



## 范冰冰

从2013年12月进组《武媚娘传奇》，拍到2014年8月，1000多场戏。

### 苦得长了300根白发

“武媚娘”“美得不像人类”，可范冰冰说自己为此付出了“沉重”的代价：在气温接近40℃的横店，穿得一层又一层，每个镜头下来后全身都湿透了，而现场的抗热工具只有一个风扇和捧在手里的小台扇。

因为担任制片人，范冰冰操心着全剧组：“投资3亿，拍摄8个月，800多工作人员，200多角色演员，5万人次群演，3000多套服装，200辆车，单看数字就很头疼。这是拍过最苦的剧，长了近300根白发。”

### 化老年妆很痛苦

说到“老年武则天”的特效妆，范冰冰很痛苦，每天化7个小时，“全脸、脖子、手臂都贴硅胶，再演9个小时，卸妆2个多小时，每天只睡4个小时。拍摄时又是夏天，我的皮肤起了很多疹子，后来工作人员在耳后的硅胶套上扎了个针孔帮我排汗。”

为了还原老年眼神的浑浊、沧桑，范冰冰戴上定制的隐形眼镜，医生叮嘱每天至多戴一两个小时，但为了拍摄，她每天佩戴十个小时，最终导致眼部红肿发炎。



无论是被各卫视循环重播的《甄嬛传》、正在热播的《武媚娘传奇》，还是依旧在拍摄中、近日放出8分钟花絮的《半(音“米”)月传》，孙俪、范冰冰、周海媚姣好的妆容和富丽堂皇的宫殿、饰物都给观众美的享受。不过，她们在剧组里拍戏时什么样，也能这么美？笔者近日采访了几位代表，大家的诉苦就刹不住车。范冰冰爆料，拍“武媚娘”太苦，长出了约300根白发；周海媚则是被沉重的假头套压得头皮长血包；孙俪更是心有余悸，拍马戏遇险“生死一瞬间”，而古装剧的台词更是难倒了众人。

# 甄嬛媚娘讲述 古装戏的辛酸

## 反季节拍摄苦到工作人员都忍不了

## 孙俪

2010年9月18日《甄嬛传》开机，2011年1月30日杀青。总共1800多场戏，孙俪近960场戏。

《半(音“米”)月传》2014年9月初开机，目前还在拍摄中。

### 骑马戏生死一瞬间

马戏几乎是古装剧的必备桥段，孙俪却曾因此遇险，“在拍《关云长》时有一场特别简单的骑马逃跑的戏，没想到我半个脸都被划了。后来摄影师还说，万一摔下来被马踩一脚，命都会没了。所以这让我感慨，生死有时只在一瞬间。”

### 颜色区分台词、心情

说到《甄嬛传》，孙俪感叹拍得太不容易，“平均每天拍摄十几场戏，单是一天需要背的台词就得有40多页纸，到最后都快吐了。”而《半(音“米”)月传》的台词被孙俪比作“古文”，“太难背了，我们私下聊天都是‘你台词怎么背的？’”不过她也备上了妙招：“我把剧本按照不同的层次，用文件夹的颜色来分，比如清纯的用白色，热恋的用粉色。”这样拿到什么颜色的剧本就知道应该用什么心情去演绎。

## 周海媚

从2014年2月进组《武媚娘传奇》，陆续拍了大约40天，200场戏。

### 同场加映 拍古装剧的辛酸工作人员也忍不了

其实，明星们的“吐槽”只是冰山一角。在采访中，很多剧组人员还总结了古装剧的“毁人”之处。

**苦练琴棋书画**  
男演员在拍戏前通常要找师傅学点功夫，女演员们则要苦练琴棋书画。最辛苦的要算舞蹈身段的训练，因为这种训

剧中，周海媚饰演唐太宗李世民的“四妃”之一的杨淑妃，金灿灿的头饰让她叫苦不迭。“头发加头饰30斤，头套里有细毛衣针一样的铁丝，把它们插到头皮头发之间才能固定头套。”为此，周海媚用上了颈枕，“就连喝水都得用手托着头”。

虽然戏份不算多，周海媚还

是从2月拍到了8月，到了后半段，“头皮整个红肿，能摸到头顶有个乒乓球大的血包。”

不过她最不能忍的是穿戏服。“里三层外三层，穿了就没法脱，为了不去厕所就不敢喝水。冬天再偷偷穿上棉靴，夏天只能把裙摆提到膝盖，完全顾不得形象了。”

(综合)

