

C 拍摄新戏

人生至暗时刻，尔冬升为我点亮一盏灯

2020年，马苏参加了热门综艺《演员请就位第二季》，市场评级被制片人嘉宾固化为B级，但节目导师尔冬升给了她一张“S卡”，肯定其演技。当时，尔冬升许诺要找马苏拍戏，没想到一年后真的邀请她担纲《海的尽头是草原》的女主角。马苏感慨，尔冬升是她的贵人，在她人生的至暗时刻，为她点亮了一盏灯。

羊城晚报：你现在有拍上自己喜欢的戏吗？

马苏：有。我去年拍了尔冬升执导的、根据“三千孤儿入内蒙”真实历史事件改编的《海的尽头是草原》，今年9月9日上映。这部戏的拍摄条件很艰苦，草原没有遮挡，一天中能感受到一年四季的气候变化——大雨、狂风、暴晒、严寒，随时切换。每个拍摄场地的间隔车程要两个小时，我们每天都颠簸在路上。而且，导演要求演员全程说蒙语。

羊城晚报：对于背蒙语台词这件事，你感到苦恼吗？

马苏：刚上手时，我很着急。戏马上就要开拍了，我没法流利说台词，发音不受控。但当我在房间贴满发音小纸条，把老师的读音放慢学习，从一个字到一个词再到一句话，背下100多句台词后，我特别期待走进片场时可以说蒙语台词。等片子做出来后，我全程说蒙语，太有成就感了，当地人都觉得我是蒙古族。

羊城晚报：你在这个过程中找到了作为演员的激情？

马苏：是的。我做了演员该做的事，演什么像什么。有人总说演员演戏很简单，在镜头前做几下样子就能赚钱，真的不是这样！表演过程需要演员付出很多心血。当角色降临在你身上时的那份珍惜，以及你希望将它还原时的那份心情，特别珍贵。现在影视行业环境不好，大家都希望把戏拍好。这部戏拍了100多天，我去年半年就是在学蒙语、体验生活、拍戏。

羊城晚报：这次和尔冬升导演合作，感觉怎么样？

马苏：我特别感谢导演，没想到他说到做到。他当时在《演员请就位》中许诺会找我拍戏，一年后，他真的找了我。他就是我的贵人，在我人生的至暗时刻，给我点亮了一盏灯。所以，在他问我能不能用蒙语说台词时，我虽然觉得很难，但也许诺他，“你如此信任我，给我点时间，没有我做不到的事”。当我做到后，导演挺高兴的。

羊城晚报：有印象深刻的戏吗？

马苏：那场戏，我们一家四口坐在草地上。我平时都用蒙语说台词，但只有一句词说的是普通话，“阿爸，额吉，那木汗，我们爱你，我们永远是家人”。当时，小演员听到台词时，一下子就哭了。当时，我们天天带着她一块玩，她感受到了我们对她的爱，呈现到了表演中。演戏一定要真，你只有用真心带动行动，你的对手演员和观众才能感受到真实。



马苏尝试“慢下来”

剧中一地鸡毛遭遇中年危机的女演员在现实生活中是什么状态？

马苏：这几年，我学会了做减法

羊城晚报记者 龚卫锋

A 剧中成长

不要固化女性身份，它有很多可能性

女性在面对婚姻与事业时的成长，成为如今都市剧的核心主题之一。《第二次拥抱》正是呈现了四位中年女性面对人生成长时的态度。马苏饰演的尤筱竹是许多职场女性的缩影，家务、工作、孩子、丈夫……事无巨细地操持，得到的却是身体累垮、婚姻触礁。最终她找回自己，第二次拥抱人生。

羊城晚报：你为什么选择《第二次拥抱》这部戏？

马苏：这是一部贴近生活、探讨婚姻的剧，像一面能照到家庭窘境以及修复过程的镜子，给观众带来思考。这部剧最早叫《我的名字》，讲述女性要凭借努力拥有自己在社会上的“名字”，鼓励女性要有生活态度，励志成长。后来，剧名改为《第二次拥抱》，你无论此前是否迷失自己，只要一直在路上，都有机会和自己再次拥抱，从头再来。

