



本报综合消息 《奔跑吧，兄弟》第二季把邓超带到事业新高峰，不过，他的太太孙俪却没有出现在第二季里为他友情客串，孙俪把自己的真人首秀给了孩子。她在香港迪士尼乐园拍摄的5集亲子真人秀《辣妈小包包》正在网络上连载，任务是在没有任何特殊照顾和帮手协助的条件下，全程陪伴一位初次相识的5岁香港小姑娘 Mia 玩两天(如图)，听起来没难度？有过带娃出游经历的家长们恐怕要倒吸一口凉气，烈日炎炎下，仅全程“抱”玩这一宗就是个体力活儿。

录完节目，孙俪自信地说：“这没什么，我是个体力型妈妈。”也只有在这样的场合接受采访，这位大明星才不吝于跟记者聊起“家事”，还滔滔不绝。

演过“辣妈”但自己真不“辣”

几年前，刚生完大儿子等等，孙俪也正值《甄嬛传》走红的

孙俪 真人首秀给了孩子

事业巅峰，她选择产后复出的第一部戏叫《辣妈正传》。那是一部以时尚范儿打造的关于妈妈带娃的现代生活剧。如今，生了二女儿小花，孙俪要纠偏，“说到‘辣妈’，大家的理解还挺片面的。比如，你要瘦，暴瘦，比生孩子之前还瘦；要打扮得很时尚，更另类更不同；要能穿着高跟鞋抱孩子……总之，好像外形就是‘辣妈’的全部了。”但实践下来，孙俪认为，“真正的辣妈应该是在育儿上有独特方法，有自己的一套，能够照顾好自己的妈妈。辣妈绝对不是不管孩子，一定是把自己照顾得很好，也能把孩子带好。”孙俪承认，生活中带娃一点儿也不“辣”，“电视上辣妈都穿着高跟鞋抱小孩，我肯定不行，很少穿高跟鞋，那样抱小孩随时会崴。”

除了带孩子的独特心得，孙俪强调“辣妈”更重要的是有对生活的理解。“很多妈妈为了孩子就没了自己的生活，我在剧组看到很多跟着孩子来拍戏的妈妈，都是辞了工作，每天跟着孩子转，跟着小孩走。我觉得这样的妈妈固然很伟大，但我做不成，还是需要有自己的生活，自己的理想，小孩总有一天会长大，走出家门，不需要你了，那时候可能会迷失自己。我挺享受现在这样，可以在家带孩子，也可以拿起行李就出去工作。”

抱孩子练成了体力型妈妈

用《辣妈小包包》“试水”真人秀，因为孙俪对自己的“小孩缘”还颇有自信。其实，她是自谦了，光凭一张漂亮脸是没办法哄住孩子的，在优酷网已经播出的4集节目里，看得出孙俪带孩子的确有招儿。比如，这位5岁的小姑娘和孙俪熟络后，就全程要抱，孙俪也似乎乐在其中。

说到抱玩，这几乎是每个妈妈出行的最大烦恼，跟孩子讲道理没用，旁人还觉得孩子是被妈“惯”坏了，没有丝毫同情，于是，每次亲子出游，妈妈们都是咬紧牙关，累劈的节奏。怎么才能讲道理说服孩子自己走路？孙俪也没有高招儿，她走的是给自己宽心路线。

“以前大家都老说，小孩儿少抱，抱多了他会依赖你，总让你抱。但我现在想，小孩总有一天会长大，不再让你抱了，到时候会不会有点失落？那么，在他需要你抱的时候还是多抱抱，挺好的。”看孙俪一路抱着 Mia 从容的样子，记者说她如今确已修炼成了一位体力型妈妈。说到这里，孙俪含笑点头称是。这点点微笑里，满满都是成就感。

崩溃过后继续带孩子旅行

采访前，经纪人划掉了采访提纲上所有关于涉及孙俪“家事”的问题，规定只能泛泛问育儿理念。结果，真到采访时，孙俪自己先破了规矩，和所有的妈妈都一样，说起孩子的事滔滔不绝。孙俪坦言，自己也不是天赋异禀，在养娃道路上也曾有过不少纠结。比如亲子游这件事吧，她曾经信誓旦旦地放弃

