先军训2周，再进组拍戏

“达康书记”加入《战狼2》

本报讯（记者 庞锦燕） 一部热播剧《人民的名义》，让“达康书记”吴刚成了网红。向来低调的吴刚近日在微博发出一组剧照，透露自己已经加盟电影《战狼2》。

首次挑战军事动作戏，吴刚压力不小。记者昨天从片方了解到，开拍前，吴刚拿出两周的时间投入集训，学习军事动作和武器的使用。“魔鬼式训练”曾让吴刚腰部以下全麻，却也在短时间内，让他从一个不会拿枪的外行，到可以像模像样地熟练单手换弹夹。

吴刚是北京人艺演员，曾以话剧《哗变》摘得中国话剧最高奖金狮奖，以《铁人》摘得第27届金鸡奖最佳男演员奖，电视剧《潜伏》中的情报处处长陆桥山让他更为观众熟知，但真正令他蹿红的还是《人民的名义》里的GDP书记李达康。

在拍戏上，吴刚一直都极为认真。他曾说过这样一句话：“我塑造的这个人，要像个实心菜，一层层都是扎实的。”他在出演陈凯歌导演的电影《梅兰芳》时，因为“一条就过，不NG”而被大家称为“吴一条”；在热播剧《人民的名义》里，为了让达康书记的角色更传神，吴刚在网上搜集了很多领导开会的视频，“水杯不离身”的细节就是他的点子。《人民的名义》导演李路最近在接受采访时还透露了一个有趣的故事：编剧周梅森在拍摄时曾去探班，当时他对吴刚饰演的李达康很不满意，认为吴刚的演绎过于松弛，因此李路一度不让周梅森再去探班。而在整个剧拍完之后，周梅森自己看得如痴如醉，还表示准备写一本《论吴刚的表演艺术》，一时成为剧组笑谈。

这次参演电影《战狼2》，吴刚饰演一名老兵，为了让自己更像一个军人，他主动要求参加军训。“本来没奢望吴刚老师参加的，担心强度太大他身体受不了”，导演吴京向记者透露，但没想到吴刚一知道拍摄前有集训，主动提出参与，还推掉了其他工作。除此之外，吴刚还看了很多视频和文字资料，让自己更多地了解军人，“这些对我都有潜移默化的指点作用，帮我渗透到角色中去。”

用吴刚的话来说，这次拍《战狼2》每个镜头都是拼出来的。以前他以文戏居多，突然开始剧烈运动，刚开始的时候腰以下全都是麻的，每次起身都要被助手拉起来，然后咬牙接着拍。提起吴刚经历的魔鬼式训练，吴京既心疼又敬佩，总觉得这个老戏骨不是来拍戏的，是来拼命的。吴刚自己倒是不在意，只说：“你要挑战自己的时候，就是义无反顾的。我希望电影拍完后，可以拍着心脏说‘我尽力了’。”

当然，作为新晋网红，吴刚现在也很会卖萌了：“很开心和吴京合作《战狼2》，大家把我们叫做‘京刚狼’，猛不猛？”据悉，《战狼2》将于今年暑期档上映。

本土网络大电影《薇薇·安》昨开机

本报讯（记者 庞锦燕） 昨日，青春励志网络大电影《薇薇·安》在宁波举行开机发布会。出品人徐小敏，制片人杨亚中，导演马咏贤，编剧黄玉君，主演周子熙、易水等主创人员现身现场。记者发现，投资出品方之一的浙江聚焦影视传媒有限公司，是2015年成立的宁波影视企业。

网络大电影《薇薇·安》的故事构架看起来和《七月与安生》有点相似，主要讲述“薇薇”和“安”两个女孩从18岁开始相识、相知、相惜、相助的友爱成长故事。两大女主分别由影视演员周子熙和易水饰演。周子熙曾参演院线电影《忠犬情缘》《混世高校》等作品，易水曾参演电视剧《猎场》《外科风云》以及电影《再活一回》。该片聚集实力派新锐编剧和新秀导演，还有宁波的100多名群众演员。

据制片人杨亚中介绍，《薇薇·安》的剧本从今年初开始已进行了多次的修改和完善，很多制作环节反复推敲，以求事件发展入情入理、情感细腻感人。“影片反映了当下很多90后理想、爱情与生活压力矛盾交织的现状，是当代社会情感故事的真实写照。”该片导演马咏贤昨天在接受记者采访时说：“网络大电影的题材目前有两种走向，一部分过于关注‘怪力乱神’，一部分过于强调‘高富帅’‘白富美’，像《薇薇·安》这样关注普通年轻人的故事反而成了一股‘清流’。”

