

“小龙女”李若彤

首度出书《好好过》

1995年香港TVB版古天乐、李若彤主演的电视剧《神雕侠侣》，被称为史上最经典版的“杨过小龙女”。一晃25年光阴，如今年过半百的李若彤写下人生第一部书《好好过》，日前由天地出版社出版。

只说寻常事、平常心

自1990年踏足演艺圈以来，李若彤拥有《神雕侠侣》《天龙八部》等经久不衰的电视剧代表作；在《一个字头的诞生》《两个只能活一个》《大内密探零零发》等经典影片中，她也展露过灵动多变的表演实力。

《好好过》是李若彤的首部图书作品。为写本书，李若彤对自己过往54年的人生经历进行了梳理，分活自己、戏梦里、恋人啊、少年时四个部分，讲述了自己如何长大、少年时期的家庭教育如何让自己受用一生、面对诱惑时如何保持清醒自持，还将自己如何直面困难、走出人生低潮的经验分享给大家，将“好好过”的人生态度传递给每一位读者。

2020年8月16日生日之际，李若彤在社交平台上发表博文，“今天的我，走过人生的大部分，迎来了自己54岁的生日……”该博文在发表不久后，就迅速凭借着温柔却不失力量的表达、所蕴含的豁达人生态度，引发广大网友热议。博文的最后一句“人生从来不由他人定义，我们都要好好过”，是李若彤一直以来自持的人生态度。

与大部分同类名人传记不同的是，《好好过》这本书里并没有讲那些普通人无法企及的流光溢彩的明星生活，只说寻常事、平常心，字里行间藏情凝爱，记录李若彤对不同人生阶段的所思所得。

古天乐作序诚挚推荐

在这本新书每个章节的开篇，都有一封对应的信件。这些信件是李若彤写给过去的自己的，同时也是写给此刻正处于不同年龄段的读者的，信里有追忆，也有她关于人生困惑的回答。

坦言“那些爱情教会我的事”

新书中自然也不免有对参与拍摄《神雕侠侣》的回忆。李若彤透露，拍《神雕侠侣》后，她很久无法出戏。李若彤写道，“拍《神雕侠侣》给我带来两点改变。第一，很多人通过小龙女认识了我，直到现在，大家还会叫我一声‘姑姑’；第二，小龙女让我彻底掌握了入戏。”此外，拍完《神雕侠侣》后，李若彤还患上了口水分泌腺堵塞症。因为稍不注意，左腮就会突然肿起来，直接影响出镜。更为严重的是，很长一段时间，李若彤发现“自己久久不能出戏，仿若仍是江湖上那个一袭白衣身居古墓的小龙女”。直到遇上一名前辈开导，“不断给自己心理暗示，告诉自己，这些都只是



书稿完成之后，“姑姑”李若彤特别邀请“过儿”古天乐撰写序言。古天乐在阅读后，亲笔作序，诚挚推荐。他在序言中这样写道：书名是很有意思的《好好过》。这种态度会成为一种力量，不断改变自己，令自己成长，懂得在生活上找寻更多可能性，产生对生活的热情，逐步培养出智慧去处理世事，许多原本令我们觉得模糊不清的事，也可以拨开云雾见青天。

演戏而已……”如此，才闯过难关。

至今仍单身的李若彤，在新书中罕见地介绍了自己的多段感情经历以及“那些爱情教会我的事”。她写道，第一段感情，因为不懂得体谅对方而遭遇分手，“真的爱一个人，要懂得体谅对方”；第二段感情，又因为过于迁就对方而失去自我而没有结果，以至于自己后来反思，“两个人相处，要懂得照顾、要彼此支持……这些都是理所当然的。可我唯独漏掉了一个关键词，那就是——互相”。

对于自己的首部新书，李若彤在社交平台上如此介绍：这本书名为《好好过》，旨在分享我个人的人生经历，去鼓励更多的人好好生活。我相信，那些问我是否后悔曾在感情中所作的付出，如何走过人生的低潮、又是如何做到自律的人，都将在这本书中找到答案。

据北京青年报

北京人艺复演话剧《古玩》 赋予故事现代精神

稀世珍宝、人世浮沉、家国情怀……北京人艺话剧《古玩》12日起在首都剧场上演，讲述清末民初北京古玩买卖人秉持做人良心和民族气节的故事。

郑天玮编剧的这部话剧分4幕，以时间为主轴，从清末、北洋政府直到抗战爆发。剧中“至真堂”和“宝珍斋”两家古董店的掌柜，因一对古鼎明争暗斗了半辈子。通过其共同经历京城30余年的兴衰动荡的故事，揭示了有国才有家的道理。

《古玩》曾于1997年首演，当年创下场场爆满的佳绩。本剧导演唐烨表示，1997版《古玩》更多展示的是民族性，此次改编版则着重探讨中国人的处事原则和哲学，揭示附着于古玩之上的人物灵魂，力求更深刻地刻画人物，“因此观众在剧中不仅可以看到一种传统的叙事方式，更可以看见被赋予的现代精神”。

据悉，作为北京人艺本年度压轴演出和开启新年演出剧目，《古玩》将持续演至明年1月3日。

据新华社

《上甘岭》等十部电影精致修复焕发新生

全国艺术电影放映联盟主办的“珍藏：中国经典影片展映”日前在京开幕。《上甘岭》等十部由中国电影资料馆珍藏和修复的经典影片通过此次影展与观众见面。

本次影展包括“新中国新农村”“保家卫国”“名家名作”“上官云珠百年诞辰纪念”四个单元。其中，“新中国新农村”单元推出《枯木逢春》《五朵金花》《李双

双》《锦上添花》等杰作，展现新中国农村的旧貌换新颜。此外，“保家卫国”单元选择了两部反映抗美援朝历史的经典影片《上甘岭》和《英雄儿女》，“名家名作”挑选了鲁迅和老舍先生作品改编的电影《祝福》和《龙须沟》，“上官云珠百年诞辰纪念”则推出《乌鸦与麻雀》《早春二月》等经典作品。

据新华社