

辛凯聊平凡



◎ 辛凯 / 主编 辛

凯 / 口述

◎ 韩双娇 / 撰稿

■ 济南出版社

平凯聊平凡

○ 辛 凯 / 主编 辛 凯 / 口述 ○ 韩双娇 / 撰稿 ■ 济南出版社

图书在版编目(CIP)数据

辛凯聊平凡 / 辛凯主编. — 济南: 济南出版社,
2016.1

ISBN 978-7-5488-2005-5

I. ①辛… II. ①辛… III. ①辛凯 - 生平事迹 IV.
① K825.42

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2016) 第 018483 号

出版发行 济南出版社

地 址 济南市二环南路 1 号

网 址 www.jnpub.com

电 话 0531-86131726

传 真 0531-86131709

经 销 各地新华书店

印 刷 济南黄氏印务有限公司

开 本 710×1000 毫米 1/16

印 张 9.25

字 数 106 千

版 次 2016 年 1 月第 1 版

印 次 2016 年 8 月第 1 次印刷

印 数 1-10000

定 价 36.00 元

发行电话 0531-86131730 / 86131731 / 86116641

传 真 0531-86922073

(版权所有, 侵权必究) 如有印装质量问题, 请与印刷厂联系调换





CONTENTS

目录

第一章 从小就有一颗文艺的心 / 1

1. 军人之家的文艺氛围 / 3
2. 妹妹学琵琶，我是“陪练” / 11
3. 艺考第一场发生“演出事故” / 18
4. 让老师惊讶的出色乐感 / 22
5. 文笔好，成了“情书代写专家” / 26

第二章 音乐助我事业起飞 / 33

6. 第一次实习，就出境当了主持人 / 34
7. 做全能型主持人 / 41
8. 音乐如风，放飞千千结 / 47
9. 当有特点的制片人 / 65

第三章 与大腕面对面 / 83

10. 北上光线传媒 / 85
11. 大牌明星更放得开 / 91
12. 更喜欢汤唯、郭采洁这种潇洒利落的女明星 / 95
13. 减肥达人 / 97
14. 做演员，转型之路在前方 / 101
15. 主持生涯的新挑战：《名嘴K歌王》 / 108
16. 认真学英语：打开另外一扇窗 / 113

附一 辛凯心语（主要摘自辛凯的博客） / 119

附二 辛凯小档案 / 129

附三 采访札记 / 133

后 记 / 143

第一章

从小就有一颗文艺的心





军人之家的文艺氛围

辛凯给人的第一印象是略带羞涩，让人很难联想到他出身于军人家庭。但深入了解了辛凯之后，便知道他的价值观和人生选择来自于他的家庭。家庭对于辛凯的影响，已经潜移默化到他做人做事的风格之中。作为一位知名主持人，还能够胜任制片、直播等多种岗位，在电视圈里游刃有余，这无疑与他的家庭教育密切相关。

20 世纪 70 年代，辛凯出生于一个军人家庭，父母都是军人。在那个激情燃烧的岁月，辛凯父母相恋与相许的经历，与当时社会的“主流”是一致的。

辛凯介绍说：“母亲同意与父亲交往的第一个条件是因为他是党员，第二条则是父亲和母亲一样，也是解放军。”

辛凯母亲的老家在河北定州市，是一个物华天宝、人杰地灵的地方。定州位于河北省中部偏西，华北平原西缘，是古国都市，商代为北方方国，战国时中山国在此定都，是华北地区重要交通枢纽，自古就有“九州咽喉地，神京扼要区”之称。

特殊的地理位置使古城定州孕育了众多的文化名人，如西晋诗人刘琨、古代第一位女画家宫素然等。

近代以来，定州涌现了许多革命志士，辛凯的外祖父就是早年参加革命的老同志，解放后告老还乡，居住在河北定州一处部队干休所里。辛凯和小他 4 岁的妹妹都出生在这里。

值得一提的是，这处干休所曾经是一户地主的宅院，院落有极其讲究的古建筑。

辛凯回忆起那处干休所，很多细节已经忘记，但是却难忘那些建筑物的讲究和细腻。

“无论是雕梁画栋，还是五脊六兽，都充满文化的气息。”

