

《囧妈》照进中国式家庭关系现实

这是不是你跟妈妈相处最久的一个春节?

羊城晚报记者 李丽

“这趟俄罗斯之行，可能是我从读大学离开家，二十多年来跟妈妈相处最久的一次。”这是《囧妈》里徐峥扮演的伊万的一句台词。

《囧妈》于大年初一在抖音、西瓜视频、今日头条、欢喜首映等平台上线，目前豆瓣评分5.9分。电影里，原本要去美国跟前妻争财产的徐伊万，却阴差阳错地跟妈妈坐上了前往莫斯科的火车，

而这趟火车的行程是六天六夜。对照2020年这个春节的现实，《囧妈》的故事就像一个巨大的巧合：因为防疫的需求，今年很多“家里蹲”的成年人意外获得了更多跟父母在家朝夕相对的时间——或许还不止六天六夜。无数的矛盾与和解，都在这个被延长的春节假期里发生着。

“如果你是一个成年男人，六天六夜跟自己的妈妈两个人在一个火车车厢里，基本上我觉得是个灾难。”在描述《囧妈》的故事时，导演兼四分之一编剧徐峥如是说。但他最终给了这个“灾难”故事一个动人的结尾——开始嚷嚷着“我为什么要抱抱她”的伊万，在旅程的终点给了母亲一个大大的拥抱。

你和家人的关系，在这个春节过后又会发生怎样的变化?



狂塞小番茄



见面就吵架

A 一面镜子，照出关系中的“爱与控制”

对于那些春节假期刚开始时在朋友圈转发“让我妈戴口罩就像她让我穿秋裤一样难”的人来说，《囧妈》中黄梅莹和徐峥演绎的亲子关系或能引发他们的共鸣。片中，母子双方大多数时候都在“各说各话”，尤其在徐峥扮演的伊万看来，母亲更像是在对待一个“想象中的儿子”，而不是真正的他。片中有一个小细节：妈妈非得在儿子打电话的时候，一个接一个地往他嘴里塞小番茄。到后来，忍无可忍的伊万索性背着妈妈，把所有的小番茄连盒一起扔到了火车外……这“小番茄”或许正暗喻了生活中老一辈人心中执着的那些观念，比如“单身=人生失败”“30岁还没生孩子就晚了”，而这些观念被他们一个个强行地往“孩子”的生活里塞。

也许因为每个人的生活不同，很多江浙沪观众表示在《囧妈》里“看到了我妈和她最爱的小番茄”，而很多北方或更南方的观众却无法产生共鸣。同样的，“爱与控制”的矛盾或许在很多家庭中都存在，但并不是每个人都拥有一个“囧妈”。这或许也是《囧妈》上线后评分不高的原因。该片于1月25日刚上线时豆瓣评分尚有6.3分，但截至昨日截稿时已经跌至5.9分。

徐峥：黄梅莹就像我本人的妈妈

Q：为什么这个故事会设定在一辆火车上？
A：因为我们最初探讨去哪里拍的时候，有人提议俄罗斯。然后就有人说，去俄罗斯有一辆火车，要坐六天六夜，我们就觉得这趟旅程应该很有趣。你想，如果你是一个成年男人，要跟自己的妈妈在一起坐六天六夜的火车，两个人就在一个车厢里面，基本上我觉得这就是个灾难，还挺“囧”的。

Q：按以往的“囧系列”规律，这部应该叫“俄囧”，为什么叫《囧妈》呢？
A：因为我觉得随着系列的升级，我不应该再拍一个到某个地方走马观花的冒险故事，而应该从情感和心里层面进行深化。我甚至想过这部影片别放在“囧系列”里了，还想了一个名字叫《开往莫斯科的妈妈》，听起来是有点不通，但你看了电影就知道为什么。不过因为大家对“囧系列”品牌的熟悉度，最后我们还是取名《囧妈》。

Q：在片中演你母亲的黄梅莹老师很多年都没有在大银幕上出现了，这次为什么选她？
A：黄梅莹老师是一个非常美丽的女演员，而且我在她的试片里，发现她脸上有很多微表情，特别好。然后见到她本人，我跟她聊起她的生活，包括她和她儿子的一次经历，啊呀太像片子里的妈妈了，甚至跟我本人的妈妈也很像……至今我也想不到有谁比她更合适。

B 婚姻可解除，但亲子关系只能“和解”

在这个“家里蹲”的春节，“爱与控制”或许在很多家庭里都比以往更加凸显。微博上，不少网友都在感叹跟父母相处时间过长，导致完全失去个人空间，双方发生冲突的几率也比往年春节高了不少。《囧妈》中，跟母亲长期困在火车包厢里的伊万就感受到了这种“窒息”：跟现实中很多人只能“去客厅和阳台散步”一样，他最远也只能“逃”到火车过道里透口气。

在火车上偶遇的俄罗斯少女娜塔莎曾一度怂恿伊万“做自己”，伊万也鼓起勇气对着母亲一顿劈头盖脸的情绪发泄。但最终的结果呢？火车还没到站，老妈就赌气出走，伊万不得不拖着所有行李下车到冰天雪地里“追妈”……

