有郁结之事 //195
2. 烦躁，是因为对自我缺乏了解和控制 //198
3. 人活着，需要给心灵安一个家 //201
4. 人活得简单一点才高级 //204
5. 任何人都不可能样样得到 //207
6. 整个社会都得了“有用强迫症” //210
7. 要的太多，能力太小，就会焦躁 //214

上篇

中国最有个人魅力和文化内涵的演员 陈道明的演艺事业

虽然陈道明总是低调地说，演员只是他的职业而已，但他却真正以做事业的心态来百分之百投入到演艺工作当中。成为中国演艺界个人魅力、文化底蕴、角色塑造的集大成者。他择戏而拍，既是表演者，又是表达者。说他是带着工匠精神在演戏一点都不为过。



认真到极致的演艺工作者

整个演艺圈，当许多演员只是被动地依照剧本和导演的意识塑造角色时，陈道明却带着认真到变态的工匠精神在自我和角色之间搭建一条和人文、历史、社会沟通的塔桥，寻求着和历史联接的小小机会。对于这样的陈道明，说他是演员，显然不够。说他是德艺双馨的文化工作者，才刚刚好。

1. 所谓好演技，就是角色魅力与个人魅力的高度统一

他是《围城》里油头粉面、讲着一口上海普通话的男人方鸿渐。

他是《康熙王朝》里霸气十足、澎湃似海的康熙帝。

他是《黑洞》里简练如猫、清冷孤绝的聂明远。

他是《英雄》里志存高远、一统天下的秦王。

.....

从1982年入行到现在，陈道明演过的诸多角色，总是那样结结实实地烙在观众的心上，有刻目剜心的效果。所谓“自从一见桃花后，直至如今更不忘”，至少在现有的娱乐圈内放眼望去，无人能比他演绎得更好，那样的剧，那样的角色，他就是唯一对的人。

这都源于他超强的个人表演魅力。角色的魅力与他自身的气质魅力浑然一体，再不可分。

毫无疑问，陈道明是一位个人魅力极强的演员，强大到有人无奈地说“他演

谁都像他自己”。这样的评价并非客观，但用来形容陈道明的个人表演魅力和张力之猛烈，我倒是觉得很有意思。

我不是影视圈内人，为了尽可能客观地挖掘到陈道明表演魅力的渊源，我还是花大功夫学习了一些基本的影视表演理论知识。

一般，人们在演员个性与角色形象的关系上，存在“二分法”。

一、演员导向型。即演员的个人特质魅力太大，盖过了角色的特点，也就是个别人所说的“演谁都像他自己”，他们出演的每一个角色都带着浓厚的个人色彩。其代表就是拥有“演技之神”之称的美国演员罗伯特·德尼罗。

二、角色导向型。即淡化演员个人特质，以角色人物为模具。这种演员特别善于改变自身，无论外形、节奏还是语调等，他们总是乐于找寻自己身上不同的特质，通过演绎角色重新把自己建立，树立新形象。也就是“演谁像谁”。其代表人物要数美国著名影星达斯汀·霍夫曼。

以上两种风格的演员，有人在华人影星中也找到了代表，比如角色导向型代表为“百变影帝”梁家辉，演员导向型代表就是陈道明了。

你对陈道明的演艺生涯了解得越多，你越觉得这种评论根本站不住脚。

陈道明是话剧演员出身（1971年进入天津人艺，1978年进入中戏研习表演理论），而新中国话剧界一直奉斯坦尼表演理论为道统。斯坦尼理论的核心就是“人物至上”，这套理论想当然地深深烙进青年演员陈道明的心底。从1982年第一次“触电”跨界到影视表演行业，到九十年代初期，长时间浸淫的就是以斯氏理论为主干的戏剧表演理论。陈道明对自己的要求恐怕就是成为“变色龙”达斯汀·霍夫曼这样的百变影帝，因此我们才在荧幕上看到了正直无畏的知青连长曹铁强，“色厉胆薄”的末代皇帝溥仪，海归知识分子方鸿渐，从一身傲骨到一地鸡毛的小公务员小林，正义凛然风姿卓然的外交官顾维钧……纵观这些角色，无一不是各具神貌而皆刻画入骨的惊艳演出。陈道明也公开表示：“我比较信奉斯坦尼的理论，一百个男人应该是一百个样，这才是功夫。”

但在影视表演践行戏剧道统斯氏理论的过程中，像陈道明这样一个天性敏

感、叛逆、善于思考的人很快就遇到了困惑，他在实践中越来越感觉到严格恪守“人物至上”与表演实践的不和谐。他在《从艺杂感》中写道：

“我从艺的起点是话剧舞台，在当学员时期自然是训练戏剧表演方法，从面上来看和我现在所从事的影视表演好像是大相径庭，在社会上专家和剧组导演苦口婆心的指导下，着实让我在表演方法上有一段不知所措，像是过去的舞台训练，如同吞食了恶果。我拍摄的第一部影片是《一个和八个》，创作人员尤为对所谓电影表演生活化逼之甚迫，一时间我摸不到电影表演艺术风尚之所在，只恨自己学习了斯坦尼……”

