

直击 上海国际电影节

舒淇：松弛感？那就是熟能生巧

羊城晚报记者 李丽



白客与舒淇在片中扮演一对夫妻

讲粤语，各有各的口音

问：电影在广东惠州拍摄，你们在语言上怎么处理？

舒淇：我觉得我们在广东拍摄电影，语言上肯定要贴近现实，所以我说粤语。但是我当年从台湾去香港的时候，没有把粤语学得特别好，所以讲话的时候会有自己的一点“腔调”。

点上做得很好，把我也带动起来了。

问：对这次拿金爵奖最佳女主角有期待吗？

舒淇：这次我们入围，就是对导演和整个剧组的肯定。入围就等于获奖，我自己是这么想的。如果最后能拿奖，我觉得那是一种“花红”（“花红”，粤语里意指额外奖励）。

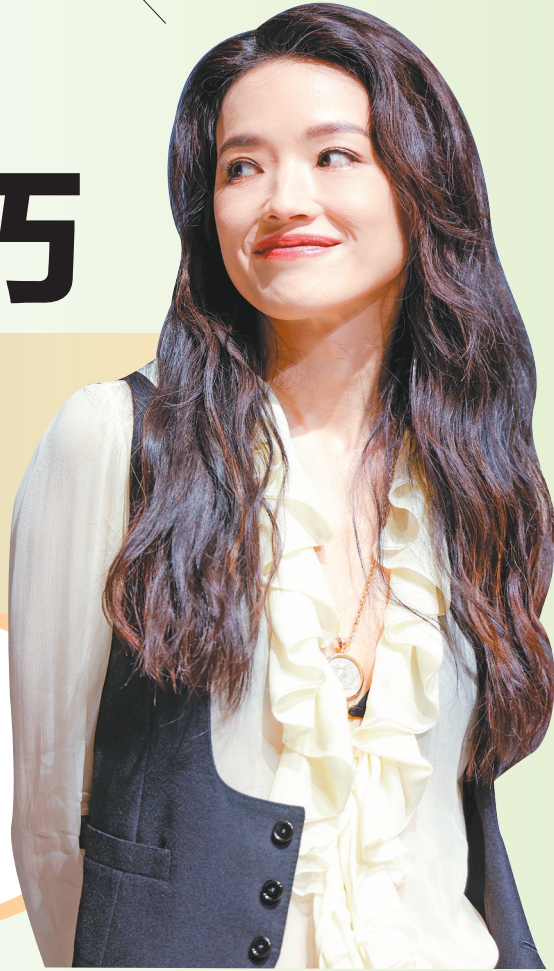
问：大家都觉得你身上有一种“松弛感”，无论是塑造角色还是走红毯。你是怎么做到的？

舒淇：我是一个特别喜欢工作又特别懒得工作的人。我在工作的时候，总是特别想放假；但在放假的时候，我又想工作。这可能就是属于我的纠结吧。

但你如果说松弛感……毕竟都干了这么久了，我觉得就是经验而已。比如走红毯，不就是走红毯吗，不就是拍拍照片吗？熟能生巧嘛。



《寻她》剧组亮相电影节



舒淇在《寻她》中的表演获得业内人士的称赞

太好了！这次不需要减肥

问：你觉得这个角色的最大难点在哪里？

舒淇：最大的挑战是我要演一个跟我完全两样的人——我觉得我本人还挺时尚的，我不知道自己能不能演出陈凤娣的感觉。直到有一天导演给我看了一个片子，里面也是一个卖甘蔗的人，他梳着油头，特别帅气和利落，跟我想象中卖甘蔗的人很不一样。后来我又接触了很多农村的人，发现他们跟城市的关系都很紧密。我觉得这个角色不是我原本想象的那个样子，慢慢就打消了很多顾虑。

问：拍这部戏最开心的一点是什么？

舒淇：不需要减肥！因为我演的陈凤娣从怀孕到刚生完孩子，本身就有点胖胖的。

问：塑造形象的过程中，有

哪些挑战？

舒淇：最大的挑战是我要演一个跟我完全两样的人——我觉得我本人还挺时尚的，我不知道自己能不能演出陈凤娣的感觉。直到有一天导演给我看了一个片子，里面也是一个卖甘蔗的人，他梳着油头，特别帅气和利落，跟我想象中卖甘蔗的人很不一样。后来我又接触了很多农村的人，发现他们跟城市的关系都很紧密。我觉得这个角色不是我原本想象的那个样子，慢慢就打消了很多顾虑。



舒淇突破形象饰演农村妇女

爱剧本，但会跟导演吵架

问：你跟很多大导演合作过，这次为什么选择跟一位这么年轻的导演合作？

舒淇：我确实是第一次跟一个1994年出生的导演合作。我很喜欢这个剧本，而且过去很少会有人给我一个农村题材的剧本。

问：听说最开始你是拒绝的？

舒淇：我是有一点迟疑，最主要的原因是我对紫外线过敏，而这又是一个农村题材，需要在甘蔗田里拍很多干农活的外景戏。

问：为什么最终改变了主意？

舒淇：制片人顿河给我看了导演过去拍的一个5分钟短片。那个短片拍得特别好，特别奇幻。我看完之后想，如果这样一个导演，拍这样一个剧本，会是一个怎样的效果？我很感兴趣。

问：第一次跟导演见面的情景如何？

舒淇：导演特别可爱，他带了一个自己做的硬纸板给我，上面贴了很多小卡片，包括他要的电影基调是怎样的，等等。他很年轻，很热情，我觉得他把我带

回到一个很淳朴的世界，把我内心那个曾经的少女给激发出来了。

问：听说拍摄过程中，你们有“磨合”？

舒淇：其实我的想法跟导演有一点点差距，所以我们在现场的拉锯也挺精彩的。（笑）

我自己演了很多年的电影，会觉得演戏应该有一个节奏，那种层次的递进就像你走楼梯一样，要一阶一阶往上走。但导演有时候希望一步到位，他想要我“跳上去”。所以我们两个常常在现场吵，吵到我后来都不想跟他讲话。（笑）