过。

“等等十个月的时候我带他去美国、法国，那次经历对我来说简直崩溃。回来我说，绝对不要再带他去了。但现在，每隔半年，我都会带孩子出门旅行，因为我看到旅行对成长特别有益，很多东西不用你去讲，他看到了就学到了，很多时候，我反而觉得语言特别没有用。等等两岁时我带他去泰国，直到现在，他最喜爱的动物是大象，因为他在海边和大象玩了一下午。直到现在，他都特别骄傲自己摸过大象的毛，摸过大象的鼻子。所以我觉得带小孩旅行是很好的成长方式。”

如今对女儿小花，孙俪纠结少多了，心得是：“在第一个孩子身上学到了经验，到了老二的时候就放开了，其实孩子自己会长大，不需要你做太多东西。”她还顺便提醒妈妈们不要把亲子专家和育儿书当法宝，“亲子专家的话也不能全听，因为有很多亲子专家不接触现在的小孩。每个小孩都是独一无二的，你只要接受一点点信号就好。否则，有时候你发现自己的孩子跟书上写的不一样，就疑心他是不是有病，其实根本不是这样的。”

(金力维)



周迅监制“安东尼”闯暑期档



本报综合消息 由周迅监制、香港编剧、监制钱小蕙操刀剧本，秦小珍导演，“超模”刘畅主演，根据人气作家安东尼同名小说改编的都市爱情电影《陪安东尼度过漫长岁月》发布定档海报，宣布8月20日全国上映。

首度跨界尝试监制的周迅早在此前的发布会上就表示对《陪安东尼度过漫长岁月》这本书情有独钟，尝试担当监制更是因为原著小说“有一种温暖在里面”。男主角刘畅更是在周迅苦心选择的最佳男主角。

原著小说讲述了一个男生从20岁到23岁、从大学到工作、从国内到国外的生活片段和真诚感悟。书中的暖心寄语和对成长的真挚描写“治愈”了不少经历过青春岁月的人，在年轻读者中较受欢迎。

(聂宽冕)

袁弘当完“新兵”盼演军人

本报综合消息 2015年对于袁弘来说无疑是一个转折，此前，他在荧屏上饰演的角色几乎是清一色的古装偶像：《射雕英雄传》中的杨康、《仙剑奇侠传3》中的云霆、《步步惊心》中的十三阿哥……但随着年初的一部《平凡的世界》，袁弘成功塑造了孙少平这一曾激励一代人奋斗的农村青年，让观众大感意外。在上周开播的大型国防教育特别节目《真正男子汉》中，袁弘又披上军装，手持钢枪，以一名新兵的身份踏入军营接受严苛的军事考验：排队、拉练、打靶、实战……用他的话来说：“《平凡的世界》是小说中塑造的人物，而《真正男子汉》更多的是做自己。”

袁弘的父亲当过十几年军人，他对军队自小有情结。他告诉记者，当时念完中学之后，家里曾动过送他去军校当兵的念头，不过最后他还是上了上海戏剧学院。在接到《真正男子汉》邀请时，袁弘起初没有想太多：“我当时觉得是个综艺节目，没想到我们真的是去当兵。”

初进军营第一天，袁弘就得了个“刺儿头”的名号。按规定，新兵报到都要先进新兵连训练，教官王金武年龄不大，要求却很严格，一顿紧急号令就让来自影视圈、平日里自由散漫惯了的新兵们一下手足无措。“当兵对我来说有挺多难以忍受的时刻。因为部队的那一套规则、纪律跟我30年的人生经历是完全不一样的，所以有时候会很委屈，觉得为什么会是这样，后来等到你都理解了就好了。”

袁弘说，或许有人认为在军队中训练是对身体的一种锻炼，充其量是获得一个好身材。但在经过这段时间的军营体验之后，袁弘认为“部队里更多的时候锻炼的是你的意志，再有一个是综合素质，部队里练的就是这口气。”新兵连训练只是个开始，袁弘透露

在后面的节目中，他还将要与战友进入更加热血沸腾的实战演习中，开坦克，上阵冲锋，与战场几无二致。“我跑得太快了冲得太猛了，摄像机都跟不上我。”

体验了军营生活也重新唤起了袁弘的军人梦，此前袁弘就曾透露自己一直想演一个军人的角色，但由于不太了解军队而一直犹豫。“对于演员来说，这次大大丰富了我的人生经历。我记得在第二站时特别累，结束之后我跟张丰毅大哥聊天，丰毅大哥一辈子拍过那么多的戏，但他却感叹：‘这以后我什么样的苦我都不怕了，从军营出来，觉得以前那都不算什么苦了。’”

(成长)



袁弘