

# 张译，激情退去后的信手拈来



明星在线

《红海行动》火了，演员张译再一次成为了大众的“焦点”。在过去几年里，张译爆发式地创作了一系列令人印象深刻的角色，《亲爱的》中的韩德忠、《山河故人》里的张晋生、《追凶者也》的董小凤……很多观众为张译的演技折服。面对夸赞，张译却说，“其实，我就是做好我的本分。”

“导演每次信任我的时候，我都会觉得肝儿颤”  
“我在20来岁的时候也短暂地想要证明自己。人家说我不行，我不信邪，就要演。只是为了证明给别人看。于是，就演了《士兵突击》。别人说，这个真是好，但这是本色出演。我不服气，还要证明，就迅速拍了《我的团长我的团》。别人又说，哎哟，这个角色跟他之前那个不一样，但也算本色。这给我气的，我要再演一个不一样的。第三次完事儿，就累了。我就想，为啥要给别人证明？我为啥不能享受这件事？证明给别人看了我能怎么样？后来我明白，演员的根本，应该是让人去记住他的角色而非本人。”

张译说，现在他想感谢这个行当，“那些导演都特别爱我，经常把一些急难险重的角色给了我。”

贾樟柯导演让他演《山河故人》，他毕恭毕敬，“我非常喜欢您的作品，但我身上没有爆发户的特质，演不了煤老板。”陈可辛导演让他演《亲爱的》，他掏心掏肺，“我生活中都不是爸爸，演不出来有孩子的父亲和孩子丢了以后的感受，这个对我来说太难了。”正在演的这部《刀尖》，高群书导演一样特别信任张译，“但他每次信任我的时候，我都会觉得肝儿颤。我始终觉得自己和这个角色中间有巨大的鸿沟，当然不只是一部电影，我每部电影都是这样。”

“没有眼泪的苦情戏，可能更让人感觉痛苦”  
尽管嘴上说演不了，但角色一旦定下来，张译就会拼尽全力。

电影《山河故人》中有个片段，张晋生在黄河岸边教沈涛学开车，车子“咣”的一声撞在了“黄河九道弯”的石碑上，沈涛心怀愧疚地说：“没事吧？真对不起。”张晋生一脸心疼却故作无所谓地回答道：“么事，德国技术，可结实了。”然后抬脚踹了一下车的保险杠，结果保险杠“咣当”一声掉了下去。

踢保险杠那一脚剧本里没有，是张译即兴加上去的。“角色有没有可能再狠一点、坏一点？狠的时候有没有可能突然露了一个破绽，让人觉得有点可笑。”这是张译对《山河故人》中上世纪90年代初乍富的煤老板张晋生的处理。

为了把每个角色诠释好，张译有一套自创的方法。每次拿到剧本，他会列出故事梗概、人物命运线、关系线、道具线以及人物心情状态线等等，有时候还会分析文本来画坐标系，标识出演员在每个时间点的情绪值。比如人物刚出场时，年轻气盛，是10点的情绪，那么闯祸后，情绪值掉到坐标系的负20，再到中年人生最低谷，可能就是负50。这套方法从《士兵突击》开始使用，一直延续到今天。

张译说，他理想中的表演境界，是达到激情退去后的信手拈来。

“当然我现在还差得很远。比方说，一场大悲的戏，初级演技就是像我年轻的时候，哭天抹泪啊，使出浑身的力量去发泄，在地上打滚啊。当你越大越发现，这种表演方式太浅薄，你会观察到，生活中很多人面对大悲的时候，是没有表情和眼泪的，没有号叫，没有撕心裂肺，但他那种悲是触及你灵魂的，你轻松地驾驭这样的戏，可能更让别人感到痛苦。”（据《大连晚报》）

# 速滑奥运冠军张虹：换了身份 初心未改

新华社记者 苏斌 周杰 姬烨

为了参加2月25日上午的国际奥委会全会，张虹起了个大早。8个小时后坐在新华社设于主新闻中心的演播室里，这位刚刚当选国际奥委会运动员委员会委员的速度滑冰奥运冠军说，自己还处在兴奋与紧张的状态。

