

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



舒淇在《寻她》中的表演获得业内人士称赞



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”。
有件事很有意思，我第一次去导演家跟导演的父母见面的时候，发现我的粤语、导演的粤语、他爸爸的粤语、他妈妈的粤语，全部各有各的口音，真的太可爱了！我觉得那种不同的音调，可能就有一点生活感在里面。
问：这次跟白客搭档演夫妻，感觉如何？
舒淇：他拍戏的时候很沉默，也很努力。我们这次要演一对农村夫妻，那种爱意的表达可能不是“我爱你”“我帮你摘星星”那种，而是生活中一些很小很甜的东西。白客在这一点上做得很好，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。入围就等于拿奖，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。
但你要说松弛感……毕竟都干了这么多年了，我觉得就是经验而已。比如走红毯，不就是走红毯吗，不就是拍拍照吗？熟能生巧嘛。



舒淇突破形象扮演农村妇女

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，但因为他的年纪比较小，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）
到后来，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？

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：这个角色既是一个母亲，又是一个女儿，还是一个妻子。她身上有多重身份，心里头会有很多上下迁就的委屈。但其他人却会说，你有一个那么可爱的老公和一个那么可爱的女儿，婆婆也没对你不好，你还是在纠结什么？这个角色的内心，我觉得要慢慢去挖掘，在这个过程中把自己“唤醒”。
问：那你觉得这个角色的最大魅力是什么？
舒淇：我觉得最大的魅力来自于她的坚持。无论面对何种困难，她一直都带着希望勇往直前。
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。
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，本身就会有胖胖的。



《寻她》剧组亮相上影节

E-mail:wbylbyzn@ycwb.com

“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“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。

另一方面我们也可以通过两个方法鉴别这种芒果：
1.看个头和形状。绿化芒果一般个头较小，呈青黄色、皮厚、核大；食用芒产地多样，品种繁多，有些个头大、皮薄核小，有些个头虽小，也一肉厚核小，闻起来异常香甜。
2.看虫眼数量。果园的芒果怕被昆虫叮咬，通常会进行套袋保护，而路边的“绿化芒果”一般不会套袋，所以果蝇等昆虫会在芒果上产卵，因此，虫眼数量较多。

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，但吃一两个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。

却还要种在绿化带里？深圳湾公园管理中心园艺部高级工程师周兰平此前曾向记者介绍，海杧果有极强的观赏性，也是一种较好的防潮树种，就像夹竹桃虽然剧毒却有极好的净化空气的作用而成为优质绿化植物之一。只要不去碰它，海杧果本身对人是没有毒的，但是如果不小心吃了它，或者小孩子去采摘花果，触碰到了海杧果的汁液，就有可能过敏甚至中毒。
绿化管理部门通常会在这种植物旁边较显眼的位置上设置警示标志，提示市民不要去采摘，避免发生中毒等事情。
（来源：央视网 科普中国）

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。
○维生素C能缓解过敏症状
维生素C是天然抗组胺剂，还可以缓解过敏症状。美国一项针对因过敏导致鼻塞患者的研究发现，74%的患者接受鼻吸维生素C的治疗后，症状得到了缓解，而只接受安慰剂治疗的患者鼻塞缓解率仅为24%。
但这项研究的科学家建议，成年人可从食物或补充剂摄入维生素C，每天的摄入量最低为100毫克，最高为2000毫克，过多无益。
○芦荟治疗烧伤
研究显示，芦荟治疗二度烧伤的效果优于其他植物。发生烧伤时，如果你有芦荟，不妨立刻割一片叶子，将叶汁挤到烧伤部位。但如果烧伤严重，还是需要马上去看医生。
○阿司匹林对付鸡眼与脚垫
脚垫又叫脚胼，是脚掌生出的老茧，严重时会造成行走痛苦；鸡眼是足部皮肤的角质增生，俗称“肉刺”。可将5至6粒无糖衣阿司匹林研成细末，加入半汤匙柠檬汁、半汤匙水，调匀，然后涂在脚垫的硬皮上或有鸡眼的地方，罩上一层塑料布，然后在外层再裹一条热毛巾。10分钟后将所有这些东西去掉，用磨石将泡软的硬皮磨掉。但如果你对阿司

- 升柠檬汁有助于抑制结石。
○姜缓解恶心症状
姜可以缓解因化疗、呕吐或运动不适引起恶心。科学家认为，这是因为姜能抑制肠神经系统中的血清素受体的活性，从而减轻恶心症状。喝一杯姜茶、嚼几块生姜蜜饯均可。
○桉树油减轻鼻窦炎
在一小盆清水中滴进几滴桉树油，放在炉火上加热，然后用一块大毛巾披在头顶，两侧覆盖在两肩上，然后低头将面部停留在水盆上方约35厘米处，让随水蒸气挥发的桉树油一起被吸入鼻腔。研究显示，桉树油所含桉树脑能促进鼻窦炎痊愈。
○丁香油缓解牙疼
丁香油中含有杀菌和麻醉物质，能够消除牙根炎症，缓解牙疼症状。为了减轻刺激，可以在丁香油中混合几滴橄榄油，一起渗入牙龈处。
○蔓越莓汁预防尿道感染
一项针对373名有过尿道感染史的女性研究显示，那些每天喝一杯蔓越莓汁的女性，尿道感染复发率比摄入安慰剂（安慰剂是指没有药物治疗作用的片、丸、针剂。对长期服用某种药物引起不良后果的人具有替代和安慰作用）的女性低40%。科学家们认为，蔓越莓中的有效物质有阻止细菌在尿道壁上黏附的作用。
○蜂蜜愈合外伤伤口
自从古埃及时起，人们就已经使用蜂蜜愈合伤口。蜂蜜中含有葡萄糖氧化酶，化学反应后能生成一种具有防腐杀菌作用的物质——过氧化氢。使用方法是直接将蜂蜜涂抹于伤口处。
○茶树油抑制青春痘
一项针对面部部长有青春痘或痤疮的志愿者案例研究显示，每天使用5%浓度的茶树油乳膏外用，或每天使用5%浓度过氧化苯甲酰乳膏，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）