

名家写真

姜妍:每个角色都值得深入挖掘

精彩推荐

《心动千年》定档

由映美传媒、斯嘉影视出品,邓超元、屠芷莹领衔主演的仙侠甜宠剧《心动千年》正式定档 1 月 21 日,将于爱奇艺独家播出。

剧中,3000 年前,神龙之子与仙界仙女纠葛不断,3000 年后,两人转世重逢。临城首富之子程启本是病弱花美男,善良厚脸皮的小妖精阿麟为救程启性命,献出自己的内丹,却意外被程启消化,失去内丹的阿麟法力尽失,只能缠着程启对自己“负责”。两人性格迥异,互相看不顺眼,却在寻找分离内丹之法的过程中渐生情愫,再次展开一段浪漫奇幻的爱恋故事。 晓梦/文

《鹊刀门传奇 2》将播

由赵本山、宋小宝、宋晓峰等主演的武侠情景喜剧《鹊刀门传奇 2》,将于 1 月 22 日起在腾讯视频播出。

鹊刀门的故事将在第一季的基础上全面升级,以全新篇章续写“东北味儿”的江湖笑事。西门长海大难不死后重归定远盟,继续肩负守土抗倭的重任;西门长在逐渐适应掌门身份,在门派内外继续展现他的“另类大侠”风采。随着鹊刀门名声鹊起,众弟子将面临更多危机与挑战,一场欢乐与热血交织的江湖风波即将掀起。美琳/文



姜妍

女性特质;而镜子和梳子是表现她格外爱美。”

剧中,姜妍不仅准备了水杯,还在水杯里泡上胖大海,她解释这正是自己准备和道具组准备的不同之处,“道具组准备的水杯里可能是空的,作为摆设,但我自己准备就会时常想着更换新鲜的水,说着话时拿起来就能喝一口。姚玉玲要保护自己的嗓子,随时喝水是她应该有的习惯。”

不执著于蹚平某个赛道

姜妍刚从电影学院毕业时,老师曾告诉她:“你可能在 30 岁之前不太会有竞争力,像你这样的演员 30 岁之后才能被观众看到。”这话果然应验了,姜妍出道 20 年演过很多角色,一直不温不火,38 岁时终于凭姚玉玲成功出圈,导演郑晓龙告诉她,从此她有了自己的代表作,观众和全行业也都看到了她的实力。20 年的厚积薄发,时间在她最好的时刻给了她最好的肯定。

在这个追求效率的年代,很多演员乐于把自己精准嵌入

某条赛道,在一类角色上反复发力,可以让大家更早地看到。但姜妍的演员生涯不曾聚焦于某处,她不局限于某类题材。以姜妍的实力,如果专注于某类擅长的角色,或许会更早成名,但她并不为此感到遗憾,她更注重自己的人生体验。“我不想去蹚平某个赛道,也不想太给自己设限,喜欢就去尝试,一切都是从角色出发。如果看到了我喜欢的人物,去演就好了,能够多维度地体验生活,已经是演员这个职业给我的最好回报了。”姜妍解释说:“因为在我心里就没有重复的人物,每个角色都是值得深入挖掘的。哪怕再来一个角色,东北姑娘,也生活在姚玉玲那个年代,她也一定和姚玉玲有着截然不同的性格和命运。”

做博主逛菜市场都是感受生活

很多人是在小红书上认识

姜妍的,她是一位有 400 多万粉丝的生活博主,几乎每条笔记都在分享自己的厨艺心得,三餐四季,丰富有趣。她不仅自己做饭、做家务,还爱逛菜市场。

说到自己的家务爱好,姜妍表示非常享受,在嘈杂喧闹的菜市场和摊主讨价还价、攀谈几句,让她感到生活很充实,心态很平和。她开心地说:“我们表演最初的一堂课是观察生活,我去逛菜市场,一边买菜一边享受、观察人与人之间的交流,满足自己的好奇心。我会观察别人,从穿着打扮到举止言谈,猜他们的心思,猜他们的关系,这对我来说是一件特别有趣的事情。看似没有什么能量和营养,不过是重复的家务劳动,但其实真的去了这样的环境,就会有很多有意思的小素材,不知不觉走进口袋里,今后演戏都能用得上。”金力维/文