这样的困惑一直持续到他接拍《末代皇帝》。“《末代皇帝》剧组的导演找到我头上，而且导演一拍拍出了我这个假溥仪。虽然演得不算真，可把我这个糊涂脑袋给拍明白了。它给了我用四年的时间研究一个角色的机会，既系统又全面，不在我学院学习的收获之下。回头来去思索，总觉得绕了个大弯子，和过去老师教我的戏剧表演方法无二呀！均基于真听、真看、真感觉的表演A、B、C。又一想既在本质上相同，何以搞出个‘戏剧与影视表演要离婚’的奇案？舞台艺术、影视艺术只不过是表现手段不同。”

在20世纪90年代初，陈道明写过一首小诗，其中自我调侃的“演不出好戏，是因为学多了斯坦尼”一句话，就表达了先前过度拘泥于斯坦尼理论的条条框框而妨碍了其自然的发挥之意。

在这样的积淀基础上，才有了陈道明在2000年的华丽转身。

这一段的表演实践和心路历程，使陈道明备受煎熬。煎熬的结果是他终于明白了不唯古不唯权威，而是实践出真知，殊途同归，无论是戏剧还是影视表演，都要归“真”。

在认识到这一点后，陈道明如醍醐灌顶，他对角色的驾驭找到感觉和状态了。于是，他迎来了影视表演上的“第二春”，这第二春的使者就是《康熙王朝》和《黑洞》。这奠定了陈道明在中国电视剧行业内第一男星的地位。接下来的《中国式离婚》《冬至》，都掀起了一阵收视狂潮。毫不夸张地说，21世纪初的荧屏，几

乎被陈道明一个人包揽八成，任你遥控器怎么调换，都有陈道明的身影。也正是在这一时期，陈道明逐步找到了自己的表演自信，他的表演风格也慢慢锁定。他说，“当初学斯坦尼的一个原则是‘人物至上’，但是现在国内外许多成功的大牌演员无疑是加进了个人魅力的成分。”“我希望演员的人格魅力，加上历史人物的人格魅力，这才是演员应该做的”。他开始做到了演员与角色的浑然天成。

总之，从业几十年，在对斯氏理论恪守、矛盾、推翻的跌打滚爬中，人到中年的陈道明慢慢形成了自己独到的表演理念和表演特点。其精华如下：

· **表演理论也要与时俱进。**“对表演而言，确实有一个表演观念随着物质世界的转换而改变的过程。表演必须跟着时代走，你要不断地征服不同时代的观众，你的演艺价值才会长久存在。”

· **如何处理演员和人物的关系？**“当初学斯坦尼的一个原则是‘人物至上’，但是现在国内外许多成功的大牌演员无疑是加进了个人魅力的成分。”“目前的演员往往是个性魅力不及角色的魅力，其实应该是个性魅力盖过角色魅力。”

一言以蔽之，即由斯坦尼理论人物至上的原则，发展为加进演员个人魅力的成分。

· **作为演员我们要演什么？**“不能单一地从外表刻画人物，应该主要刻画人物的精神世界。”未达到此水准，“就要求演员在本质上下功夫。”

陈道明说的这个本质是什么？按照陈道明的标准，那就是平日里提高个人的文化内涵、职业素养，做个有心人，拿到剧本时要认真看，揣摩，投入，既是演角色，又是表达自己的情感。到了此境界，演员和人物是合为一体的。

任何卓有成就的人都必须经过一番艰辛而“痛苦”的修炼，方才灿然大成。陈道明也不例外。从戏剧舞台上的无名小生，到中国内地片酬最高的男演员，陈道明已成了演艺理论的大家，他对演员和人物的关系有自己的成熟认知体系，在分寸的拿捏上达到炉火纯青的地步。这样的他，演起戏来，就像一个巨大的光球，也能轰然塌缩为一个“黑洞”，瞬间，聚合起荧屏内外百度、千度、万度的光点，裹挟着飞往光的深处……

2. 有社会责任感，讲求正能量输出的优质演员

若论中国演艺圈“国民男神”，陈道明论综合实力当之无愧。老中青少，一个陈道明起码能俘获四代人，而且个个都死心塌地，用《围城》里赵辛楣母亲的话来说：“看着你，我眼睛都舒服。”现在到了耳顺之年，其竟然比三十年前更帅，更有魅力。

一个能俘虏四代人的明星，他的魅力，一定不单靠颜值。就陈道明而言，主要靠他的正能量。有人说，陈道明最厉害的一点是“三观”，几十年如一日正得像条直线。

一边在演戏，一边在输出正能量

作为一个演员，好好演戏就是了，谁还操别的心？陈道明貌似有操不完的心。他不仅好好演戏，他还讲究能量输出。在陈道明的演艺理论体系中，“能量输出”是个很重要的内容。

2017年3月，陈道明作为政协委员接受记者采访时，公开发表自己对某些剧的否定看法：

“有些剧我是绝对不会拍的，比如抗日神剧就不拍，它不光是一个电视剧，它牵扯到一个正确的历史观的问题。”

“伪历史剧我也不拍。所谓伪历史剧，就是这个剧是完完全全不靠边的。”

“我觉得文化问题是一个特别重要的问题，给老百姓到底端上什么样的菜，吃什么样的饭，喝什么样的汤，是我们的责任。”

在被问到演员应该为社会输出什么时，陈道明不假思索地说是“情感”，并特意强调“人类良性的情感”，“对国家的情感，对亲人的情感，对族人的情感，其实每个人，如果都有一种情怀的话，良性的情怀，我觉得不愁不出好片子。演员对社会的责任是什么？就是你必须要鉴别这个东西输出给社会，是不是能够起到温