练需要绑小脚，走路还常常不小心摔倒。

**反季节拍摄**  
反季节拍摄的古装戏是演员们的一大噩梦，尤其是冬天要“大汗淋漓”，防止热水的水蒸气，化妆师就往演员身上喷凉水。而冬戏夏拍时，剧组每天会备一大桶冰，演员拿着毛

巾冰块藏在衣服里，再开着风扇“双管齐下”。

**尝尽深宫“酷刑”**  
深宫里的“酷刑”有时为了真实必须假戏真做，也让很多演员吃不消。另外，“吐血”的场景里，演员们吐的人造血浆是用蜂蜜加食用色素调和成的，可场面看了还是让人揪心。



## “当人心遇上仁心”

牛飞雁

在热播剧《当人心遇上仁心》中，主人公季得生可谓命运多舛，出生前父亲死于矿难，及至临产母亲因大出血而丧命，被人收养后又遭拐卖沦落乡下，一生充满了波折磨难，毕业分配、婚姻爱情，没有一样属于顺缘。其扮演者，从童年的陈厚同，到少年的董双宇，以及中青年的郑国霖，都饰演得那样真实亲切。俗话说：“从小看大，三岁知老”，童年时的季得生，原名孙小虎，不仅活泼聪明、纯真可爱，而且素有仁心，在那个物资匮乏的艰难时代，邻居张奶奶给他煮了四个鸡蛋，他竟能如“陆绩怀橘”，悄悄给妈妈留了两个。面对妈妈带给他的糖水，他又觉得可能张奶奶也没喝过，于是要给张奶奶留一些。

剧中有很多感人的情节，令人泪流满面，泣不成声。季得生爸爸的战友，在军营里省下全年的津贴，才给小虎凑足了十斤小米；农家女孩唐招弟像亲姐姐一样关爱着可怜的季得生；失母之哀与失子之痛，同样令人悲伤欲绝。“妈妈不要我了？”几次喃喃自语从一个幼小的心灵发出，我理解这“妈妈”二字就是亲情，就是仁爱，就是一切善良的呵护！逆境让这个可怜的孩子受尽了委屈，而懂事的孩子更让人心疼，难道必须逆境才能成就人才吗？受尽虐待的孩子反而成了他们一家人的救星。正因他从小善根深厚，所以立志：“我要当大夫，救好多好多人”。由此我想到了少年时代的范仲淹，这个为良相，必当为良医。我不禁对这个受尽磨难的少年肃然起敬！他的心里只有爱没有恨，他希望人人都能做个仁义的人，他是个知道心疼别人的人、从不记恨别人的人。在老中医关少卿的帮助下，他实现了自己的梦想，以优异的成绩考取了西山医科大学。他以严谨的态度，“学神农而尝百草”，为了病人，他竟肯烫伤自己进行试验。当然，仁心还需要用勇气做坚持，当肠梗阻患者四次手术之后，在众多专家束手无策的时候，他甘冒风险，挺身而出，被众人误认为出风头。而他从病人的康复中，得到的却是喜悦与欣慰。

仁心能术，医者必备。仁心就是爱别人。有仁心，知识可以救人；无仁心，知识亦可杀人。又如关少卿所云：“行医必须要有畏惧之心”，我的理解那就是仁心中的慎重，精益求精，诚信诚恳，畏惧私心、畏惧草率、畏惧疏忽。在这之后的故事情节中，也让我们看到了两种人心的对比，看到了长期以来医疗行业中的腐败与不良。陈雁鸣不愧是官场的泥鳅、医界的黑手，他圆滑得不露声色，让人不屑一恨，又殊觉阴险歹毒；而季得生的木讷拙朴，不禁令人倍生同情，他是那么耐心、诚实、仁爱、负责，却又处处无辜被陷害。这到底是个人的悲哀，还是时代的不幸？

只要有类存在，就会有不幸，因为万法无常，人心各异。只有当人心遇上仁心，才会有安全、温暖、和谐、幸福；只有当人心遇上仁心，生命才有保障，社会才有希望。难道物质文明与道德修养就不能同步并行吗？希望人人都能把这颗丢失已久的仁心寻找回来，希望把人世间的“同情”二字转为“同庆”，让一切不幸统统远离。唯有顺境逆境都能保持一颗赤子仁心，现实社会才是人间净土。

## 央视春晚首推吉祥物“阳阳”

### 将成虚拟主持人

昨日，据羊年央视春晚剧组透露，春晚将设立一个以“羊”为原型的吉祥物，谱羊年之音，取名“阳阳”，这是33年春晚历史上第一次设立吉祥物。剧组透露，在春晚直播当天，“阳阳”将作为特邀主持人贯穿于直播过程当中，与全国观众一道，迎接乙未羊年的到来。

吉祥物通常是每逢重大赛事或者大型活动而创作的特定形象，通常带有美好深远的象征意义。作为一台有33年历史的、全国最有影响力的节庆晚会，春晚早已经成为全国人民的新民俗。然而多年来，春晚一直没有吉祥物作为固有的形象支撑。羊年春晚剧组希望通过设立“春晚吉祥物”这种方式，大力弘扬中国传统文化中的“生肖”元素。

“阳阳”的原型是有中国“国宝”、世界“超级羊”之称的小尾寒羊。设计者

是北京奥运会吉祥物“福娃”的作者之一、清华大学美术学院教授吴冠英。在声音方面，央视著名少儿节目主持人“金龟子”刘纯燕将为“阳阳”配音，相信刘纯燕演绎的“阳阳”，必将成为本届春晚的一大亮点。(凤凰)



山东省著名商标 山东省十大品牌 山东省调味品行业标准化生产示范基地

纯粮酿造 不添加任何增鲜剂

抱犊酱油 国标二级 一级 特级 氨基酸态氮含量大于0.55g/100ml

抱犊调料 家家需要

1.9金标特油 500 辣子鸡油 金标特级酱油