

# 陈妍希

## 被高跟鞋感动的自己

镜头里略为倔强的表情和低调独行的作风使陈妍希给人的印象多了一点距离感，少了一些娱乐圈的浮夸。不管是拍戏、读书还是旅行，她说自己一定是体验式人生的践行者。“我最初没有考虑过梦想，我的每个当下都是我梦想的实现。”作为新一任小龙女的她，虽然外形不太合格，但这份淡然和从容倒是绝对的满分。

■文 | 王娅 ■图 | 资料

### 用生活的细节释放自己

据说，女明星最怕的是面对自己的年龄，但陈妍希好像不会受到这个问题的困扰，并且可以很开心地和大家分享“成长的甜蜜与烦恼”究竟给她的心灵刻上了怎样的年轮。她32岁了。但在镜头前，她似乎总是能偶遇如少女般纯真而美好的角色——29岁成为“那些年，我们一起追的沈佳宜”，又在31岁时成为新一任的小龙女……她会说：“三十岁是人生很重要的十年，可能现在已经没有那么多力气去冒险，可是我依然好看，依旧活得自在，希望在四十岁之后，又是另一个自己喜欢的样子。”

在娱乐圈打拼的这些年，陈妍希从来都是安于当下。《那些年》一炮而红之后，她做过很多旁人看起来并不正确的选择：比如，在明星扎堆的商业电影中谈一场不走心的恋爱；再有就是，在正午的《神雕侠侣》中成为新一任小龙女，当然也是“史上最胖的姑姑”。她坦白，因为接下这些角色而遭遇的恶评或多或少地让她留下了心理阴影，为了让大家肯定她的努力，她甚至到现在都在控制饮食和健身。

“我没想过要票房的数字冲破峰值，或者超过之前的经典作品。我只是想看看这些角色能带给我什么，或者说是想看看自己喜欢的同行是怎么工作的。”陈妍希说，“在这个阶段，我非常需要开阔视野，学习更多的东西。”

前两年，陈妍希密集地出现在银幕上——《花漾》《Destine》《不二神探》《城市游戏》……她开玩笑说，自己都会审美疲劳。2013年下半年，她只接下了《神雕侠侣》的拍摄，常常给自己放个小假，用更多的时间记录生活的细节，究竟记录了一些什么，未知。用她的话说，生活中有太多的小细节都能带



有一次我在洗手间，听到门外有个女人穿着高跟鞋下楼，哒哒哒的声音超级好听，这些细节让我有机会释放自己的情感，我想我会一辈子记得它。

### 爱奇艺周播报

爱奇艺自制剧

《灵魂摆渡》获“中国最佳网络自制剧”大奖

9月15日，第五届中国文化娱乐产业年会暨艺恩“紫勋之夜”颁奖盛典在京举行，中国文娱领域权威奖项“紫勋奖”2013-2014年度评选结果新鲜出炉。爱奇艺自制剧《灵魂摆渡》从40余部竞争作品中脱颖而出，一举夺得“中国最佳网络自制剧”大奖，其题材新颖、制作精良的专业自制品质再获行业认可。

爱奇艺自制综艺

《TFBOYS偶像手记》收获零差评高口碑

爱奇艺自制中国首档偶像全纪录节目《TFBOYS偶像手记》于13日晚8点强势登陆爱奇艺、PPS双平台全网独播，一经上线便受到网友狂热追逐，一小时流量突破50万，截至15日14点，《TFBOYS偶像手记》流量累计近400万，微博话题阅读量达到8.5亿，讨论量182.4万，成为现今最热网络自制综艺节目。



星闻 Stars



大家越是吐槽陈妍希的古装造型，她越是要尝试。武侠大戏《秦时明月》曝光的首批人物海报中最受关注的是陈妍希扮演的端木蓉，为了演好动漫迷心中高冷飘逸的端木蓉，陈妍希在试了多款造型后，终于定妆。她说：“我觉得这是黑白分明、眼里绝不容沙、高冷的端木蓉应有的气质。”

给她感动。“这些细节常常让我有机会释放自己的情感，比如，有一次我在洗手间，听到门外有个女人穿着高跟鞋下楼，哒哒哒的声音超级好听，我想我会一辈子记得它。”