问：看来导演也是一个很坚持的人。

舒淇：对，但因为年纪比较小，所以我会“欺负”他。可是他很有信念感，也特别执着。他会说，姐姐你的想法特别好，但我们还是按照原来的来。（笑）

到最后，我还是会选择尊重导演，因为这毕竟是他的电影。我会想，当初我为什么要接这个戏？最主要的原因不就是想要尝试一下跟年轻的导演合作，看看会不会激发出自己不一样的表演方式吗？

“绿化芒果”可能吃半颗就致命！

——有毒的海杧果长得跟普通芒果真的很像

每年5月到7月正是芒果成熟季。人们已经发现，广东许多道路旁的绿化带种植的芒果树已结满了绿色的芒果。这些芒果不仅看起来诱人，闻起来也很香甜，实在很难不让人动心去尝一尝。但是切记，这些路边随手可得芒果可不要随便吃，因为它们可能有毒。尤其是一种长得跟普通芒果很相似的海杧果，吃半个可能就能致命。



新鲜芒果

海杧果的果实(资料图片)

水果摊上会出现“绿化芒果”吗？

眼下正是水果旺季，广东水果物美价廉、选择多样，其实想吃美味的芒果完全无须打“绿化芒果”的主意，水果摊上的芒果很多也不贵又好吃。

不过，“绿化芒果”和市场上的普通芒果外形差不多，有人担心，会不会有人去绿化带里“零元进货”，然后将“绿化芒果”以次充好卖给顾客？

其实不用担心，一方面绿化管理部门会及时收拾这些“绿化芒果”，会作为绿化垃圾统一销毁。

绿化带的“山寨芒果”半颗即可致命

“绿化芒果”本身当然是没有毒的，虽然不建议食用，但吃一两颗总归不会对人造造成什么致命威胁。不过，要注意的是，在绿化带可能会出现一种“山寨芒果”——海杧果，它却是有毒的！它不仅外表和食用芒果很像，连名字听起来也像是一家亲，但它却不是芒果——海杧果属夹竹桃科，分布在海南、广东、广西和台湾等地，它开白色花朵，花期在3-10月，果期在7月至翌年4月。海杧果的茎、叶、果均有剧毒，误食能中毒致死，半颗果实行为将处以二十元以上五十元以下罚款。

A 为啥绿化带要种芒果？

“夏天没被芒果砸过头，不算来过广州。”很多人都见过广州街头芒果树上挂满大大的芒果的盛景。不少广东的小伙伴还表示，自己走在路边时可能被芒果砸到。

据了解，广州人行道绿化树

B 路边的芒果你不要摘！

然而，需要强调的是，这些路边的“绿化芒果”，是不能吃的。城市绿化中的芒果树，大多是品种相对较差、食用价值低的芒果。这种芒果和水果摊上卖的那些品种可能不一样。有些已经偷偷试吃过的小伙伴可能也发现了，大多数这种“绿化芒果”都口感涩、多丝。最重要的一点是，这些长在路边的“绿化芒果”因长年受汽车尾气和粉尘污染，可能会出现重金属、有害物质超标的情况，而且绿化带养护日常的病虫害防治，需要进行必要的喷药，也可能导致果实上有农

大开眼界“老偏方”

孙开元 编译

- 匹林过敏，不宜使用此法。**
- 亚麻籽粉缓解便秘**
亚麻籽粉中富含可溶和不可溶两种纤维素，食用亚麻籽粉能促进肠胃有益菌的生长，同时软化排泄物，从而缓解便秘。用天然亚麻籽打成粉，每天食用2至3汤匙，能补充膳食纤维，缓解便秘。
- 百里香茶治咳嗽**
百里香草有化痰作用，堪称天然化痰良药。研究发现，百里香加入报春花或常春藤合用，可以缓解咳嗽症状、缩短病程。用两汤匙鲜百里香，开水冲泡成百里香茶温饮，可以加蜂蜜调味。
- 黄瓜缓解眼干症**
身体仰卧，闭上眼睛，将两块切成薄片的黄瓜敷在两个眼皮上。黄瓜肉中含有抗氧化剂，有助消除眼干之痛。敷两、三分钟后换上新黄瓜片，重复几次，总用时15分钟即可。
- 薰衣草油除脚臭**
薰衣草精油不仅芳香宜人，还有杀菌作用。而脚臭的重要原因足细菌滋生。每晚睡前，将几滴薰衣草精油涂在脚上并加以揉搓，可去除脚臭。
- 薄荷油减轻头痛症状**
薄荷油具有散热、缓解头痛的作用，与扑热息痛功效类似。头痛时，可以用手指蘸几滴薄荷精油，在前额和两鬓处轻轻按摩。再加几滴橄榄油，可减轻刺激。
- 绿茶缓解关节疼痛**
研究发现，绿茶富含表没食子儿茶素，这种物质能够帮助缓解风湿患者关节疼痛和肿胀，而红茶没有这个作用。研究者建议，关节炎患者可以每天饮用2至3杯绿茶，以不影响睡眠为度。
- 柠檬汁抑制肾结石**
肾结石最常见的病因是草酸或尿酸的自愿者案例研究显示，每天使用5%浓度的茶树油乳膏外用，或每天使用5%浓度过氧化氢乳膏，都能有效抑制青春痘和痤疮的发作。茶树油乳膏的副作用相对更小。（译自美国《读者文摘》杂志）