“确实是非同寻常的一天。”佩戴着印有“IOC”字样的新证件，张虹感慨道，今天也是平昌冬奥会的最后一天，也是她身份转换的一天。至于心情，她说“很复杂”。

此前的运动员委员会委员竞选中，张虹得票数位列第四，但在国际奥委会主席巴赫提名下，张虹在全会中获得通过，成为运动员委员会新晋成员。

“特别感谢巴赫主席对我的信任和对中国运动员的支持，接杨扬姐的班，继续在国际奥委会为中国体育做更多工作。”张虹说。

张虹表示，之前一直都是运动员，在申办2022年冬奥会过程中以申奥大使的身份接触过国际奥委会的工作，但这与自己竞选感觉还是不一样。

从运动员到运动员委员会委员，换了身份的张虹说，一样的都是要专注地去做事，不一样的是这次代表的不再是她个人，而是项目和国家。

“我今天刚刚转变成这个身份，希望能用最快时间加入到这个大家庭里，去熟悉环境，找到我应该做和选择的事情。”她说。

2014年2月13日是一个让张虹永生难忘的日子，那一天她实现了中国大道项目冬奥金牌零的突破。张虹说，那是她运动生涯的巅峰，也是一个转折点。

4年后在平昌，带着膝盖重伤的张虹，不再有索契那股闪耀的成绩单，但克服困难站在冬奥赛场上，张虹觉得也是胜利。

“今天其实是个更大的转折点。”张虹坦言，“很多人会说，‘你以卫冕冠军身份站在这里，成绩上有没有什么遗憾’，其实每个人的经历只有自己最清楚。”

“这4年我经历过胜利，也经历过失败。最影响我的还是伤痛，我从2016年开始膝盖就不太好了，近一年半时间没有一天膝盖不疼不影响训练的。”张虹说，能够战胜伤病，战胜自己，站在这个赛场上就已经胜利了。奥运会不仅仅是比谁拿金牌，还有另外的奥林匹克的意义。

赛场上腿有些支不住的时候，张虹脑海里就闪过一个念头：这届奥运会一定不能输，一定要滑到终点。“4年一次的奥运会，不是每个选手都能站在这里，我很珍惜两次奥林匹克的经历。”

展望4年后在家门口举行的冬奥会，张虹表示，这是运动员面临退役时最重要的选择，自己一直在思考这个问题。她说：“很想以运动员的身份站在2022年的赛场上，但是如果我的膝盖真的不允许的话，即便不是运动员，也不会离开我心爱的冰雪运动。”

从事冰雪22年，张虹说，滑冰之于她不仅是职业和工作，更已成为她生命的一部分。“每天早上起来不按点去餐厅和训练，我都不知道该做什么，总觉得生命少点什么。”

除了冬奥冠军，“学霸”是张虹身上的另一个标签。从东北师范大学研究生毕业后，张虹又考上了博士，她还决定在今年9月去读清华大学和国家体育总局合作的一个研究生项目，主攻赛事管理和体育管理。

张虹的自律性很强，这源自她小时候的父母教育以及教练的影响，与她性格有很大关系。平时不喝酒不唱歌不看电视剧的她，觉得和年轻人有点脱轨，但这也让她有更多时间学习和看书。

张虹希望她的英语水平还能再提高。没有老师，没有环境，张虹之前一直是自学英语，近半年她的教练、康复师和队医全换成了外国人，张虹的听力最近三四个月有了很大提高，训练和生活方面的对话也比之前有进步。

“任何事情都需要努力，运动员要努力，工作要努力，学英语也要努力。”张虹说。

对于未来选择，张虹也有了规划。备战2022，她希望做些跨界跨项选材工作，在她家乡哈尔滨，有从事该项工作的俱乐部，她打算有机会去南方走走，看看是否有机会让轮滑、短道和其他项目运动员也加入到速滑中来。



体育广角

在2月25日的平昌冬奥会闭幕式“北京8分钟”文艺表演中，既有在表演还未开始就完成使命的幕后英雄，也有穿戴几十斤道具以别样方式圆梦奥运的少年，还有穿着单排轮旱冰鞋苦寻花样滑冰美感的轮滑运动员……

