

《陈情令》热播，小龙女李若彤掀回忆杀

李若彤：一切都是最好的安排



李若彤在95版《神雕侠侣》里出演小龙女。

由企鹅影视、新湃传媒联合出品，郑伟文、陈家霖联合执导，肖战、王一博等主演的大型传奇剧《陈情令》正在热播中。剧中有一位“老戏骨”——小龙女李若彤，她的出现，引发了一波回忆狂潮。今年已经52岁的李若彤，在《陈情令》中出演蓝翼家主，当她一身白衣蓝色抹额出现时，网友惊呼：记忆中的小龙女又回来了！

延伸阅读

《陈情令》：书写国风之美

近日，《陈情令》在腾讯视频独家播出，剧中展现的传统文化元素引发观众热议。

该剧讲述了主人公魏无羡及其挚友蓝忘机锄奸扶弱、匡扶天下，完成自我成长的传奇故事。在跌宕起伏的剧情中，《陈情令》融入不少国风元素与传统礼仪，兼具娱乐性和观赏性，满足了观众的审美需求和精神需求。

在服化道等细节上，《陈情令》颇具匠心。剧中五大家族均有其代表纹饰及特定的服饰妆容，如代表姑苏蓝氏的卷云纹，代表云梦江氏的九瓣莲花纹，代表兰陵金氏的牡丹纹，都是古代传统纹饰。而蓝氏家族佩戴的抹额，亦是自秦始皇时期就有的传统，根据《中华古今注》中记载，“秦始皇巡狩至海滨，亦有海神来朝，皆戴抹额绯衫大口袴，以为军容礼，至今不易其制。”以往影视剧中较为多见，比较典型的是在87版《红楼梦》中，贾宝玉、王熙凤等人便时常佩戴抹额。此外，剧中主要角色的名、字、号使用，也引发了观众积极的讨论。

剧中重要道具之一是，主人公蓝湛所使用的七弦琴忘机，又名古琴，已被联合国教科文组织列入世界第二批人类非物质文化遗产代表作名录。随着《陈情令》的热播，能够让更多的年轻人了解并欣赏古琴艺术，有助于这项非物质文化遗产的传播。

以往也不乏植入传统文化的影视作品，为什么《陈情令》中的国风元素会收获如此多的好评？因为《陈情令》不仅呈现了传统文化之形，更呈现出中华民族之魂。

剧中江氏家训“明知不可为而为之”，取自孔子《论语·宪问》“知其不可为而为之”；张岱在《四书遇》解释为“不知不可为而为之，愚人也；知其不可为而不为，贤人也；知其不可为而为之，圣人也。”作为剧中主人公，魏无羡一生秉承江氏家训，从中能看出本剧想要表达的态度：无论结果与否，能与不能，只要有勇气去挑战自我，突破自我，这也是当代青少年所需要的精神和担当。

剧中主人公们历经种种危难，依然不忘初心，成功破获阴谋，不拘泥于小情小爱，将每个人的成长都与家国情怀紧紧联系在一起，也向青少年传递出少年侠气、家国天下的价值观。

《陈情令》对传统文化的根植是可贵的，其中彰显的是国人对传统文化的自信与热爱。文化自信是一个民族、一个国家对自身文化价值的充分肯定，优秀的传统文化体现的是中华民族的世界观、人生观、价值观、审美观，是中华民族最基本的文化基因，塑造了中华民族的风骨，这种文化自信更应该是在青少年心中扎根和传承。当青少年对文化充满自信，文化才能得以不断传承。

这个夏天，《陈情令》通过书写国风之美，传递文化自信，树立正能量价值观，为观众们带来了一部有内核、有深意、有价值的精品剧集。

据人民网



电视剧《陈情令》海报。



电视剧《天龙八部》剧照。



电视剧《杨门女将》剧照。



电视剧《海棠经雨胭脂透》剧照。

1 曾把演戏当兼职，空姐才是稳定工作

95版《神雕侠侣》里的小龙女、97版《天龙八部》里的王语嫣、《杨门女将》中的杨八妹……在众多“80后”“90后”的记忆里，李若彤就代表着这些角色。她的人生主题很多出于爱情，也因为重视感情，有伤痛也有执念。但她说“不后悔”，“没有过去就没有现在的我，一切都是最好的安排。”

