



浙江卫视热门综艺《演员的诞生》上周播出第六期后引发强烈反响，黄圣依、于明加、柴碧云共同表演的《我和春天有个约会》成为热议话题。这是黄圣依的首次舞台剧表演，她的演技引发网友集体吐槽。过去两天，“黄圣依演技”“黄圣依回应”两个话题先后登上热搜。昨天下午，黄圣依转发网友制作的关于她和导师们的表情包，在微博上发声。

参加《演员的诞生》被批演技差 黄圣依回应： 把悲剧弄成喜剧 见笑了

自嘲态度获陶虹力挺

黄圣依在第二次回应中用自嘲的口吻说：“哈哈哈哈哈，看了完整的视频，哎呀妈呀，真的是活生生把悲剧弄成喜剧了。我不替自己辩解，没演好就是没演好，让大家见笑了。”她还说，“这是我第一次演舞台剧，还在这么大的舞台上，演的时候我就心里发毛，总觉得舞台剧应该张着演，没想到用力过猛给张大了。大家的批评我都看到了，我也收下了，今后会更加虚心学习，努力进步，谢谢大家！”

《演员的诞生》第六期“飞行导师”陶虹在微博上力挺黄圣依：“其实很赞赏她的勇气，两个孩子的妈妈了，身材状态依旧保持得很好。更重要的是给她的孩子做了个特别棒的榜样。这是位好妈

妈呢！”《演员的诞生》节目官方微博也回应道：“周一醒来精神一抖擞。原来是被两位好妈妈的正能量感染了呢！”

著名影视投资人谭飞转发了黄圣依的微博，并评论说：“勇于面对和真诚，这态度就对了，但我不知道那天有没有其他内情，包括为什么每次黄圣依镜头都接的是几个导师惊讶的表情包，不知是真实的发生还是为了效果。”麦特文化传媒董事长陈砺志也转发了黄圣依的微博，他表示：“其实影视作品和综艺舞台还是很不一样的，而且我觉得演员也要像歌手一样，允许失手走音。关键是自我认识，有态度，一定会有更好的成长。”

这次复出就是要清零

看到黄圣依的回应，不少网友对她表示了支持，“态度这么端正大家别喷了可以不？已经知道的问题而且愿意改就足够了。”“面对批评，虚心接受才是正确的打开方式，期待你以后的影视作品。”

这两天，很多网友在微博上发出了黄圣依以前出演影视剧的剧照和截图，力证她在表演领域的实力，“她说这次

复出就是要清零，这个心态非常好。一次节目中没发挥好，也不能否定别人十几年的成就。”

黄圣依连续两天在微博上与网友诚恳交心，这为她圈了不少粉。虽然输了一场综艺，但是虚心接受批评的态度，赢得了业内人士和网友的尊重，也帮她自己赢回了人气。

王尚

《大鱼海棠》 在匈牙利获奖

第15届布达佩斯国际动画电影节3日在布达佩斯闭幕，中国动画电影《大鱼海棠》斩获最佳动画长片奖。

评委会主席谢莉·佩奇说，《大鱼海棠》展示了一个独特而神奇的宇宙，电影角色复杂且令人难忘，给评委会留下深刻印象。

《大鱼海棠》是一部由梁旋、张春导演，梁旋编剧的动画电影。电影取材于《庄子·逍遥游》《山海经》《搜神记》等中国古书章节，意在讲述一个“属于中国人的奇幻故事”。2016年7月在中国大陆上映。

在此次电影节期间，瑞典动画短片《夜班》获得最佳动画短片奖，日本动画长片《在这世界的角落》获得评委会特别奖。

本届电影节11月29日开幕，为期5天，观众可欣赏到13部动画长片和200部动画短片。

一年一度的布达佩斯国际动画电影节创建于2002年，动画短片竞赛单元只对欧洲制作的动画短片开放，电影时长限定为20分钟之内；动画长片对出品国不设限，时长至少要50分钟。

据新华社

这些判断灵芝孢子粉好坏的说法 听听就算了，别太当真！

前几天，直营店开展灵芝活动，一位阿姨拿着自己在吃的灵芝孢子粉，坚持要在显微镜下跟门店在卖的一款孢子粉进行对比，说实话，我内心是拒绝的：显微镜可以看出孢子粉是否破壁，但无法比较出两款孢子粉的好坏。