陈妍希说，她并不想做一名女演员。于是，2013年，在她三十岁生日之前，陈妍希终于完成她踏进演艺圈之后最想做的一件事情——推出个人专辑。这其实是一张任性的专辑，从陈妍希为它取名《Me, Myself, and I》就可以看出这一点。过去，在电影、偶像剧里，她扮演着不同的角色，但在音乐里，她希望自己能完全从角色中抽离，回归自我。十首歌的歌词全是陈妍希一手包办，有九成的曲也是由她和她的朋友共同谱写而成。这些创作历时五年，似乎是陈妍希一直没有隐藏着的，但又一直想表达的生活态度。其中一首歌曲《直觉》的歌词，就表达了创作者的心声：“我知道我不完美……声嘶力竭的忏悔，但我相信我的直觉，它要我自由地飞。”这样的曲子轻松、悠闲，但更多地是关于性格的表达，情感的抒发。

在23岁之前，陈妍希过着自由自在的生活。后来，她因为偶然的进入演艺圈，在这七年的时间里，除了拍戏和上通告这些密集刺激的事情，她很少有机会去感受生活本身的趣味。“能够让观众留下些什么，是我一直期盼的，希望他们走出影院时都能有所得，哪怕有的电影带给大家的只是娱乐。”陈妍希信心满满地说，“但是，如果没有真正地了解生活，我怎么会有带给大家更多思考的重量？”

所以，体会自己、感受生活和聆听别人，是现阶段陈妍希迫不及待想做好的一件事情。

### 内心住着个叛逆的孩子

浅浅一笑，眉毛弯弯，加上两颗迷人的小梨涡……那招牌式的微笑似乎总有一种无形的力量，随时随地都能给人带来晴天般的好心情。但陈妍希却说，她的内心住着一个任性的孩子，是那种会吼着唱出“黑暗试探我，烈火燃烧我，都要去接受，永远不回头”的人。“如果有人告诉我‘你一定要这样做’，我才不会嗲嗲地点一下头就说‘yes’，他一定要拿出理由说服我。相反，如果我想做的事情，也不会因为别人说不行就轻易放弃，因为我的人生信条是：Be true to myself。”

就好比，高中时在美国读书，身高160cm的她面对一众高高大大的女同学也一样相信自己能打好排球；还有，当初想进入演艺圈是为了做一名歌手，但她并没有因为已经在影视圈闯出一番新天地就放弃了那最初的信念，在唱片市场如此不景气的如今，她依然坚持要把十年来自己和自己对话的音乐创作诚意奉上；再有，犹记得去年夏天，陈妍希来到上海参加活动，所有的记者都在问她关于“小龙女太胖”和“怎样减肥”的问题，她的回答是“正在努力，以观后效”，而今年，当作为代言人的她出现在全新升级的屈臣氏燕窝丝炫系列发布会现场，记者们早已忘了当初的约定都在争相提问关于她的美丽心得，这时，她甚至主动提醒：“一年过去了，你们看到了我为古装扮相做出的变化吗？”她就是这样，一切按照自己的方式去坚持，她相信，一切不顺的事情都是过程，挺过去，就能将它们转化为正面的能量。

“人生最大的失败不是输，而是输掉敢于冒险的勇气。”陈妍希说，因为有过刚出道时的不太愉快的经历，所以这些年她一直在用这样的话鼓励自己。“因为总是NG，每天被导演骂，有时候连‘猪’都用上了。”就算是这样，陈妍希也从未在片场，在众人面前掉眼泪，回到家里躺在床上才会扪心自问：“为什么要把自己搞得那么狼狈？没有天分，什么都做不好，还不如好好地在美国读完大学。”第二天醒来，想着：再咬咬牙吧，说不定把这一段挺过去，就能做歌手了，就这样，人们既看到了“沈佳宜”，也听到了陈妍希的好声音。

如今，一路上经历摔打打的灰姑娘终于成为幸福幸运的“全民女神”，问她，现在在你的心里，还有任性和孩子气的一面吗？她笑笑说：“演戏和唱歌都是好玩的事情，所以，从事这个行业的人就应该有一颗童心，然后享受自己的好奇心，才有热情一直做下去。”

