



冥想

让心沉淀……

在有限的空间和条件当中，
我尽可能的多找到那种感受。

陈数畅谈戏外生活

□本报记者 高铭



陈数，曾在电视剧《铁梨花》中塑造了侠肝义胆的铁梨花形象，而使观众认为陈数就是一位硬朗性格的女性，当电视剧《我爱男闺蜜》播出后，干练泼辣的叶珊又给观众加深了这样的印象。一直以来，陈数饰演的女性角色都以独立刚强、率性洒脱的鲜明个性在荧屏上独树一帜。而最近，她在北京卫视正在播出的电视剧《剧场》中，再度饰演了一个特立独行的大女人，一个被编剧严歌苓称为“不完美女英雄”的角色——话剧明星郁珠。在这部《剧场》里，陈数还献声演唱了主题曲《独白》，优美声线引观众更深走进郁珠的情感世界。除了是一位唱歌、演戏，陈数还是圈内公认的才

女。写专栏、做演讲，无不有声有色。

瑜伽中的呼吸和冥想
最能让她放松

见到陈数时，她的状态特别好，连续几天忙碌的她一点倦态都没有，神采奕奕的聊着天。“忙碌中你是如何保持状态的呢？”陈数笑说自己在生活中基本属于“宅女”的类型，喜欢读书，看电影，连运动都不喜欢太剧烈的，最爱的运动就是瑜伽。而相对于身体的拉伸，陈数在瑜伽中更看重的是呼吸、冥想和对精神的放松。“静心，才可以有爆发的那一刻。其实从这个层面上来说，我会很羡慕像郁

珠那个时代那些老艺术家，因为他们真的可以做到表演也好，戏剧也好，艺术也好，就像信仰一般深深不可侵犯。所有的一切，在那一刹那什么东西都不重要，只有那一刹那是最重要。所以我希望自己在这个时代当中，在有限的空间和条件当中，我尽可能的多找到那种感受。”在不演戏的时候陈数是格外低调的，而一说到表演便眼睛一亮。

“旗袍女王”
珍视旗袍背后的传统文化

陈数修长纤瘦的身材是许多女性的理想状态，而她因为在《旗袍》一

剧中的出色演绎，曾获封“旗袍女王”的称号，她被导演高希希称为“穿旗袍最美的中国女演员”，在一家知名媒体举办的“最适合穿旗袍的女演员”评比中，她赢了张曼玉、章子怡和巩俐，排在第一位。而在现实生活中，陈数却并非钟爱“旗袍”。陈数说：“确实有人问我，收藏了多少旗袍，但是特别惭愧的是，我对于旗袍本身没有那么强烈的收藏兴趣。反而我觉得，我们现在这个时代应该收藏的不是形形色色的旗袍，而是旗袍背后传统文化中的那种美好。穿上旗袍时，我更加愿意让我饰演的角色美，而不是让陈数这个当代女子美。”