据了解，《薇薇·安》时长90分钟，全程在宁波取景拍摄，老外滩、东钱湖、南部商务区、慈城等地都是该剧的拍摄地。影片预计于今年8月在爱奇艺、腾讯等各大网络平台播映。

晚报厂商直通车

进补正当时，孝敬父母送虫草

那曲产地直销 砍掉所有中间商 省去中间环节 挤干价格水分

马外外冬虫夏草

一年一度的新鲜虫草上市了，4月21日~4月25日直销特卖

秋风萧瑟天气渐凉，转眼已到了年底。此时对于家中老人而言，除了平日里的吃饱穿暖，也该考虑适当“进补”了！所谓“秋冬进补，来年打虎”，“补”对了东西，可以调理脾胃、增强体质。那么接下来的问题就是，到底该补点啥？

冬虫夏草素有“软黄金”之称，一入秋冬，不少人就有“每天进补一根虫草，一个冬天益处多”的说法。但目前市场上充斥着各种掺假虫草以及虚高价格，如何鉴定虫草的真假仍是个难题！

坊间传说，从立秋开始每天吃虫草，不仅能增强体质，还能提高免疫力，所以，秋冬季节进虫草历来被广泛推崇。

用虫草滋补要有效
足量、持久是法宝

中医理论认为，冬虫夏草是一种能同时平衡、调节阴阳的补品，是秋季进补的上选，名贵稀有。

马上到年底了，不少人都忙着给客户、亲友送一份表达深情厚意的礼物，随着现代人物质生活的提高，大家都很注重养生，健康是我们追求高品质生活的重要保证。自古以来冬虫夏草都是公认的滋补佳品。上佳的健康好礼非冬虫夏草莫属。

这么好的虫草究竟怎么吃才能真正收到应有的效果？中医理论认为很简单：足量、持久。

西藏虫草数那曲
源头直供品质高

世界上已统计的虫草有上百种，但却不是每一种都能被称作冬虫夏草，很多普通虫草不仅没有药效，甚至服用后还可能会中毒。冬虫夏草分布在海拔4500-6000米的西藏那曲、海拔3000-4000米的青海玉树以及海拔2000-3000米的四川甘孜阿坝一带，人们通常按产地称之为那曲虫草、玉树虫草或川草。

其中，西藏那曲羌塘草原平均海拔4500米以上，土壤中矿物质金属物质含量丰富，昼夜温差大，日照充足，加上适宜的空气温度，使得那曲出产的冬虫夏草以色正、体满、营养价值高而闻名。在业内有“冬虫夏草出西藏，西藏虫草数那曲”的说法。许多至尊一级虫草，都产自那曲。

而我们活动现场销售的冬虫夏草都是正宗的西藏那曲冬虫夏草。

鉴别那曲优质虫草
闻闻它特有的腥香

如何识别西藏那曲虫草和青海玉树虫草？业内人士认为：

1、看颜色。那曲虫草颜色略黄于玉树虫草。那曲虫草虫体表面色泽更为黄净，玉树虫草相对呈黄褐色。那曲虫草的眼睛为棕色，玉树虫草的眼睛则为黄色。

2、看比重。相同个头大小的虫草那曲的要轻一点，因此，同一规格的虫草玉树虫草更紧实，那曲虫草虫体更肥大一些。

3、闻香味。那曲虫草虫体和尾部透亮油润，有一股浓酥油的香味，而玉树虫草则是一种浓郁的如香菇味。

而在那曲产地，长期从事虫草行业的人，则会比较自豪地告诉你：只有真正产自那曲的好虫草，才能闻到特有的腥香味，而这个才是鉴别那曲虫草区别于其他虫草的诀窍！

发现掺假，假一赔十

本次活动价只是一方面，主要还是质量，现场所有销售的冬虫夏草均为从藏民手中直接收购的精选优质虫草，现场称重，眼见为实。为了让市民买得放心，在此承诺现场销售的虫草，如有发现掺假行为，“假一罚十”赔偿。

西藏那曲马外外冬虫夏草，为答谢三年来媒体的认可信赖，宁波顾客的大力支持，值此一年一度新鲜虫草上市之际，于4月21日至4月25日在原宁波日报报业大厦直销特卖，特卖期间优惠多多，欢迎惠顾。

联系电话：13908968577

真空包装 新鲜虫草	
大	直销价 89元/根
中	直销价 69元/根
小	直销价 49元/根

地点：海曙区灵桥路768号原宁波日报报业大厦一楼 时间：8:30—17:30

社址/宁波市宁东路901号 热线电话/87777777 广告部电话/87685741 87250202(双休日) 营业执照/84409275-0号 发行投诉电话/87682340 定价/每月21元 零售/每份1元
邮发代号/31—84 印刷/宁波报业印刷发展有限公司 法律顾问/素豪律师事务所罗杰律师、胡力明律师 地址/光华路299弄研发园区C12四楼 电话/87298700 宁报集团职业道德投诉/87654321