无奈阿姨坚持，我们也只能乖乖“听话”。由此，我想到跟读者分享一些灵芝孢子粉质量鉴别的“内幕”，下面的说法，听听就算了，不必太当真。

一、灵芝孢子粉越苦越好

上周笔者已撰文专门论述过这个话题，灵芝孢子粉究竟苦不苦，行业尚有争议。就笔者所见，福建省的灵芝孢子粉炮制规范认为，灵芝孢子粉“无味”，浙江炮规认为“无味或微苦”，说明一点，两省的行业权威专家，并没有一致认为灵芝孢子粉是很苦的。

二、功效成分含量越高越好

国内灵芝孢子粉或者是中药饮片，或者是保健品批号。后者包装上会标注每100g产品所含主要功效成分多糖或三萜含量，功效成分对产品质量有一定参考度，但也不能尽信。

北京大学医学部教授，也是国内灵芝研究权威专家林志彬在《灵芝，从神奇到科学》一书中明确提到，由于制备工艺缘故，

三、破壁率没有证据，等于没说

现在吃灵芝孢子粉的都知道，破壁率高，产品质量好。因此，几乎所有厂家，都声称自己的破壁率高达98%以上。破壁率高低确实是评判孢子粉好坏的一大标准，但破壁率是

一些厂家宣传灵芝孢子粉苦是因为灵芝三萜含量高，此话值得商榷，市面在宣传灵芝孢子粉三萜含量最高不超过10%，远远低于灵芝孢子油三萜含量，但我们尝到的灵芝孢子油却是不苦的。

目前以葡萄糖做标准，所测灵芝产品中的灵芝多糖含量非常不准确。“不一定‘灵芝多糖’含量高的产品就比含量低的产品好。”

就笔者个人临床观察而言，中药饮片没有标注功效成分含量，市民无法从包装获得有效成分数据。保健品中，标注了高含量的效果未必特别出色；标注了低含量的，也不见得效果很差。

否真有这么高，还是要看证据，没有证据，听听过就算了。不过，只要是知名品牌孢子粉，破壁率都能做的很好，不会在这上面做文章。



灵芝孢子粉不能完全代替灵芝作用。

浙江日报 2017.11.14

参茸直营店

怕冷，野山参可以吃起来了 20年参龄每支也就600元

报社参茸直营店野山参来自于同仁堂山参金牌供货商——圣峰参茸制品公司，该公司就是国内最早坚持在山林中任人参自生自灭，不人为干预的经销商。

因此，圣峰公司的野山参存活率仅为50:1，而品相无缺损，五行较全的野山参成材率只有200:1。每一支存活下来的山参都堪称生命奇迹。

此外，国内多数林下山参多数年份在15年左右，圣峰公司的山参基本在20年及以上。野山参15年是一道风水岭，之前处于幼根期，检测显示皂苷含量与五六年的园参相仿，15年后进入壮根期，质量一年一境界。

冬季来临，怕冷的中老年朋友，野山参可以吃起来了。公司负责人孙总自信的对考察团说，冬天怕冷，吃两支野山参，多数会有满意的反馈。

一等精品参580元/克起；品相有缺损，参龄在18年—20年的等外参168元/克起，每盒2~3支，刚好吃一年。上述野山参都打八折，折后等外参每支约五六百元。

购买野山参满8000元，赠价值980元同仁堂总统牌鲜人参晶1盒。

周皓亮

链接

买孢子粉还是要挑品牌

灵芝孢子粉好坏究竟应该怎么挑？客观而论，并没有特别简便的办法。还是建议消费者挑品牌。灵芝培育对产地环境要求特别高，一般来说，拥有灵芝孢子粉全产业链，基地甚至产品通过多国有有机认证的，我们相信，这些厂家对待产品会更具匠心，生产出来的孢子粉安全性也更好。如寿仙谷、大晟、仙芝楼等品牌。大晟灵芝孢子粉直营店也有售，有兴趣的市民，可以过来看看。

地址:报社参茸直营店 海曙鼓楼永寿街6号 咨询热线:0574-87167337