羊城晚报：这个剧有打动你吗？

马苏：我还没进入婚姻，第一次还没拥抱明白呢。我在30岁左右演《北京青年》，讲述30岁人的困惑，告诉同龄人可以从头再来。如今，我通过《第二次拥抱》展开40岁的人生探讨，也是我的责任。我的职业属性就是演戏，给观众带来一些生活反思。当我看到这个题材后，我有想表达的冲动。

羊城晚报：你也相当于间接学习婚姻课程了？



《第二次拥抱》中马苏饰演遭遇中年危机的职业女性尤筱竹

电影《茶馆》修复版北影节展映

杨立新冯远征吴刚现场交流

为纪念1982版电影《茶馆》公映40周年、庆祝北京人艺成立70周年，8月21日晚，第十二届北京国际电影节“北京展映”在北京隆重献映《茶馆》修复版，向老舍经典、人艺经典致敬，北京人艺演员杨立新、冯远征、吴刚现身交流，向艺术家前辈致敬。

《茶馆》是剧作、话剧、电影三种艺术形式均成为经典的艺术珍品。1956年，老舍先生创作三幕话剧《茶馆》，以老北京裕泰茶馆的兴衰变迁为背景，以茶馆掌柜王利发为线索，每一幕一个

时代，展现了戊戌变法后、军阀混战时期和抗战胜利后中国三个时代的社会变化。

1958年，《茶馆》首次登上北京人艺舞台，引发轰动。上世纪80年代，《茶馆》代表中国话剧走向国门，被誉为“东方舞台上的奇迹”。自《茶馆》首演以来，60多年过去了，依然一票难求。《茶馆》已成为北京人艺的“看家戏”，也是中国演出场次最多的剧目。

1982年，电影《茶馆》由北京电影制片厂摄制，谢添执导，于

B 直面人生

我不想要那么多了，没时间了

马苏今年41岁了，她要同《第二次拥抱》中的尤筱竹一样，面对很多现实问题。最近几年，马苏放缓了脚步，接戏量不大，将更多时间分给家人与生活。十年前，她与李晨、杜淳、王丽坤、姚笛等人出演爆款剧《北京青年》时，导演让一众年轻演员每天找时间放空自己，所有人不明白个中深意，马苏如今终于明白了。

羊城晚报：现在都市剧常见的价值输出模式是女性摆脱男性捆绑，专心搞事业。通过这次演戏经历以及平日观察，你如何看待这种模式？

马苏：这部剧倒没有鼓吹让女性摆脱男性，反而是男女相伴成长，彼此成就。现在女性群体剧较多，会让观众产生男性、女性各自美丽之感，很正常。但影视作品应该传递的是理解、信任、包容，男性、女性都不容易，我不喜欢一味指责男性的作品和论断。有时，电视剧会为了情节对男女矛盾作戏剧化处理，但只是个性，不是共性。

羊城晚报：很多人看到李乃文演的“婚姻巨婴”非常生气，你如何理解他和尤筱竹的关系？

马苏：虽然生活中遇到很多磕磕绊绊，但最终两人还是解决问题，走到一起。可能尤筱竹也有自己的问题，她的软弱、妥协，让她的老公理直气壮当“巨婴”。婚姻是两个人的事，不要互相推卸责任。成熟的婚姻是多思考，不是多抱怨。

羊城晚报：这部剧里的角色最初都在尽力扮演好妈妈、好妻子、好员工，却唯独忘了自己。你演完这部戏后，有没有重新审视自己？

马苏：每个人都不容易，我可能在尽力做好每件事情，但有时确实忽略了自己。当我回头看时，更加明确了方向。生活、感情

都一样，要多做减法，找到自己最舒服的状态就是最合适的。

羊城晚报：所以你觉得你最近几年要做减法？

马苏：是的。我现在在做减法了。我以前不停给自己加码。影视圈里的朋友都很拼，我也要拼，像上了发条一样，永远觉得自己不够好，学习各种技能。这就和化妆一样，越化越浓一定不好看，可能不化妆才是最自然的状态。因为这种状态属于你。我现在会有这种思考，但不能百分百做到，毕竟还没走到人生最成熟的阶段，但我已经敢放慢脚步了。

羊城晚报：以前是不敢的？

马苏：我十年前拍《北京青年》，导演让我们给自己一些时间，每天坐下来放空。我们当时不理解，这要少干多少活啊！但我现在真会给自己时间，等到自己喜欢的角色再去演，肆意挥洒我的生命激情、角色感受。我会学会珍惜自己了。

