

在

港剧的世界里，刘颖璇的名字常常与“打戏”联系在一起。2016年参选港姐出道后，她先后拍摄了《兄弟》《超能使者》《隐形战队》等多部剧集，凭借扎实的动作戏和不断进步的演技，成为备受看好的新一代“港花”。在最近的热播剧《夺命提示》中，刘颖璇饰演警方卧底温嘉莉，贡献出更多激烈惊险的打斗场面，其“搏命”程度令人钦佩。近日，刘颖璇接受了羊城晚报记者的专访。“打女”之路不好走，但刘颖璇坦言不后悔走上这条路：“观众喜欢看我演打戏，这才是最重要的。”

壹

《夺命提示》打戏再上难度
望带给观众新鲜感



刘颖璇与张振朗首次搭档演情侣

心思，设计了一些我从没做过的招式，希望画面能给观众带来新鲜感，当然也给我带来了很多挑战。

最让观众印象深刻的一招当属“剪刀脚”。在第一个单元案件中，刘颖璇在打斗时使出“剪刀脚”，骑坐在反派头上将其制服。刘颖璇详细描述了拍摄过程：“这一场是当晚要做的，其实没多少练习时间。我刚开始有点担心，把一个人的重量压在另一个人的肩膀上会很累。但剧组设计得很周到，我会吊威亚，尽量减轻重量，也能让动作画面更有戏剧性。”

然而实际拍摄时，她才发现难度远超预期：“威亚会让我的重心往前，但那场戏的设计是我要用绳子勒住他脖子，重心应该是往后的。”她特别感谢对手演员陈少邦的配合：“除了我靠自己的肌肉维持重心外，他也用头和手帮我借一下力，非常感谢他的帮忙。另一方面，剪刀脚这个动作做起来还是有点尴尬的，但他很绅士，一起合力把这场戏拍好。”

贰

自认私下打扮保守
为宣传剧集豁出去

除了激烈的动作戏，《夺命提示》另一个引发观众讨论的点就是刘颖璇的造型。在与文伟鸿合作的几部作品里，小背心+热裤已然成为刘颖璇的“经典皮肤”。《夺命提示》除了延续这身打扮外，还安排了刘颖璇和郭柏妍穿上女仆装卧底探案。

对于女演员在剧中的性造型，观众褒贬不一。有人欣赏，也有人觉得没必要。谈及这些争议，刘颖璇回应：“其实还是因应剧情需要才会有这样的服装。温嘉莉的造型其实还有一件皮衣外套，但她出差的时候要穿防弹衣，就不适合加外套。至于其他造型，因为剧中我是个卧底，有时候需要变装查案，才会出现那些衣服。”

刘颖璇坦言自己私下的穿衣打扮比较保守，但在前段时间的剧集宣传中，她与郭柏妍身穿剧中的性感女仆装出席，在商场里引发围观。她是否感到压力？“还好有郭柏妍陪我，所以没那么尴尬。”她笑言：“那天我自己当成了温嘉莉，我就是来当卧底的，当天的任务就是宣传好《夺命提示》。其实当时穿那身衣服去宣传，是希望引发更多人的兴趣，让大家关注接下来的剧情会发生什么。”

刘颖璇 我不后悔演“打女”

这位不断接拍“打戏”的港姐在TVB新剧《夺命提示》中依然“搏命”

羊城晚报记者 胡广欣



网友形容刘颖璇拥有TVB的“最强Body”

叁

不怕被“打女”角色定型
感谢观众认可

如今刘颖璇已然成为TVB的“动作担当”，但若是回到入行前，她从未想过自己会走上“打女”之路。她擅长打篮球，却没有武术底子，2018年在首部剧集《兄弟》里饰演一个女拳击手，才因此现学了拳击。《兄弟》播出后反响不俗，港剧的荧屏上已经有一段时间没出现过这种健美型美女，刘颖璇自然令人眼前一亮。