“8分钟”开始 我的工作结束了  
在“北京8分钟”的整个演出过程中，有48名演员只出现在正式表演前，他们两人一组，推着智能机器人和透明发光屏幕（“冰屏”）最先上场，机器启动后迅速下场。每组对应一个号码，从1号屏到24号屏，在采访推屏演员的时候，他们说的最多的是自己所推的那块“冰屏”编号。

21号屏是由常睿和同伴一起推上闭幕式中央舞台的，为了尽量不让现场观众看出来，他们一身黑色紧身衣，只露出眼睛部分。听到启动成功的指令，他们就算完成了这次8分钟演出的任务，总共上场时间不到3分钟。

常睿，今年23岁，来自甘肃兰州，是北京体育大学运动医学与康复学院一名大四的学生。在8分钟表演中，轮滑演员与机器人的互动让人难忘。常睿在场下盯着21号屏，转身、前行，一切正常运转，他松了口气。虽然没有在8分钟露脸，他的工作一样重要，到平昌之前，他们在北京封闭训练了近3个月。

在北京集训的时候，

他们每天至少要推着数百斤的道具来回走上千米。平昌冬奥会闭幕式现场道具出口到舞台中间，有一个近6米长的坡路，在训练中，常睿他们就着重练习如何平稳地把道具推上这个坡。

1月底，记者在北京昌平的训练基地见到他们。不论脚下、身上贴多少暖宝宝，他们是不能戴厚手套的，因为推屏的时候可能会有脱手套的风险。“我就不戴手套了，抓的那个位置戴着手套容易打滑，就那么一会儿，坚持一下。”常睿说。

穿戴20斤道具 圆梦奥运舞台  
于广水全身罩在熊猫木偶装里，从唯一的观察口向外看，冬奥会闭幕式现场闪烁着亮光。他小时候梦想是当个运动员参加奥运会，眼前这些让他觉得梦想成真了。于广水是“北京8分钟”的一名轮滑演员，他表演全程要套在20斤重的熊猫木偶里。

2017年11月某一天，北京体育大学举行了一场选拔，于广水和一些同学被老师叫去参加，还让他们做一些奇怪的动作。“搞什么啊，我心里纳闷。”

北京体育大学教育学院四年级的学生邢志伟也被选拔成为这次表演的一名木偶演员，同样的选拔过程，让他摸不着头脑，跟平时训练的动作不一样，平衡、转弯、单腿，考察动作更像是在舞蹈。

后来，老师通知他们被选中，要代表国家参加一次非常重要的演出。

去年12月1日，他们就在北京昌平的训练基地开始封闭训练，见到导演组才知道，于广水、邢志伟要参加冬奥会“北京8分钟”演出。这场演出意义重大不言而喻，需要所有人签保密协议。表演之前，不能向任何人透露他们在干嘛。直到出发到平昌前一天，他们才告诉家人，“初十晚上看冬奥会闭幕式直播啊，里面有我。”

其实作为木偶演员，于广水和邢志伟在整个8分钟过程中是没机会露脸的。第一次拿到演出道具木偶装的时候，大家觉得新奇。于广水在同伴的帮助下试着套了一下。

“嘿，那个木偶头的重量直接压下来，两个肩膀就像担上了两桶水。”他回忆说。在训练间隙，别的演员可以松松鞋休息，他们就只能继续套着不

便穿脱的木偶装。等彩排结束回到宿舍，肩膀和腿都不是自己的了。

扮熊猫就要有个熊猫的样子。“我们穿上道具，就要忘了自己，我们一上场就是两只熊猫。”于广水说，要通过熊猫的姿势表达出情感需要多练习。邢志伟和于广水每天都会给自己加练一段时间，一个人练，另一个人用手机拍下来回看。“我们回宿舍用手机看视频，别人看电影，我就挑功夫熊猫《熊出没》看，动画片里不是有熊嘛，我学这里的可爱动作。”邢志伟说。

踩旱冰上场 学花滑动作  
舞台上，24名轮滑演员与24个智能机器人配合完成表演。他们穿着单排轮旱冰鞋不仅要表现出花样滑冰的美感，还要与背景音乐、灯光效果、舞台屏幕“地屏”视觉效果严丝合缝的配合。推屏演员郭露阳说，在场上，他们就像画笔一样，在“地屏”上滑绚丽的图画。

