



□师文静

慢综艺《你好生活》第二季开播，撒贝宁、尼格买提组成的“撒尼”(sunny)组合作为常驻嘉宾正式亮相。第一期节目邀请蔡明做嘉宾，本来以为是一期谈谈小品、老年生活的温暖节目，没想到他们聊的话题时髦又前卫，三个人抛梗接梗、你来我往非常热闹。《你好生活》就是那种温馨、有趣，冷不丁又戳人心窝子、让人流泪的节目。当下扎堆的慢综艺，无非就是邀请嘉宾体验下自然、下地摘菜、进厨房做饭，环节差不多，真正好看的是“人”，要是嘉宾之间很熟悉，有火花，会聊天，基本就能吸引着观众一直看下去。

上一季节目，撒贝宁只参加了一期，被观众惦念了一季，“请撒贝宁做常驻嘉宾”是很多观众的心愿。这个心愿第二季终于实现了。撒贝宁带着他“有智慧的幽默”与尼格买提组成全新的组合，在节目中贡献笑料。两个认识多年的好朋友聊天，知根知底、接梗抛梗都不在话下。尼格买提见了撒贝宁就要像见其他嘉宾那样，打算抱一下。撒贝宁转头就走，理由是这个节目太肉麻。撒贝宁看到尼格买提带着自家的狗录节目，立马给自己组了个新组合名叫“撒野”，因为尼格买提的狗叫“小野”。尼格买提秀厨艺给撒贝宁做饭，撒贝宁的评价是原汁原味的西红柿鸡蛋汤味儿。两个朋友说话也毫不顾忌，撒贝宁说狗不能拴在太阳底下晒太阳，会掉毛，尼格买提立马接话：“像它主人”。

两个常驻嘉宾到张家口的海坨山谷又是一顿互怼。在分房车、晒行李环节，撒贝宁带的一系列化妆品，被尼格买提拿出来“清点”，撒贝宁说这是为了让自己拥有小V脸，尼格买提直接反驳，“你的脸还有救？”两个人你来我往“疯狂”互怼，已经很自然、很精彩了，没想到蔡明加入后更精彩。三个熟悉的老朋友你一言我一语无缝衔接，就像说相声。

蔡明说二十多年前就认识撒贝宁了，那时小撒在北大话剧社里演《保尔柯察金》，很帅气，演技了得，后来没当演员可惜了。尼格买提立马补刀：“他现在没往演员的方向发展，已是戏精了。”尼格买提给大家做咖啡，蔡明立马说，“喝完我还健在吗”。他们爬的山海拔1472米，咖啡馆的杯子上印了1473米，多了一米，撒贝宁猜测意思是“没有比人更高的山，山高人为峰”，蔡明立马接茬：“那潘哥(潘长江)到这里，可不一定到得了1473米……”因为拍《花样实习生》到年轻人扎堆的网络公司体验生活，蔡明对年轻人很了解，“咕咕”“唯粉”“单推”“撕漫男”等网络新鲜词汇张口就来。三个人在一起气氛活跃，欢乐自如。蔡明总结说，跟尼格买提、撒贝宁聊天很舒服，严丝合缝很能接得住。

《你好生活》最大的特点就是真实自然，充满亲切感，又因为嘉宾有趣，每期节目都呈现不同的特色。蔡明开朗、有活力，董卿则充满浓郁的知性色彩。董卿那期节目除了插了一会儿花，其他时间董卿、尼格买提基本都在聊天。聊的话题主要还是如何体验生活、感受生活。在当下，大家都说生活要慢下来。关于“慢”下来，董卿也谈了自己的想法，她认为慢下来生活一定不是指放下手中所有的工作。所谓的“慢”，只是说在忙碌繁杂的生活中依然要保持一种感受力，哪怕只有片刻的空隙，也要去感受四季的变化，去感受自然带来的快乐，从书本、从电影、从音乐当中去获取一些安慰。

而对于生活的“苦”，董卿说是指在达成某一项设定目标的过程当中，你会因为它投入超出自己负荷的体力和时间，那个时候你感受到苦，我们要向人自身的极限去发出挑战，那是生而为人的一种高贵品质。

