

没有什么放不下的，
除了生命中的温暖

“其实你所拥有的所有东西，好与不好，都是你自己追求来的。我享受现在拥有的东西：我的家人，我的朋友，我拥有的平淡的温暖。”与娱乐圈中其他女星的繁忙相比，高圆圆显得悠闲自在得多。对于闲与忙，她有自己的看法：“只要你放得下，是可以让自己休息的。那些很累的人，是自己选择的，一定没人逼他们。”这些“放得下”，还体现在她对待是非的时候。

众所周知，高圆圆是娱乐圈中“是非”很少的女星，当问她怎么比别的女演员活得简单时，她想了一下说：“尽量保持简单的生活吧，你没有什么事，别人也就不写你了。”然而她停顿了一下，话题一转，“可是这个行业就是很麻烦，可能什么都不做也会被别人说，这也没有办法，还是不要受他们影响，该怎么样就怎么样。”

从来都远离“是非”的高圆圆，不久前还是领略了“是非”的厉害。最近，有一些媒体爆料称她和小伟感情出现波折，她起初并没有太在意，但被媒体和绯闻联系在一起，让她觉得特别气愤，这是她进入娱乐圈以来第一次生气。当时一个朋友开导她说，你做这个工作，凭什么只接受好的东西，你也要承受不好的啊。虽然不生气了，但高圆圆还是把博客给封了，因为博客再也不是她想象中的那么单纯了，所以就不写了。

因为喜欢单纯的生活，除了演戏之外，高圆圆就生活在一个很小的圈子里。她最喜欢的地方是家，最好的朋友是从小一起长大的“发小”。“她们都是特别普通的女生，在非常单纯的机关或普通的小公司工作。她们不世故，对生活的要求非常简单，平时能一起聚个餐，一起出去郊游就是特别大的乐趣。我觉得有她们在身边，世界很简单，很温暖。她们是除了父母以外，让我感受到温暖的人。”

其实幸福就来自于一件很简单的事情，就像咫尺与天涯，其实只在一瞬间。

高圆圆：

一切纷扰远在天边

本报记者 赵晓峰

相信在很多“70后”的青春时光中高圆圆都是那个梦中的“她”——虽然已过了而立之年，高圆圆却不断因为感情风波被动地成为焦点。采访中高圆圆告诉记者：那些娱乐圈的波澜起伏近在咫尺，然而，你只需收回半步，一切纷扰又远在天边。

其实我能控制的，
只是镜头前的那一刹那

“很多女孩子吃到一个棒棒糖，就会想要一个更大的，而我吃到这个棒棒糖时会想，它是不是有点太大了？我就是太容易满足了，这可能有点不好，我应该需要有一个‘我想要更大的棒棒糖’的心愿。”高圆圆的话语里充满了对生活的思考。

进入圈子以来，名誉接踵而来，问高圆圆有没有想过“趁热打铁”，继续往上走，她坦白地说自己是那种特没野心的人。“我太容易知足了，太喜欢偷懒，太不上进了。我觉得，除了演戏之外，一切都不在我的控制范围之内，其实我所能控制的，只是在镜头前的那一刹那。”

从17岁拍摄第一条广告，直到今天成为一名成功的演员，高圆圆一直都没把心里的指针调整到“明星”的区域。在她心里，演戏就是一份普通的工作，和朝九晚五的上班族没什么区别，只不过这个工作的自主性更大，收入较为丰厚。

做一份普通工作，还是做演员？这个“简单”的问题让她犹豫了6年之久。直到2002年大学毕业时，已经拍了几部电影和近百条广告的高圆圆，还在犹豫自己未来的

方向。对她来说，自己既没有太高的物质要求，也没有过多的虚荣心，一份普通的工作就足以让她满足了。直到有一天，一个香港的朋友对她说，“我告诉你，现在我爷爷病了，每天要打两百多元的针来维持生命，我有这个能力照顾他，如果有一天，你的家人病了，你能有足够的经济实力来保护他们吗？”这段话让圆圆觉得很有道理，当上帝给你一个机会让你的经济更宽裕，生活更安全，为什么不接受呢？

圆圆丝毫不避讳自己进入娱乐圈和钱有关，她反而觉得这是自己尊重生活的一个决定。去年妈妈生病住院5个月，更让她觉得自己的选择是对的。她妈妈住院那个病区都是老人，很少有孩子能陪在身边照顾他们，只有圆圆从早到晚地陪在妈妈身边。“我当时觉得太幸运了，我可以放下工作陪在她身边，因为我只要不接戏，我就不必对任何人负责。如果做别的工作我不会那么坦然的。如果做个白领，可能我那点积蓄不够让我有底气说我不干了。所以我觉得很幸运，这些都是上天给我的礼物。而且，我觉得这个礼物太大了。”

男人让我知道，
这个世界上没有英雄

“如果你这辈子够幸运，遇到的人能够包容你，你可能没机会去思考生命中残酷的东西，所以会特别快乐；如果你不是特别幸运，被逼到那份儿上了，就必须去承受和思考，我觉得我就是属于后者。”

作为女人，高圆圆说自己太细腻了，她甚至讨厌自己的细腻。按照她的习惯，生活中的每一件事她都要前前后后想清楚，如果不把最残酷的一面想透了，她就无法放下。所以，很多生活中的小事到了她那里，很可能变成“折磨自己”的大事。就像她所说，“人过于敏感，自己会很痛苦，跟你相处的人也会很痛苦。”

一段时间以来，高圆圆一直在思考一个问题：你该如何看待你的另一半，如何看待一个男人。在思考的过程中，有一本书给她的启示特别大，是张洁的《无字》。那本书最终让她明白：其实这个世界上，没有英雄。“我觉得我的过去，至少对爱情，是要崇拜一个英雄的，

但是现在我知道了，真的没有什么英雄，人生就是那么残酷，所以人必须现实起来。”

可能是自己的内心太丰富了，所以高圆圆现在追求的是没心没肺的状态。“现在的目标就是回避想得太多，思考得太多，去找寻简单的快乐就好了。”最近高圆圆找到一个简单的方式——没事就去看电影。她以前觉得看电影是工作，没什么乐趣，现在突然特别热爱看电影，觉得是一种享受。她说，“以前特别不理解进电影院的人，觉得人要多无聊才会去电影院看电影啊，现在觉得这是热爱生活的一种表现。”

前两天她重新看了《霸王别姬》，当看到“文革”时期两个男人互相揭发时，她哭了。当时的感受就觉得女人真是太可怜了，女人再怎么好，都不会有卑鄙的一面，而男人一定会有。那一刻她觉得很无奈，也很悲凉，所以哭得很厉害。电影毕竟是虚构的，而生活还是要继续。

