

—「只要堅持，天和地才也可以沒有差別」

蔡依林「地才」人生觀

現代的年輕人，幾乎沒有人不知道蔡依林，她被稱為代表「潮流指向」的華語樂壇天后，她身高 158 公分，長得很瘦小，這與娛樂圈裡的其他明星相比，她的姿色平庸，沒有特別優勢，在人群裡不會引起他人注意。而且，她在進入歌壇之前，「她的舞」跳得並不好，手腳極不協調，韻律感也不佳，一支舞下來總是洋相百出。然而，她卻憑她自己的努力，不僅在娛樂圈裡佔得一席之地，而且還成為華語樂天后級人物。對此，她謙稱自己完全不同於天才的「地才」。

2008 年春天，她推出一張名為《蔡依林—地才唯舞獨尊演唱會紀實》的專輯。正是因為這張專輯，讓眾多歌迷看到了蔡依林「榮耀」與「光鮮」背後，鮮為人知的艱辛與努力，也讓歌迷們瞭解她獨特的「地才」人生觀。

在娛樂圈裡，蔡依林的努力是眾所周知的，甚至稱她為「拼命三郎」、「歌壇模範」。連她身邊的工作人員也都表示，她有時簡直像個瘋子，無論公司提出什麼樣的要求，她都能做到。

蔡依林從小就與運動有淵源，透過田徑隊、排球隊開啟運動大門，雖然沒有挑戰過任何賽事，但她從沒有想過，步入歌壇後，會如此「享受」運動。蔡依林因演藝工作接觸舞蹈，之後看到體操便試著將之與瑜珈融入舞蹈，不自覺地也開始每週固定加入有氧與重量訓練，儘管一開始訓練，運用到許多以往罕用的肌群，讓她隔天「鐵腳鐵手」。

甚至連彎腰、蹲下、爬樓梯，都舉步維艱，但仍喜愛上運動與被汗水浸透的感覺，而仰臥起坐、體操、鋼管舞搭配有氧運動，都能讓柔軟度跟肌耐力逐漸提升，能操出馬甲線、腹肌，很有成就感。

所以，每一次推出新專輯，她都會主動學習新的東西。為配合音樂形式，除了練習常規的舞蹈外，她學習瑜珈、藝術體操、鋼管舞等。

在專輯《愛情任務》中，她再次挑戰極限，學跳「無重力彩帶舞」。這種舞蹈，對表演者的專業要求非常高，大多數人都是從小開始練習，但她刻苦練習只花了三天，就學得有模有樣。為了讓 MV 效果更加絢麗多彩，即使是回到家裡，她也不斷的

練習倒立，直到筋疲力盡才肯罷休。

練習「無重力彩帶舞」，表演者必須懸在半空中，不停的轉來轉去。而且剛從空中下來時，頭都會非常暈。有一次，身患重感冒的蔡依林從三公尺的空中做完動作，剛剛落地便暈倒了，醒來後，她推開眾人，不顧眾人的好心規勸，又開始新的練習。

2008 年的「唯舞獨尊」演唱會，雖然只有二個多小時，但蔡依林卻為這個演唱會準備了三個多月。當演唱結束後，筋疲力盡的她，累得蹲在舞台上動不了了。在稍微休息之後，她又撐著身體把首場演唱會側錄的 DVD 看完，仔細查看舞台上任何一個細小的紕漏，以便下一場改進，直到凌晨才昏昏沉沉的睡去，第二天清晨，她又早早起床開始下一場表演的排練。

其實，早些年，當她接受《聯合晚報》專訪時，她曾這樣說：「從小就知道『人外有人』大家都想做天才，但世上並沒有那麼多的天才。要當第一名並不容易，得非常地努力。我不懂那些因困難而中斷夢想的人在想什麼，我從不知道放棄的感覺是什麼！」

另外，記得在她的「唯舞獨尊」演唱會 VCR 中有這樣一段文字：有一些天才，因為驕傲自滿會半途就暗淡無光；有些「地才」，會不惜把力氣花光、下苦功，讓自己變得與眾不同，成為經典傳奇，原來只要堅持，天才和地才也可以沒有差別！

這個月，蔡依林享受最近難得假期，前往英國倫敦遊學約一個月，她上表演、音樂與舞蹈課，她這種不斷自我「學習與鍛鍊」的態度，我們都要效法。

這就是蔡依林能從醜小鴨蛻變為白天鵝的成功哲學。

感悟的話

「堅持 付出」：不斷自我學習與鍛鍊

人生在世，誰不希望成功呢？但上天是公平的，祂給每個人一把打開成功大門的鑰匙。無論你是天才或是地才，只要抓住「堅持」這鑰匙，成功的曙光就會毫不吝嗇的照向你。但一旦放棄努力，即使是在咫尺的勝利女神，也會悄然離開。

沒有人可以笑著成功，想成功必須付出，有想法必須堅持。如果沒有堅持為你保駕護航，即使再好的想法，也會因為挫折與失敗讓你失去信心。