整期节目就像董卿的“生活启示录”，敏锐的生活感受力，让观众感受到了她的理性、温暖和知性。不过，这期节目并不枯燥，尼格买提跟董卿很熟络地互动，很有趣。尼格买提每当不知道怎么夸赞董卿时，就说一些“土味”赞人的话，被董卿怼“最受不了”。

慢综艺体验民宿、体验大自然、体验干农活等，也拍不出多少花样，最关键的就是嘉宾有趣、有梗、有料，不一定多么搞笑，但一定不能尬聊。《向往的生活》能坚持多季，就是因为何炅、黄磊的聊天控场能力特别强，总是能把不同风格、熟悉不熟悉的嘉宾们捏合到一起去，让他们略微打开心扉，谈一点儿有趣、有温度的话题，就成功了。《你好生活》中的尼格买提也已打破了正经、沉稳的节目主持人形象，能根据

嘉宾的不同风格，把控节目走向和节奏，还能经常抛出一些有趣的话题，尤其是接连不断的“冷幽默”“冷笑话”，很能活跃气氛。

该节目第二季还有李亚鹏等影视圈明星，倪萍、康辉、朱迅、李梓萌等主持人，杨芸晴、傅菁等新生代爱豆参与其中，呈现不同年龄、不同群体的生活状态，对生活的思考。常驻嘉宾尼格买提也是该档节目的制作人，他说坚持做这档节目就是希望让观看它的每一个人都去思索，现在的生活是不是自己向往的生活，有没有对自己的生活真诚地说一声你好。这档节目吸引人去感悟、思考的地方，就是通过与不同嘉宾之间的互动、交流，呈现生活温馨、有趣味的一些东西，观众在看到节目呈现的有质感、光泽的生活后，会获得一种心灵的豁达感。目前来看，因为有“万能综艺王”撒贝宁坐镇，这档节目在升华人生、升华生活主题之余，又多了很多有“才华的笑点”，值得追一追。

●●●一期娱乐

谦哥和谦嫂的婚姻



□刘雨涵

作为相声界德高望重的人物、著名的“德云皇后”，于谦很少在相声舞台之外抛头露面，而这次他竟然和夫人白慧明参加了真人秀《幸福三重奏》第三季，难得地向外界打开了自己婚姻世界的神秘大门，这也让一直活在相声包袱里面的“谦嫂”终于真人露相。在第一期节目中，于谦和白慧明展现了中年夫妻的相处之道，甚至还频频发糖。而到了第二期节目，白慧明对于谦的一番吐槽则道出了他们婚姻中的苦涩，看来做“大哥的女人”从来都不是容易的事情。

《幸福三重奏》第三季中邀请了三对夫妻，分别是何猷君和奚梦瑶、吴京和谢楠以及于谦和白慧明，明显还是按照老中青来分档。相比于前两对的甜腻无间、嬉笑打闹，于谦和白慧明的相处显得寡淡了许多。不过很多观众还是从第一期节目中，看到了两人在细水长流中的中年甜蜜。

在郭德纲的相声段子中，“嫂夫人”长得励志、提神，甚至是老天爷造人的那个草稿，还被揶揄成“长着护心毛的媳妇阿依土鳖公主”。而首次正式出镜的谦嫂白慧明，则是人如其名，不仅白净、聪慧，还有着明亮的大眼睛。年过四十的她如今还有着宛若小女儿的情态，而白慧明年轻时的照片更是撞脸张子枫。与一旁苹果肌下垂的于谦站在一起，许多网友都说他俩看起来像是父女。不过也有很多人表示羡慕，觉得谦嫂的状态之所以能保持得这么好，一定是离不开老公的宠溺。果然，在首期节目中，于谦就展现出了自己的宠妻实力。

由于长期在外工作，于谦就跟妻子承诺说，只要自己在家，就会做饭给她吃。观众发现于谦的做饭技能果然不是盖的，短短时间就整出来四个菜招待吴京谢楠夫妇，被白慧明表扬为“我们家的小快手”。而于谦也很得意，“嫂子做什么吃什么，做饭特别有成就感，所以一直愿意做。”饭后吃水果时，谦大爷也是贴心地给媳妇把桃子切好了端过来。共处一室休息时，两个人虽然各干各的，但也有着不需言语的默契。不少观众觉得，这样细水长流的陪伴，比起新婚燕尔的时时撒狗粮反而更有滋味。