老房子的每一块砖瓦，似乎都有难以道尽的故事。年幼的辛凯行走在几进几出的院落，用幼小而懵懂的眼神观察古宅每一处细节，说不清楚那些亭台楼榭的门道，却能够感受到一种细腻温柔的时光。

也许正是这里，最早孕育了辛凯独特的艺术气质和对于美的感悟能力。

辛凯童年时，父亲在山东德州军分区工作，母亲在济南某部队工作，两人两地分居。辛凯回忆说，那个时候他们和父亲难得见面。

辛凯的母亲一边工作一边要照顾两个孩子，非常辛苦。实在忙不过来的时候，辛凯的母亲就不得不把孩子暂时送回老家，请年迈的父母帮忙照看。于是，辛凯和妹妹就会常被送往河北定州。

辛凯回忆说，自己和妹妹总是乘坐着火车在两地穿梭，就像两个小邮包。辛凯是那个大一点的“邮包”，而胸前穿着兜兜的妹妹则是小的“邮包”。

“母亲忙不过来的时候就把我和妹妹打包送回老家，等忙过一阵子，有时间了，就再接回来。我和妹妹总是穿梭在济南和定州之间，如同潮汐一样，会有一种节律感。”

辛凯说自己虽然年龄很小，又要离开妈妈，但是自己却异乎寻常地喜欢回老家，原因是“觉得就是放假”。

辛凯有这样的感受其实不难理解，因为他出生在定州，对定州干休所有记忆。他把干休所里所有的老头都称为“姥爷”，所有的老太太都叫“姥姥”，回定州意味着回到亲人身边；另外，姥爷家的房子非常漂亮，辛凯喜欢在深宅大院中居住的感觉，那精美的砖雕、古色古香的围墙，都透过一双幼小而澄澈的眼睛抵达他的心灵世界；再说姥爷是退休干部，姥爷家可以给他比较富足的物质生活。

这让人不免想起钱海燕的一句话，大意是，美这种东西没有人能够定义它，人人却都能够认出它。定州深宅大院的气势和形象，对于小小

的辛凯来说，还无法用理性进行评述，但那种感性的美已经征服了他。

辛凯的姥爷和姥姥对辛凯教育很严格，使辛凯和许多军人家庭出生的孩子一样，从小秉承了父母身上的素质——自律而勤奋。他经常得到亲戚朋友的赞许，说他从小就是一个听话懂事、让父母放心的孩子。这为他后来在电视圈承受压力、独当一面奠定了基础。

母亲对辛凯和妹妹的要求也很严格，培养他们独立的习惯。在定州和济南之间来回往返的这种经历，锻炼了他和妹妹的自理能力。

除了性格上的优点，辛凯小时候还展现出文艺天赋。辛凯介绍说，这和父母热爱文艺有关。辛凯的经历更加验证了家庭教育是最重要的教育这个道理。

母亲爱好唱歌，父亲能弹奏好几样乐器，辛凯和妹妹的童年生活是充满旋律的。

辛凯的父母不是部队专业的文艺兵，只是部队的“文艺骨干”。辛凯介绍说，他的妈妈擅长唱歌，部队还曾经把她送入上海戏曲学院进修过一年多的时间，使她能够登台表演革命样板戏，演唱红色歌曲。而辛凯的父亲则曾经在部队担任宣传干事，尽管并不专司文艺工作，但文艺工作是宣传科分内的事，且辛凯父亲一直对文艺表演有很浓厚的兴趣，还能拉一手很好的二胡，所以他兴致来时，常常在家拿出二胡演奏一番，在音乐的旋律中得到享受。