郭露阳是北京体育大学体育休闲与旅游学院大三学生，平时的专业项目就是轮滑，但踩着单排轮旱冰鞋翩翩起舞这是第一次。

音乐响起，郭露阳和其他轮滑演员一起滑进场地，向右一个弧线，向后转身穿过两个机器人……这一切动作都经过了无数次训练，正式表演的时候，他没有感到压力，按部就班地走线、滑行。“忘了自己是在滑旱冰鞋，尽可能展现冰上动作。”这是训练时导演组的要求，也是这3个月来他们重点练习的内容。

刚进集训基地，郭露阳信心很足。滑旱冰是他的老本行，没有什么难的，但随着训练的深入和细化，郭露阳需要重新掌握一套动作。“旱冰比较稳，动作幅度可以大一些，但细微的艺术展现力不如真冰。”

表演现场模拟的是一块冰场，演员们动作要想更逼真，就要模仿冰上运动的动作。训练之后，郭露阳自己找花样滑冰视频看，每一个手势、每一下滑行，他都默默记在心里，第二天训练付诸实施。

来平昌之前的一个月，是演出团队训练最忙的时间段。北京的气温也逐渐走低，训练专门找有大风的日子。晚上，训练场灯光全开，无遮挡的场地四处漏风，郭露阳和同伴们一练就是几个小时。

“平昌冬奥会闭幕式是在晚上，场地也可能有大风，所以我们的训练就尽可能地模拟当地实际情况。”郭露阳说，一次夜场训练下来，他的鞋里都是汗，湿冷最难扛。回到宿舍，就想把脚放在暖气上烤烤。

# 台上8分钟很短 幕后英雄很多

新华社记者 姬烨 耿学鹏 汪涌

# 刘国梁在线『说球』首秀获成功

2018乒乓球世界杯团体赛当地时间2月25日于伦敦落幕，中国乒乓球队在两场与日本队对阵中均取得3:0完胜，而在线“陪伴”中国队夺冠的前国乒总教练刘国梁也在自己担任新媒体平台解说的首秀中获得成功。

连续两天作客《中国体育》直播(zhibo.tv)，刘国梁的“688”(谐音“刘爸爸”)直播间累计涌入超过2000万球迷，刘国梁更被网友们封为“乒乓球第一解说”。

得知刘国梁解说女团决赛，细心的丁寧赛后发来暖心微信，而刘国梁也第一时间和粉丝们分享了这条微信的内容。

“她第一时间给我发来了微信，说感谢刘指导看她的比赛。这就是默契。其实中国乒乓球队有很多这样的细节让人非常感动和温暖，除了赛场内外的东西，这些让人感动的细节应该让更多的人去了解。”刘国梁说。

分享温暖细节之余，“网感”爆棚的刘国梁也和2月24日初登半决赛解说席一样金句频出。

国乒队长马龙对阵日本名将丹羽孝希时，刘国梁说丹羽是一个非常有灵气的球员，不过再有灵气，碰到马龙这样全面的球员也很难赢得比赛，马龙要做的就是不失误，等对手灵光一现的时刻过去，就能重新掌控比赛。

对于丹羽面对马龙毫无办法的场面，刘国梁调侃道：“马龙打球把对手绑成了大闸蟹。”

赛后与前方记者连线时，刘国梁又趁机把爱徒调侃了一番。“你问许昕，说马龙人家有宝宝，金牌可以送给宝宝，你金牌有了，可你的宝宝呢？”刘国梁问。对于这个“刁钻”的问题，许昕回答：“我的金牌送给未来的宝宝。”

刘国梁迅速爱上了这种解说模式：“平时在电视上，在赛场上，大家看到的只是我们这些球员十分之一的优点，这个平台能让我把更多的细节分享给大家，让大家知道比赛之外的幕后故事，了解球员的优点，了解这支队伍的传承。”

“冠军归属其实没有悬念，我们更多考虑的是怎么把乒乓文化和中国文化向世界输出推广。现在，我们有专业的解说团队和转播平台，无论是乒乓球成绩还是文化我们都是最优秀的。”刘国梁说。

(新华社北京2月26日电)

白城玛丽亚妇产 医保 新农合在院报销 看妇科 治不孕 生孩子 新农合报销后 顺产仅需550元 6187999 白城火车站对面