



李彩桦(李彩桦工作室供图)

生活中的“艾莉”爱运动玩滑板 李彩桦：成都的氛围让我不想离开

提到李彩桦这个名字,很多人都会想到《回家的诱惑》里的“艾莉”。2011年,李彩桦与凌潇肃、秋瓷炫共同主演的电视剧《回家的诱惑》热播,让更多人见识到李彩桦出色的演技。在很长一段时间内,当“为所有爱执着的痛,为所有恨执着的伤……”歌声响起,人们就会想起“艾莉”和“品如”的故事。

2023年夏天,李彩桦与秋瓷炫一起参加了芒果TV《乘风2023》综艺节目,“艾莉”与“品如”再度同框,激起了无数网友的“回忆杀”。而这一档综艺也让外界更清晰看到李彩桦本人与“恶女艾莉”大不一样的性格。节目中,李彩桦开朗大方,认真努力,与其他姐姐和睦相处,受到很多观众认可和喜爱。

7月7日,在成都兴隆湖woodpark运动公园,华西都市报、封面新闻记者见到一身运动休闲装扮的李彩桦。她满溢活力穿越草坪,朝着记者走来。眼前的李彩桦,让人很难将其与电视剧里那个城府很深的熟女、狠女形象联系起来,由此可见其演技不俗。事实上,在《乘风2023》节目中,“品如”扮演者秋瓷炫就表达了对

李彩桦演技的肯定以及感谢,因为正是彩桦毫无顾忌地投入演绎“艾莉”这个角色,才让“品如”更被人同情,更受人喜爱。



李彩桦在成都接受封面新闻专访。

演“艾莉”被误解 “不后悔,感谢这个角色”

2005年,身为歌手、演员双重身份的李彩桦从香港来到内地发展,主攻电视剧市场。她曾在中央电视台制作的电视剧《昭君出塞》中饰演王昭君,之后又出演过《大旗英雄传》《杜拉拉升职记》《湾区儿女》等。

回顾多年的演艺之路,有两部戏让李彩桦至今印象深刻。作为她在内地出演的第一部剧,《昭君出塞》中优雅美艳的王昭君让不少观众感到惊艳。回忆起剧组的艰苦条件和因为天气原因反复拖延的开工日期,当时无尽的等待和压力造成的崩溃感,让她至今依旧历历在目。而另一部真正让她在内地名声大噪的作品《回家的诱惑》,对她而言更是演艺事业的重要节点。由于“艾莉”的性格和她本人有很大出入,如何带给观众更真实的感受也成了一道难题。李彩桦通过观摩学习韩版《妻子的诱惑》,再一遍遍看回放调整状态和表演力度。“那个时候压力挺大的。演的时候没有剧本,开始演的时候感觉好像不需要用太大的力,但看完回放之后,发现原来拍的时候是要用多十倍的力量、十倍的眼神才能达到那个效果。后来就是慢慢自己调整,之后拍摄就比较顺利一点了。”

李彩桦将“艾莉”这样一个心狠手辣的女人形象演绎得淋漓尽致,演技得到高度肯定。虽然这个角色容易遭人恨,但李彩桦坦言,自己作为角色演绎者,从某些角度能理解“艾莉”有值得同情的地方。“我知道绝大部分观众还是分得清角色和演员,而且很多人夸我演得好,但是当有人真的跟我说,因为角色把我本人想成是一个不好的人,我还是很难过。”说及此,李彩桦一时情绪涌动,眼圈泛红。等几秒钟情绪恢复后,她接着说,“如今,我还是很感谢这个角色。”

特别喜欢成都 “这里的氛围让我不想离开”

在运动公园里,李彩桦先是在自己在滑板场上玩儿,又在朋友的帮助下到波浪道上滑,姿态舒展轻盈。随行的工作人员告诉记者,“她学得很快。上一次滑的时候,她还不做动作,现在已经能独立完成有难度的动作了。”工作人员还透露,李彩桦特别喜欢成都,在这里有一大帮好朋友,这次来成都也是会见朋友,大家约着一起玩滑板。

这几年,滑板开始在年轻人群体中流行。两三年前,李彩桦也喜欢上了这项运动。如今事业中心在内地的她常住上海,空闲之余,特别喜欢来成都。2022年夏天,她在成都待了一个多月,酷热也没有影响她的心情:“当时我们经常在三色路那边玩滑板,路边有很多喝的吃的,还有音乐,那种氛围让我特别放松、开心。大家坐在那边聊聊天、喝喝东西,感觉很舒服。后来我都不想走了。我在香港的时候,真的没有找到如此舒服的环境。这种氛围只能在成都感受到。”也正因此,她在成都结交了不少玩滑板的朋友,这次来成都就是跟朋友聚会,同时也为《乘风2023》最后的姐姐大聚会录制做一些准备。