高中毕业时，她在报纸上看到招聘空姐的消息，跑去试试运气，竟成功了。1990年，她被星探挖掘，受邀拍摄

广告，“我觉得这个兼职还挺容易的。”

1992年，徐克看到她拍广告后邀请她去试镜，在黎明、李嘉欣主演的电影《妖兽都市》中出演一个角色。拍完后，李若彤赶紧跑去机场上了飞机，继续当空姐。直到一次生病，公司却不允许请假，她递上了辞职信。当然，还有另一个原因——感情不顺，香港成了她的伤心地，刚好林岭东执导的电影《火烧红莲寺》要到内地拍摄，“我当时失恋了，就是想逃避，二话不说就辞职了。”

2 金庸：这就是我心目中的小龙女

1995年筹拍《神雕侠侣》时，监制李添胜为了寻找小龙女的扮演者费了不少周折，直到他在电影《青春火花》中看到李若彤。为此他还特意拿着李若彤的照片去找金庸确认，金庸看过后说：“这就是我心目中的小龙女。”

拍摄《神雕侠侣》的六个月里，李若彤把自己彻底活成了角色，她告诉所有朋友这段时间不要联系，在片场几乎不跟别人说话，因为晕车每天转场时要吐好几次，虽然身手矫捷但学动作戏时还是弄得满身是伤。每天即使是夜里两三点钟收工，次日六点开拍，她也一定要再看一遍第二天要拍的戏。

就这样，她的第一个电视剧角色成了她一生的角色标签。拍完后，她说自己很长一段时间都陷在剧中无法自拔，几天不出家门，在阳台上一坐就是一天，有时不知道为什么会泪水满面。

小龙女的火爆程度远远出乎李若彤所想。她坦言，能遇上一个经典角色，是一种至高的幸运。但同时，太过经典，也会给演员带来“只可到此，不可越过”的魔障。“小龙女”与李若彤的关系，不止于角色跟演员，更像是喻体和本体。而那段时间的她，在感情观上也与小龙女极度相似，她希望自己成为她，“一心一意对待爱情。”

3 感情遭遇重创，因发哥一句话醒悟

97版《天龙八部》拍摄时她一如既往地拼命，差点因为被反弹的树枝搞得右眼失明；她虽然野心不在得奖上，但拍戏都铆足了劲儿，1997年出演电影《十万火急》，亲自拍摄由六楼窗台跳到地面气垫上的戏，这成了她终生难忘的“可怕经验”，只记得脑中一片空白……她的工作机会会越来越多，2001年出演电视剧《杨门女将》中的杨八妹，近40度的高温下穿着重达6斤的盔甲几度昏倒，但她从没叫过苦。一场戏一场戏地拍下去，她发现自己越来越爱演戏。

可是，处于巅峰时期的她为了男友息影。不过，这段经历了10年的感情最终还是以李若彤“被分手”而告终。一向感情就是天的她深受打击。隔年爸爸中风，那成了她人生最黑暗的时期，甚

至站在马路上想过要自我了断：“不知道现在冲出去会怎样？”

直到一日，在飞机上遇到周润发，问她还有没有在拍戏？李若彤说“没有”。“人怎么能什么都不做呢？那你有什么兴趣？”李若彤也在想，演戏以外自己到底还有什么兴趣。之后，她用整整五年，修复伤痛。2013年，在曾志伟的邀请下，复出接拍了电视剧《女人俱乐部》，她说自己很久没拍戏了，回到集体的感觉真好。

现在的李若彤，比以前成熟了，偶尔会接拍一些剧集过过瘾，无论是《陈情令》还是《海棠经雨胭脂透》，用这样的方式和观众保持联系。“我不在意一些表面的东西，更在乎过程中能不能开心。”她活得越来越通透了。 据《新京报》