在节目中他们居住房子的外面，有着一片“红印花圃”，而于谦和白慧明也正是相识于《红印花》的剧组。那时候于谦是剧中演员，当时的白慧明还只是一个19岁的学生，来客串群演。拍戏时于谦就时不时地向白慧明献殷勤，戏拍完之后两个人正式确立关系，次年，相差10岁的两个人就步入婚姻。剧组里那么多人，为什么偏偏就他俩看对了眼？谢楠分析说，“长到他心里了呗，每个人心里都有一个模板，咔嚓一套，严丝合缝。”白慧明则认为幽默感本身就是一种魅力，“这种魅力就是骨子里的魅力，已经让你忘掉了外表，看向内心。”

从2000年结婚到现在，于谦和白慧明的婚龄整整有20年了。在与谢楠和奚梦瑶闲谈的girl's time(女生时刻)，白慧明道出了他们看似完美和谐婚姻背后的苦涩。在白慧明看来，他们的婚姻被分成了两段。前半段是在2006年之前，那时候他们过的是小日子。虽然于谦说那段时间还要靠着老婆的工资过日子，是段苦日子，但白慧明却觉得“特别温馨，二人世界”。自从2006年孩子出生，于谦的事业好转，白慧明感觉这个家来了个一百八十度的大转弯。“之后就觉得家越来越庞大，我应该在家把家照顾好，把孩子照顾好。他就是想走就走，说走就走。这么多年他习惯了，我也习惯了，你需要走，我甚至都不去问理由。”当奚梦瑶对她说出了佩服之情，白慧明摇头道，“一点都不好，就是绳太长了，你想拉都拉不回来了。”并且让谢楠和奚梦瑶把自己当做前车之鉴。

“我觉得我这二十几年过得不够精彩，他是全国人民的于谦，不是我家里面的于谦了。”在节目的一开篇，其实白慧明就表达了这样的不满。即使在家里，于谦也是呼朋唤友，天天出去钓鱼，“所有他安排的这些事都叫正事。”连作为晚辈的奚梦瑶都开始有些打抱不平，“可是这已经不是工作了，他可以分出一些时间来陪你。”白慧明无奈地笑笑，“他已经搞不清楚了，我惯的。”

于谦的好“玩儿”是出了名的，小时候胡同里的大人们就编排他说，“打鱼摸虾，耽误庄稼；年纪轻轻，玩物丧志；捉笼架鸟，不务正业”。后来他甚至写了一本十几万字的书，就取名叫做《玩儿》，把他养猫、驯鸟、养鸽子、偷鱼、熬鹰、喂马等等的玩乐之事全都写进去。郭德纲都对这位搭档评价说，“抛开专业，谦哥在‘玩’之一字上堪称大家……他不争名，不夺利，好开玩笑，好交朋友。在他心中，玩儿比天大！”德云社弟子张柬觉得，于谦就是胡同里那个喜欢养小鸟养鸽子的小男孩长大了，“他长大了还是喜欢这些东西。”

白慧明说，在节目里于谦是“形势所迫”，“他也不能出去了，也不能找朋友去了。”平时在家里面于谦招待朋友，出去也是三五好友。“最后人家观察到的是，你们这不是二人生活，你们这生活里面老有别人。”果然，要想做“大哥的女人”都不会太轻松，嫁给了他，就要同时接纳他的大帮子朋友。当剥离开孩子、朋友、工作这些平日熟悉的生活圈，重回二人世界的于谦和白慧明，有着明显的生疏和尴尬。于谦把这样的二人生活称作“关在家里头”时，白慧明摆弄着手里的物件低头沉默不语。只有于谦说着“咱俩先钓一回鱼”，他的两眼才会放光。

而让白慧明能够两眼放光的事情，则都是回想起来二十年前的陈年往事。有一天晚上他俩都饿了，于是半夜起来吃了好多煎鸡蛋，那时候可以“无拘无束，不用考虑任何人”。白慧明说她之所以答应参加真人秀，是因为这个节目是在探讨两人关系，而婚龄二十年的他俩确实需要探讨一下两个人的关系，“做个总结，总结之后继续前行。”不知在接下来的节目中，于谦和白慧明能不能提供中年夫妻弥合的解决之道。

『生活』美好，关键是有『趣』

剧说有料

