

杨帆： 为艺术刻苦求学的 山西姑娘

文/张文婷

个人资料

生日:1993年6月10日
星座:双子座
血型:O型
身高:160cm
体重:44KG
籍贯:山西
现读学校:烟台艺术学校

娇小、独立、个性、可爱……不知道哪一个词形容杨帆给我的第一印象会更加贴切。穿一身黑色衣服，一米六的个子，非常瘦小，说起话来小小年纪竟然还有些忧郁气质。与我们之前伊人栏目介绍的女孩们大不一样了。

杨帆是一位山西女孩儿，2008年的时候来到了烟台。由于父亲去世，杨帆和母亲的生活就显得很单薄。母亲打工供杨帆读书，母女租房度日，非常不容易。杨帆又是一个特别懂事的孩子，虽然现在才18岁，已经做过很多份兼职。钢琴伴奏、钢琴陪练、跳舞、酒店服务员、乐队键盘手、外拍模特、夜市摆摊……她经历了太多不是18岁女孩儿该经历的，走过了很多不是一个高中生该走的辛苦路。很多九零后孩子总是在抱怨生活不够完美，总是有太多不切实际的想法想要去实现。而眼前这位小姑娘，像是被关上了一扇门，在尽力地去打开自己的另一扇窗户。



K 刻苦用功的艺考路

今年已经上艺校三年级的杨帆，告诉记者说，她从幼儿园时候就开始学琴。那时候是学电子琴，后来转到学钢琴。来到烟台，艺校的老师感觉杨帆的先天身材条件以及天赋，更适合学习舞蹈。于是，杨帆就开始转到舞蹈专业。由于需要补习文化课以及兼职上班，杨帆的上课时间会有时

与大部分同学不一致。音乐生会有主修和辅修两门功课，杨帆主修舞蹈专业，辅修钢琴专业，有时候，就需要自己趁着中午和傍晚吃饭的时候去琴房练琴，可那时候都已经锁门了。

但是教务处主任林立朴老师，给杨帆开了一个先例，就是单独给她一把钥匙。让杨帆可以更加自由的支配时间去练琴。对此杨帆

感激不已。当记者问到杨帆是学古典舞蹈还是民族舞蹈的时候，杨帆立即比划了一个民族舞蹈的手势，既形象又忽然展现出她俏皮可爱的一面。一直都非常刻苦的练习钢琴和舞蹈，虽然舞蹈是杨帆到了山东以后刚刚学的，但是杨帆说文化课能过关，那就一定能过关。现在已经开始艺术考试正式复习，这几天刚刚办理了

离校手续。

明年1月份准备通考后，就要参加艺术考试。杨帆说，自己想上大学，但是会觉得为母亲增添太多负担。会去试一试，但是如果落榜就不会复读了。记者听着这话心里很酸楚，希望小杨帆可以认真的准备考试，无论生活的压力再大都要认真的走好每一步，对自己得未来负责。

B 半工半读做兼职

暑假时候，功课不是很紧张，杨帆就出去找工作。因为喜欢逛夜市，和关东煮的老板便熟悉起来了，就帮忙在地摊干活。每天四点半去上班，由于是夏天下班时间比较晚，有时候都会忙到凌晨两点。虽然关东煮的工作看起来很简单，顾客点了什么就赶紧补上，不能缺货。但是需要有速度，刚开始的时候会赶不上顾客吃的“速

度”，就会被老板娘说。杨帆晚上回家后又不能和妈妈诉苦，苦水都要自己咽下去。后来时候杨帆想到烟台的一家西餐厅当钢琴伴奏。但是由于招收限制是全职，杨帆没有那么多时间，便做了餐厅的服务员。一开始接触时候，有很多东西要学。菜品要全背下来，仅仅是包子就有二三十种，再加上各种菜色，当天就要背下来。用心的杨帆很快就解决了这个问题。随之而来还要学会

如何正规的上菜、撤台子、收拾东西等等。

虽然辛苦，但是还是依旧很开心。现在的九零后和以前的孩子无论从思想上还是行动上都是大相径庭的。工作的时候同事都很热情的告诉杨帆该怎么样能做的更好。

前几天烟台下雪的时候，杨帆接到一份工作，是为婚礼配乐。清晨的时候就早早的准备先去新娘家演奏一次，再跟随去新郎家演奏。然

后中午的时候再去酒店伴奏。由于是管弦乐队，大家的乐器都比较简单。而杨帆是电子琴，需要带着琴、支架等很多零碎的东西，瘦瘦的她总是很好强。那天中午时候依旧还在下雪，管乐可以戴手套，而弹琴的杨帆最后已经冻得伸不直手指，而且通红通红的，让人很是心疼。

J 渐渐接触平面模特

艺术学校因为杨帆外貌条件好，而且性格独立，便介绍她去爱摄影工作室。参与的人员很多，所以经常会组织拍摄室内或者外景拍摄，进而渐渐接触到平面模特。囡囡是爱摄影工作室的组织者，只要周末有时间就会约上模特一起出去外拍。是爱好也算是一份额外的兼职工作。杨帆还打趣的说有二三十位摄影师围

着一名模特拍摄，如果心里素质不强，肯定是扛不住。囡囡是她的摄影师，也是爱摄影工作室的组织者。每周组织烟台的一批摄影爱好者进行外景拍摄，活动很多。有时也会驱车去外地摄影，或者游玩，小编很是羡慕这样的爱好和如此丰富的活动。像是自由职业者一样，随性去拍摄，随意安排自己的时间。

在聊着的时候，记者开始

打量杨帆的服饰搭配。也许我们平时说某个人穿什么样的衣服都好看，就是说这个人衣感好，是个好衣架。也许杨帆的衣服不是多么贵，但是一件衣服穿出不同的味道，杨帆就是天生的衣架架子，对衣服穿着有着特殊的看法与见解，好像音乐人要有“乐感”，舞蹈演员的肢体要有“韵律感”一样。

S 杨帆的瘦身心得

最后的时候，记者看着眼前这位只有44公斤的姑娘，好奇杨帆是怎么保持身材的。提了不少关于瘦身方面的问题，因为杨帆实在是太瘦了。但是杨帆给出的建议是一定要健康减肥，获得苗条形体要取之有道，一

定不可以操之过急。有的人各式各样的减肥法、减肥药统统来过，最终伤了身体。不但苗条体型的理想化为灰烬，还令身体健康受损。所以记者也建议大家减肥一定要做到健康、安全，要选对适合自己的方法才行，减肥不能盲目跟风。杨帆

说，我们每个人肥胖的原因都不相同，再有效的减肥方法也不能适合所有人。要想健康减肥的肥胖者或是希望保持苗条体形的人，一定要根据自己的体质、肥胖原因、生活习惯等，才能如愿以偿地保持苗条身材，实现健康瘦身的目标。



爱摄影工作室 摄