既有歌唱又有器乐演奏，辛凯在家庭中得到了充实的音乐启蒙教育。比起那些从小对文艺一无所知的人，辛凯显然得到了起点超前的优势，这让后来走上主持人道路的辛凯受益良多。

果然，还在幼儿园时期，辛凯就已经成了“文艺骨干”。辛凯并不是一个特别外向的小孩，但是即使这样，也仍然让幼儿园老师发现了辛凯的不同。

每一次唱歌，无论是独唱还是合唱，辛凯都不走调。这个年纪的小朋友，是很难音律准确地唱完一整首歌的。

当小朋友们在一起表演的时候，辛凯都表现得有板有眼，这在一群活蹦乱跳的小朋友中间显得有些特别。

幼儿园老师不由自主地将目光放到这个性格沉静、不调皮捣蛋的小朋友身上。老师让辛凯在合唱节目中担任领唱，确定合唱的音高，做老师的小助手。

“在幼儿园，小朋友们大合唱，老师每次都让我领唱，原因是我从来不会跑调。”

辛凯说，自己最早学会的一首歌，并不是从幼儿园学的儿歌，而是经典歌曲《橄榄树》。

“不要问我从哪里来，我的故乡在远方……”

这首《橄榄树》是大家耳熟能详的经典歌曲，在辛凯儿时是十分时髦和流行的。

《橄榄树》的作词人是著名的台湾作家三毛，作曲是李泰祥。三毛的传奇经历打动过很多人，而这首歌同样体现了她向往流浪和自由的情怀。

经典的东西永远经得住时间的考验。

改革开放以后，港台很多流行音乐涌入内地，《橄榄树》无疑是那个时期的翘楚。许多热爱音乐的内地人发现，原来唱歌不仅仅能表现祖国、人民、战争等这样的“大事”，还可以表达相思、流浪、伤怀等这样的“小事”。原来音乐还有如此深邃的表达方式，可以如此让人心动。

这首歌，辛凯最早是从母亲那里听到的。

“不要问我从哪里来，我的故乡在远方……”悠扬的旋律、略感忧伤却又柔情百转的歌词，打动了包括辛凯母亲在内的许多音乐爱好者，也给幼



年的辛凯留下了不灭的回忆。

辛凯清楚地记得，母亲告诉他，第一位演唱这首歌曲的内地歌手是朱逢博。

朱逢博 1937 年生于山东济南，曾经有“中国夜莺”的美誉，在 20 世纪 80 年代，她的歌曾经风靡一时，她被称为“中国新民歌之母”，是中国现代流行音乐的开山鼻祖，是中国民族声乐继往开来的艺术大家，是华语乐坛具有开创性和标志性的人物。她曾荣获首届中国金唱片奖、艺术家终身成就奖，是中国十大女歌唱家之一。

辛凯介绍说，朱逢博演唱的《橄榄树》是属于通俗唱法的，而在当时通俗唱法是最时尚的。这首歌不仅征服了一代又一代的乐迷，也征服了一代又一代的歌手。除了朱逢博之外，孙燕姿、费翔、费玉清、黑鸭子组合、卓依婷等众多歌手，都曾经演唱过这首经典的歌曲。

《橄榄树》中关于远方、孤独和寂寞的哀愁，对于一个小朋友来说，自然是听不懂的，但是辛凯却能感知到这首歌强烈的感染力和优美的旋律。

值得一提的是，虽然小时候母亲教辛凯学会了这首歌，但是由于后来他学会的流行歌曲越来越多，他渐渐把这首歌淡忘了，甚至已经不记得自己会唱这首歌。直到很多年以后，辛凯的同学送给他一本三毛的名作《撒哈拉的沙漠》，他看到三毛描述了失落的爱情和永远的远方，他突然想起了这首歌在他童年时那斑斓而迷人的色彩，如地中海的橄榄树一样油亮碧绿，又有一丝淡淡的哀伤。

这首歌对于辛凯来说，还有另一番意义，教会他唱这首歌的人，并不是幼儿园的老师，而是他音乐路途最早的启蒙者——他的母亲。

辛凯的母亲外表端庄秀丽，是上得厅堂下得厨房的完美妈妈。都说从女儿身上可以看到父亲的影子，而儿子身上则存在着母亲的影子。的确如此，我们从辛凯干净利落的主持风格和低调严谨的为人中可以看到辛凯母亲的影子。