“打女”路线容易让观众记住，但代价也不小。拍了那么多动作戏，受伤就是家常便饭。因为造型原因，她的打戏几乎都不能佩戴护具，而且几乎都要亲自上阵。《夺命提示》第一集里她与陈山聪对打的那场戏，她要用手挡住陈山聪的进攻，一场下来，手臂就被打出不少淤青。作为2016年的香港小姐亚军兼最上镜小姐，刘颖璇本来可以靠外貌，却偏偏走上了最难的一条路。但她坦言不后悔：“演员最希望的是得到观众的认同。观众喜欢看我的打戏，这就是莫大的鼓励和赞赏。其实我也会拍一些漂漂亮亮的戏，但打戏让观众看到了不一样的我，这很好。”但在打戏之外，刘颖璇也期待迎接更多挑战：“我希望监制能帮我发掘更多潜质，只要有挑战性，无论什么类型的角色我都可以。”

在《夺命提示》里，刘颖璇不仅与张振朗第一次组CP，而且还要共同照顾干女儿瑜，这是一次新鲜的尝试，“温嘉莉这个角色比我以往的角色都要成熟和坚韧，她在剧中有一个干女儿，所以我相当于要演一个妈妈。这一部剧的感情戏比动作戏更难，因为当中有很多情感是我现实生活没有经历过的。我和振朗参考了《阿郎的故事》，小朋友对情侣关系会产生怎样的影响？我们从中吸取了一些经验，放到角色里。”

入行将近十年，刘颖璇坦言愈发享受演员这份工作：“这份工作让我的人生有了更丰富的经历。我演过不同行业的角色，也因为拍戏而学了很多新东西。”至于觉得自己是努力型演员还是天赋型演员？她说：“我觉得两样都有。我自认是幸运的，有很多机会演不同的角色。但我也知道机会不是理所当然，我总是问自己怎样才能做得更好，希望能尽力把握好每一次机会。”

对话

首次与张振朗组CP：他很会带娃



首次合作，刘颖璇与张振朗就成为了好朋友

整个人都会柔软下来，完全把小朋友当小公主。演我们干女儿的那位小朋友也非常可爱，她很喜欢韩国女团，平常很害羞，但一跳舞就不害羞了。有一次我跟振朗在剧组里等拍摄，她拉着我们一起跳了手指舞，这段视频也有放上网。我跟振朗在戏里是她的干爸干妈，戏外也像哥哥姐姐一样照顾她，经常请她吃雪糕（笑）。

羊城晚报：网友形容你拥有TVB的“最强Body”，怎么保持健美的身材？

刘颖璇：我很喜欢运动，虽然没有之前拍剧时那么严格，但还是会注意饮食、保持健身。现在陈山聪和张振朗都成了我的健身搭子，很开心能认识他们。我觉得运动可以让人增强自信，如果有机会，我很愿意尝试不同的运动。

羊城晚报：还有网友说你是“运动天才”，篮球、拳击、武术等运动都很擅长。有没有你学不会的技能？

刘颖璇：我其实不擅长游泳和跑步，因为我的气不够。但我反而很爱这两项比赛，所以我现在很期待今年的十五运会让我看个够。跳水比赛我也想看，全红婵的“水花消失术”太厉害了！

【记者观察】

中国男子跳水 暴露多重隐忧

羊城晚报记者 龙希

“双保险”不保险

在刚刚结束的2025年跳水世界杯温莎站的比赛中，中国队以8金3银1铜的成绩收官，憾失男子3米板金牌。上一站瓜达拉哈拉站，中国队入账7金4银1铜，丢掉了男子双人3米板和男子10米台的金牌。连续两站赛事，中国跳水队在男子项目失守三金，于男子3米板、10米台等传统优势项目上频频失误。新奥运周期下的首项大赛，中国跳水队就暴露出了多重隐忧。



朱子锋(左) / 程子龙在比赛中 新华社发

到48.75的低分，由此痛失近在咫尺的金牌，最终仅得到一枚铜牌。事实上在上一站，郑九源状态低迷，连续“炸鱼”，六跳竟然只有一跳在80分以上，最终排名第六。

温莎站的失利不仅是近9年来中国队在世界杯男子跳板项目的首次丢金，更折射出人才储备的深层危机——在曹缘、谢思明这一代老将之后，中国跳水队始终未能培养出具备稳定性的新一代跳板强手。