羊城晚报：这也意味着你的工作量减少了？

马苏：是的。年纪确实大了一些，而且父母年纪也大了，我不能像20岁、30岁出头时那样无忧无虑、不顾一切地奔赴每个拍摄现场。有时，父母身体不好，我要用一个月时间陪他们看病，很多家里事也要我亲力亲为去处理。所以，我的精力不允许我像以前那样天天拍戏了。

羊城晚报：所以，你现在想要的也不多？

马苏：我最想要的是安稳。我不想要那么多了，你给我，我都不想要，没时间了。我现在每天在北京，都想陪着年纪越来越大的父母。我很珍惜我们在一起的时间。我也曾经以为父母永远不会老，但突然有一天，他们就老了、生病了。我也要劝年轻的朋友，一定多回家。



《第二次拥抱》海报



马苏与导演尔冬升出席北影节活动



《北京青年》剧照

D 拒绝焦虑

耐心等待心仪角色，想尝试做“喜剧人”

2012年，马苏凭借电视剧《女人如花》获得第26届中国电视金鹰奖观众最喜爱的女演员奖；2013年，她凭借《北京青年》《女人如花》获得第29届中国电视剧飞天奖优秀女演员奖。一时间，马苏成为炙手可热的实力派演员，戏约不断。但近年，马苏拒绝给自己加码，耐心等待心仪的角色迎来事业突破，甚至想成为一名“喜剧人”。

羊城晚报：演员做到一定阶段，会遇到瓶颈，你前几年也遇到一些瓶颈，现在跨过去了吗？

马苏：我现在很豁达，内心很平静。到现在一定年纪，我虽然还有少女心，但也不是小女孩的心态了。当人还有追求时，就永远会有瓶颈，我只有不停调整心态。我要学会感恩和满足，有了这两种心态，你得到的一切都会是最好的收获。人的状态是对的时候，选择也会是最准确的。

羊城晚报：都市情感剧经常会陷入“贩卖焦虑”的争议，你如何看待这个问题？

马苏：我觉得不是贩卖焦虑，而是生活中就有焦虑，甚至是看剧的观众本就焦虑。如果剧集不呈现这种焦虑，不还原生活中的某一个部分，故事会

缺乏冲击力。生活中比这部戏焦虑的事情太多了。比如，我父亲最近生病了，我要参加电影节，要为新片上映做准备……我每天几天跑，那我不是应该焦虑到不能活了？也并非不是！当我按部就班做完每天要做的事后，就不会焦虑。焦虑一定是自己给自己加的码。既然身体的负担无法避免，就要学会给思想减负。我每天告诉自己，明天还会有别的可能性出现，先不着急作决定。

羊城晚报：未来你还想尝试哪些角色？

马苏：我挺想尝试喜剧。我一直跟朋友说，我是隐藏在都市情感剧中的喜剧演员。我年初参加了《开播！情景喜剧》，找到了快乐的表演状态。我希望以后有更多机会参与喜剧类作品的拍摄，能给观众带来快乐。我还想演反差大的、具备人性探讨空间的角色。

羊城晚报：你对自己的人生有哪些展望？

马苏：首先是父母身体健康；其次，我希望尽快找到另一半，拥有美满的婚姻，有一儿一女；我还希望能有稳定的工作状态，拍上自己喜欢戏。这三件事不能做减法，是终极目标。



本期主持 吕航
音频剪辑 吕航
参与成员 波波 二球 小鱼 鲤鱼

明星不文明行为上热搜，吃瓜群众怎么看？

王鹤棣插队核酸……

最近，电影《断桥》正在热映，该片女主角马思纯在网络上热度很高。除了她“不被看好”的恋情再一次被公开讨论外，一段自媒体拍到的视频也引起广泛关注。视频中，马思纯开车逆行，还打开车窗扔垃圾。北京交警第一时间就她的交通违法行为情况进行了通报，马思纯在个人微博上致歉，但就此引发的讨论并没有结束。一时间，王鹤棣插队核酸、王源室内抽烟等事明星“私德”“公德”的新闻旧闻再次成了热点话题。

明星的公德和私德有明确界限吗？粉丝对明星恋爱评论是否合适？围绕这些话题，波波、二球、小鱼、鲤鱼聊了聊。（请扫左侧二维码收听本期节目）



马思纯开车逆行扔垃圾、王鹤棣插队核酸……