辛凯回忆说，妈妈是一个非常懂生活的人，总是在闲暇时不由自主地哼着歌。晚上月朗星稀的时候，妈妈搂着辛凯，抱着比他小 4 岁

的妹妹，在安静而舒适的家里教他们唱歌，这个画面成为辛凯永久的记忆。许多红色歌曲和经典老歌，辛凯都是从母亲那儿学会的。

辛凯家有一台收音机，每天中午 12 点，妈妈必定收听中央广播台一档黄金栏目，叫作《每周一歌》。在没有网络和电视的时代，《每周一歌》是音乐爱好者的最爱。每个星期只播放一首歌，每天午间 12 点和夜晚 12 点重复播放，有点类似现在音乐播放器的单曲循环模式。这样，一首歌在一周能播放 14 次。所以一周下来，收听这档节目的听众，基本上就会唱了。

天津人民广播电台高级编辑、中国音乐家协会会员谷世乐曾撰文，详尽地记录和整理了《每周一歌》节目的历史。“《每周一歌》的历史可以追溯到 1957 年，当时创办初期的名称叫《推荐歌曲》，节目长度 10 分钟，每周重点介绍一首新歌，采用反复播放的形式强力推荐以引起社会的反响，同时在当时的《天津广播报》上刊登歌曲以方便听众学唱。当时播出的第一首歌曲是彦克作曲的《骑马挎枪走天下》。在‘文革’之前曾推荐播出过《学习雷锋好榜样》《社会主义好》《我们走在大路上》《社员都是向阳花》《老两口学毛选》《马儿啊你慢些走》《打靶归来》等当时风行一时的歌曲。但为了配合形势宣传的需要，也播出过一些较为粗糙的标语口号式的作品。”

谷世乐先生在 1983 年接手这个节目的编辑工作。“事实上当时的乐坛已经很活跃，以施光南、王酩、王立平、谷建芬等为代表的一大批音乐家已经陆续创作发表了大量的优秀作品。当时社会上音乐争论也很激烈，焦点是对通俗唱法、港台歌曲的评价，还有创作题材问题。”

比如对《军港之夜》这样的军旅歌曲的写法、唱法，比如对台湾校园歌曲是否可以播放，对邓丽君的歌、对“西北风”的歌能否播出等等。这些今天不是问题的问题，当年都是很敏感的“雷区”，有些甚至是“禁区”。

有意思的是，现在被认为是主旋律的歌曲，比如张明敏演唱的《我的中国心》，是到市委宣传部请示才允许播放的。所以说，《每周一歌》其实是当时乐坛解放思想的标志。辛凯的妈妈能在那个时期按时收听这

档栏目，表现了她的欣赏品位和对音乐的热爱。

那个时期，《每周一歌》播出了许多好歌，例如《在希望的田野上》《十五的月亮》《长江之歌》《祖国啊我永远热爱你》《我爱你，塞北的雪》《绒花》《妹妹找哥泪花流》《我爱你，中国》《青藏高原》《枉凝眉》《在那桃花盛开的地方》《敢问路在何方》《歌声与微笑》《小螺号》《妈妈的吻》《春天的故事》《弯弯的月亮》《涛声依旧》《少年壮志不言愁》《绿叶对根的情谊》《一个美丽的传说》等等。这些歌曲至今让人难忘，甚至许多年轻的90后也能够传唱。

正是20世纪80年代音乐思想的解放，奠定了90年代中国乐坛蓬勃发展的基础，人们听到的不仅仅有红色歌曲和民乐，还有更多风格各异的乐曲。

辛凯说：“每天中午家里都在听歌，连续一星期听一首歌，现在的广播节目，再也没有这样精细的了。”辛凯感慨道，如今的广播电视节目都走快消费的道路，面对广告收益的压力以及听众复杂多变的口味，任何一个电台都不可能用一周14次这样的高频率播放同一首歌。而那些曾经守在收音机前等待着一首歌播放的听众也已经渐渐远去了。