新老交替面临阵痛

巴黎奥运会后，中国跳水队进入新周期，男子10米台项目面临重大人员调整。曹缘、杨昊等资深选手逐渐退出主力阵容。作为新周期重点培养对象，19岁的朱子锋和18岁的程子龙首次以主力身份参加国际大赛，承担单人、双人十米台双重任务，但两位新星的国际首秀并不顺利。

在瓜达拉哈拉站，朱子锋、程子龙被墨西哥选手维拉尔-瓦尔迪兹以近80分的差距碾压，后者以547.70的总分夺冠，展现压倒性优势。朱子锋、程子龙分获银、铜牌。

转战温莎站，程子龙上演逆袭戏码，在前三轮总排名第5的艰难处境下，程子龙在后三轮奋起直追，每轮都拿到全场最高分，最终实现逆袭，成为全场唯一一位超过500分大关的选手，以511.10的总分夺得冠军，朱子锋以499.40的总分获得亚军。

两站赛事犹如过山车般的表现，既展示新生代选手的可塑性，也暴露出关键分处理能力与大赛经验的严重不足。

组合磨合不佳

今年世界杯，中国队推出胡宇康/郑九源这对合作不到两个月的年轻组合出战男子双人三米板。瓜达拉哈拉站两人痛并

失金牌，获得亚军。温莎站，胡宇康/郑九源在第5跳出现明显失误仅得57分，幸运的是最终他俩以6分多的微弱优势侥幸夺冠，不过388.05分的夺冠成绩是多年来在国际赛场上少见的低分，这也从侧面反映出当今男子3米板的整体水平一般，竞技水准偏低。

从这两站比赛的表现可以暴露出胡宇康/郑九源默契方面的劣势，赛后他们也承认两人在配合默契度上还有欠缺。新组合虽依靠同步分勉强维持优势，但动作容错率低，微小失误即可葬送胜局。

在人才断层、组合波动的双重施压下，国际对手也在快速崛起，以上种种因素都让中国跳水队男子项目的争冠之路变得更加艰难。这三块失去的金牌已为中国跳水“梦之队”敲响了警钟。新奥运周期下该如何维持统治力，捍卫中国跳水的荣誉，“梦之队”需要做出改变。

“苏神”第三胎是个女宝宝

4月15日，“亚洲飞人”苏炳添在个人社交媒体宣布家中有喜，“我们家的新成员今日报到啦！从此多一份牵挂。”并附上自己与宝贝的合照。

苏炳添刚刚在2025全国田径大奖赛肇庆站时隔一年重返百米赛道，虽然缺席男子100米半决赛，但在男子4×100米接力决赛中，领衔三名00后小将刘洪熙、丘智贤和严海滨，率领广东队以39秒25的成绩夺冠，完美演绎“广东速度”。

苏炳添的完美回归，让他更有信心在十五运会站好最后一班岗，为广东体育贡献自己的力量。如今，“苏神”喜上加喜，第三个宝宝的诞生，也让他更有责任面对未来的新赛道、新生活。

苏炳添与妻子林艳芳是青梅竹马的初中同学，更是彼此的初恋。两人于2016年里约奥运会后结婚，婚后生活幸福美满，苏炳添在比赛之余会抽空陪伴家人，也会在社交媒体分享生活

苏炳添成为“三娃奶爸”
图片来自其个人微博

中的点点滴滴。此前苏炳添已有两个儿子，据悉第三胎是个女宝宝，“苏神”的美满家庭也终于凑成“好”字。

羊城晚报记者 柴智

斯诺克世锦赛新纪录：单场两轰147



杰克逊·佩奇 新华社发

根据赛事规定，单杆147分的奖金为7.35万英镑，佩奇凭借这两杆满分杆，一举获得了14.7万英镑的丰厚奖金。

世界排名第35位的佩奇在比赛第8局和第22局(第二阶段)连续打出两杆满分杆147分。首杆147是佩奇职业生涯的首次满分杆，耗时仅7分13秒，位列斯诺克历史第三快147速度，仅次于罗尼·奥沙利文(5分8秒)和詹姆斯·瓦塔纳。

第二杆147则使其成为史

上第216杆官方认证满分杆，也是本赛季的第14杆满分杆，打破了历史上的单赛季满分杆数纪录(13)。

羊城晚报记者 苏荇