滑板场上的李彩桦,状态自然、轻松。这一刻她不是歌手身份,也没有演员的外衣,就是一个喜欢运动、认真练习的滑板爱好者。在滑板场外,记者专访到李彩桦,她真诚分享对成都的喜爱、对运动的喜爱,以及渴望挑战真正的武打片,想上一个恋综,谈一场甜甜的恋爱等心愿。她说希望快乐、自由、随心所欲做自己。去运动、去旅行、去和远方朋友会面,去吃美食。“保持乐观的心态,是保持身心愉悦的一剂良药。”

对话

李彩桦分享解压秘诀: 学会“释放”,别压抑不开心

记者:看得出来你非常喜欢运动。除了滑板,还喜欢做些什么运动,或者有怎样的健身习惯?

李彩桦:我从小就比较喜欢运动,也比较好动。念书的时候,参加跳高和跳远的比赛。只要运动就会很开心,如果能拿奖就更开心了。长大之后,我还喜欢滑雪、冲浪、打拳。

记者:现在工作、生活节奏比较快,关于情绪稳定、调适焦虑也成为很受关注的话题。在自我调适、解压,避免过度焦虑方面,你有怎样的经验跟大家分享?

李彩桦:我的体会是,不管是从事什么行业,一个人在生活当中,都会遇到开心或者不开心的事,关键在于怎么去面对和调适。我是一个天性比较乐观的人。我有一个深刻体会想跟大家分享,减压的重点就是把内在的不开心找个合适的方式释放出来。这一点很重要。我认识很多朋友,他们往往忽略这一点。比如说,你看到他的样子不太对,或者是明明不太高兴,或者有心事,但是你去问他,他就会说没事。其实他的不开心情绪被压抑在心里,这是有点危险的。

记者:参加《乘风2023》节目,有哪些深刻的体会或者不一样的收获?跟那么多的“姐姐”相处感觉怎样?

李彩桦:我不算“社恐”,但也不是“社牛”,我就是比较偏中间一点。所以参加这个节目,一开始我要克服的,就是和30多位“姐姐”见面、打招呼的紧张感。但慢慢相处下来,就觉得容易多了。

记者:跟“姐姐”们相处的感觉如何?参加这个节目有怎样的收获?

李彩桦:一开始工作量的确是挺大的,大家几乎天天练到凌晨,回到宿舍已经没有什么时间和精力聊天。我当时心里想说,这个节目是有可以在一起围着吃火锅、开心聊天的环节啊。我们同住的两个姐姐都挺可爱的,相处得很开心。比如小美,她学普通话学得很快,真的厉害。有时候她教我一些日语,我就教她广东话。还有的姐姐快公演了

还找不到合适的服装,就发短信跟我分享苦恼。我就会把自己的衣服让她挑选。大家建立了很真实的友谊。这是我参加《乘风2023》最大的收获。

记者:参加综艺节目,让外界更清晰看到你与“恶女艾莉”大不一样的性格。在这里,你也遇见多年未见的老朋友——秋瓷炫。“品如”和“艾莉”相见还上了热搜。谈谈你们之间的友情吧。

李彩桦:说实话我们真的很久没有见面。因为11年前还没有流行微信,她甚至还没有内地手机号,所以我们也并没有留联系方式。现在在一个综艺里和她相遇,很开心也很惊喜,感觉是很多年的老朋友,跟她在一起的时间会很有安全感。

记者:有一个讨论说,女演员在行业内容易受到年龄限制。你的体会如何?

李彩桦:就我个人来说,我没有觉得在年龄上有太大的限制。我觉得任何一个年纪的女生,都可以发挥她的魅力。

记者:接下来期待有什么样的机会出现,想尝试演怎样的角色?

李彩桦:我很想演武打片,那种真正的武打戏。如果真的要拍这样的戏,我一定会提前做好好好训练,把自己的体能先练好。

记者:现在很多演员歌手都会上各种综艺节目,关注度也很高。你有没有想上个什么综艺节目?

李彩桦:我其实还挺想去上个恋综。我喜欢恋爱的感觉,应该很甜很开心。我觉得,除了工作,恋爱也是重要的,会让你整个人的情绪都很开心。

记者:你在内地工作多年,去过很多城市。成都给你的印象是怎样的?

李彩桦:我在成都最大的感受是,这里的人都很热情、很友善,平易近人,环境也让我觉得非常舒服。我也很喜欢这里的美食。

华西都市报·封面新闻记者 张杰 罗海韵 见习记者 高慧萍 摄影 梁家旗



李彩桦在成都兴隆湖玩滑板。