正是《每周一歌》的深厚影响，辛凯很熟悉那些老歌曲，懂得如何用旋律记载那个鲜明的时代，能够对各种音乐类型兼收并蓄。

在新中国成立60周年的时候，辛凯主持了一档节目，叫作《歌声飘过60年》。由于对老歌的熟悉和理解，辛凯主持得游刃有余，相关背景知识也是信手拈来。

一些收看过《歌声飘过60年》的观众反馈说：“没有想到这么年轻的主持人对于老歌有这么深的理解。”

正是家庭潜移默化的影响，为辛凯的电视事业铺垫了基础。



② 妹妹学琵琶，我是“陪练”

虽然从小就展现了音乐的天赋，可是，最初辛凯父母并没有打算让他走文艺这条路，而是安排了一条完全不同的路线。

在 20 世纪 90 年代，从事文艺工作的人比较少，人们对文艺工作者也有些偏见，许多家庭不愿孩子们走这条道路，尤其是军人家庭，父母对家中唯一的男孩子期望值更高。

母亲特别希望辛凯成为一名中医。因为母亲曾经在部队卫生队工作，学习过护理和针灸，很希望儿子能够子承母业，学习中医。

“妈妈觉得中医的工作会比较适合我安静的性情，不需要动刀，而且中医是一份不会因为年龄的增长而贬值的工作。”辛凯这样介绍道。母亲以自己工作的经验判断，西医需要动刀，需要



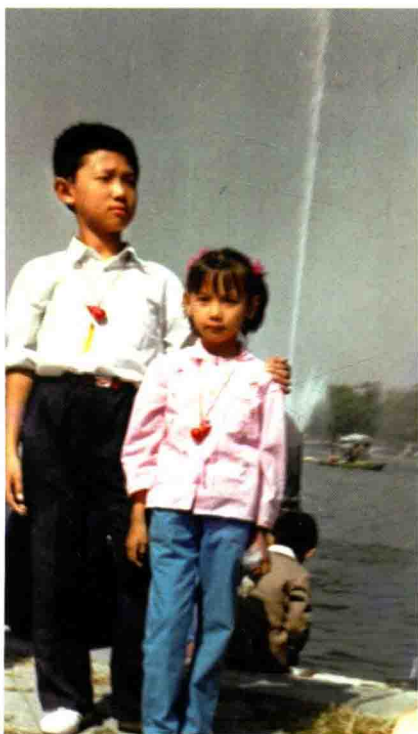
有更加丰富的临床经验，而中医则稳定得多，且越老越有经验，越老越受欢迎。

而小他4岁的妹妹则选择了学习音乐的道路。

“父母那时觉得女孩子应该更适合学习艺术，我妹妹一开始就被按照音乐演奏家的路线培养。”辛凯这样回忆说。

从上小学起，辛凯的妹妹就被家人按照专业琵琶演奏家的路线培养。拜师、上课、练习，妹妹成了一名“琴童”。

妹妹最初学琴的几年，往往是妹妹在前面听，父母则在妹妹后面听。妹妹难以理解的内容，尤其是复杂的乐理知识，父母则凭借多年从事文艺工作的老底子，先把老师所讲的内容吃透，然后再指导、督促孩子理解老师所讲授的内容。



少年时的辛凯和妹妹

辛凯比妹妹大4岁，无论是理解能力还是自制力，都比妹妹成熟许多，因此也成为陪练，几乎全程参与其中。

用辛凯自己的话说，自己给妹妹做陪练的那几年时间，是“被熏了好几年”。

“给妹妹当陪练的时候，我牺牲了很多玩的时间，尤其是寒暑假，白天父母上班去了，就是我在家里督促妹妹练琴。”

辛凯回忆说，当时自己总是准备一点小小的“奖赏”，只要妹妹按时按量地完成了练琴的任务，自己就会从口袋中掏出一枚糖果或者其他礼物，送给妹妹。

在父母面前，辛凯是孩子；而在妹妹面前，辛凯则是兄长。