戏迷俱乐部 《杜十娘》《喜荣归》下周五演出

1 月 24 日晚 7 时,河北省河北梆子剧院在河北梆子剧场(石家庄市建设南大街 26 号)演出河北梆子《杜十娘》和《喜荣归》。

河北梆子《杜十娘》剧情介绍

京都名妓杜十娘,随李甲从良归里。行至瓜州,恰遇富商孙富。孙富见十娘貌美,以巧言巨金诱惑李甲,李甲将十娘转卖。十娘悲痛万分,于痛斥孙、李

后,怀抱百宝箱投江自尽。

河北梆子《喜荣归》剧情介绍

赵廷玉因家贫,投靠岳母崔氏。崔氏嫌其贫,将其逐出门外,其未婚妻崔秀英私赠银两,使其入京赴试。赵廷玉高中后,改装成乞丐至崔家,以探岳母心意。崔氏又欲逐之,秀英仍然不嫌其贫。廷玉深受感动,吐出实情,夫妻重聚。

佳佳/文

春节期间 石家庄将举办体育活动超 150 场

2025 年春节期间,石家庄市将开展各类全民健身大拜年系列活动超过 150 场,各地因地制宜举办丰富多彩的全民健身和体育志愿服务活动,引导大众在体育运动中健康过新春。

据了解,2025 年石家庄市全民健身大拜年系列活动,以“运动迎新春,健康谱新篇”为主题。除了群众喜闻乐见的足球、篮球、乒乓球、羽毛球、台球、健身操舞、棋牌类等活动外,还有室外健身器材科学健身指导,以及滑冰、滑雪等多种冰雪类活动推广。

石家庄激情冰雪大拜年活动,将在大年初一(1 月 29 日)在元氏县无极山滑雪场举行,届时,将有全市各地 200 余名滑雪爱好者参加此次活动。1 月 25 日,由石家庄市体操协会举办的 2025 迎春亲子运动大拜年,将在石家庄市少儿业余体校举行,届时,各种充满趣味性的亲子体能比赛,会让广大青少年和

家长在运动中收获快乐。春节期间,井陘县依托丰富的旅游资源,将开展“年味儿井陘”系列群众体育赛事,包括太极拳、篮球、射箭、乒乓球等,全部体育活动持续到正月十一(2 月 8 日)。

此外,为满足更多人春节期间居家健身的需求,石家庄市社会体育指导员协会在 2025 年春节前夕,还会举办广场舞线上培训推广、全民健身服务端送健康等线上活动,通过网络平台开展健身操舞的示范,带动大家在假期里开展居家锻炼。

石家庄市体育局群体科相关负责人介绍,2025 年春节期间,石家庄市预计将开展线上、线下多种形式的全民健身大拜年活动超过 150 场。以连续不断的体育活动,在春节期间营造起浓厚的全民健身氛围,让大家在体育运动中感受节日的欢乐气氛,以积极向上的心态迎接新的一年。

刘真/文

2025 年女篮亚洲杯分组出炉

国际篮联(FIBA)日前发布了 2025 年 FIBA 女篮亚洲杯 A 级赛的分组和赛程,中国女篮与韩国队、新西兰队和印度尼西亚队同处一组。

本届比赛将于 7 月 13 日至 20 日在中国深圳举行,共有 8 支球队参与 A 级赛。卫冕冠军中国女篮身处 A 组,同组球队分别是 12 次夺得女篮亚洲杯(亚锦赛)冠军的韩国队、2023 年女篮亚洲杯四强之一新西兰队和 2023 年女篮亚洲杯 B 级赛冠军印度尼西亚队。

B 组则由 6 次夺得该赛事冠军的日本队领衔,她们将在小组赛阶段面对澳大利亚队、黎巴嫩队和菲律宾队的挑战。

FIBA 在其官网上说明,本次比赛的分组依据为各支参赛球队在 2023 年 FIBA 女篮亚洲杯中的排名。

根据赛程安排,中国队将在首个比赛日对阵印度尼西亚队,随后与韩国队、新西兰队交手。

曹奕博 苏斌/文