片中，跟母子关系相照应的，还有徐峥跟袁泉演绎的破碎的婚姻关系。这两种关系同样陷于“爱与控制”

的矛盾之中，但婚姻关系可以解除，亲子关系却彻底“无解”。于是，我们看到片中徐峥和袁泉在分手后达成了谅解，但徐峥和黄梅莹这对“母子”却只能在经历了彼此伤害又相互拯救的“冰与火之歌”的洗礼之后，最终达到某种程度的和解。在“熊出没”的绝境中，母子亲情本能的迸发成为影片的高潮，但也成为最受争议的桥段之一，有人说“刻意”，有人说“感人”。

徐峥：孝顺不该是一种道德绑架

Q：谈谈你对片中中国式亲子关系的理解吧？
A：我们最初讨论故事的时候，大家就发现，我们这一辈人的父母大部分都是控制型的。许多父母在自己的婚姻关系中有很多问题，有很多不满足，但是因为受传统思想和观念的束缚，没有什么渠道和方法去解决或改善，最终这些问题就延续到了下一代，他们把过多的爱和过多的控制放到了自己的孩子身上。当孩子还小的时候，你是很容易控制的，但当孩子长大后，大家就相互看不惯，见面就吵架。这是我们这一代人很普遍的一个现象：明明是最亲密的人，但是在爱方面都羞于表达，光剩下指责和管教，然后孩子就是一味的反抗。

Q：所以，这种问题也会影响下一代的婚姻和人生？
A：对，孩子长大后，体现到他们的婚姻关系中，就是对自己的爱人永远是“你应该这样”“你为什么那样”。不是接受和包容，而是要求和指责——永远只看到对方的缺点。这种模式就是来源于原生家庭。结果越是爱的人，就越互相伤害，变成一个死循环。

Q：对于两代人的关系，可能很多人只认同一个简单的模式，就是孝顺。你怎么看？
A：我觉得孝顺是一种起码的礼仪，但很多时候它变成了一种道德绑架。因为你要孝顺父母，反而不会对他们说出你真正的心里话，变成只能去顺从。最后，那一部分不和谐的东西就永远被包裹起来了，没有去面

对，也没有真正去解决。
Q：你曾经说过这部影片是想拍给自己的妈妈看的？
A：我觉得不仅仅是给我妈妈，而是给天下所有的母亲。我看到我们身边这一辈人正在通过各种各样的渠道来学习应该怎样教育孩子，可是我们上一辈那个年代，他们没有那么多的信息资源，他们做父母的方式就是拷贝他们的父母。有段时间，我跟我妈妈只要一碰面就吵架，后来有一次全家旅行，发生了一些计划外的事情，旅程就变得非常艰苦，在那个过程里我们互相帮助。后来，我和我妈妈参加了一个所谓的感谢仪式，妈妈就来抱抱我，她说感谢你为我做的一切。我想这句话本来应该是我对妈妈说的，为什么她先说出来了？说明她也希望我们之间的关系可以有一种更好的样貌吧。

Q：你对像片中妈妈那一辈的人有什么期待？
A：我觉得片中的妈妈刚开始之所以那样，是因为她自己生活中爱的能量没有流动起来。如果她能注意用于改善自己的生活、改善自己生活中的关系，那么她就不会把那么多注意力放在孩子身上，对孩子来说其实也是一种解放。一种好的情感应该是释然的、给予的、接纳的、包容的、成就的，是“我爱你但我并不要求你什么”。

Q：片中的伊万最终选择了帮妈妈实现心愿，你怎么揣摩他的心路变化？
A：伊万原本是什么都不跟妈妈分享的，把情感当中最真实的一面完全对她掩盖。但是经历了这一切以后，他发现要承认关



《囧妈》评分不高但颇具话题性



婚姻关系也受到原生家庭的影响

C 重新认识父母，从理解其“遗憾”开始

父母希望儿女按照他们的意愿生活，儿女对父母又何尝不是如此？片中，伊万对妈妈的每一个行为都本能地持反对、抗拒甚至鄙视的态度，认为对方天生不可理喻且无法沟通，而从来没想到去了解母亲那些看似“荒诞”的行为背后的心理动因。六天六夜的“火车隔离之旅”给了他一个被迫倾听母亲心声的机会，最终他了解了母亲和父亲的婚姻悲剧原委，也明白了母亲为何非要去一趟俄罗斯。影片的结尾，伊万终于帮母亲弥补了她当年没能赶上在莫斯科舞台演唱的遗憾。大幕低垂中，一首清唱版

《红梅花儿开》让伊万仿佛第一次认识了自己的母亲。

关于原生家庭的话题，近年来人们在社交平台探讨颇多。顺从还是逃离？《囧妈》并未给出标准答案，代表控制的“小番茄”、代表奉献的“熊出没”，以及代表老一辈独立意志的“红梅花儿开”都是题中之义。当然，相比现实，《囧妈》通过六天六夜便能让母子俩达到“各自反省，相互拥抱”的效果，还是有些过度理想主义。但“多点时间陪伴”本就是达成家庭成员彼此理解的一个“药方”，至于它的效用如何，刚经历了2020年春节的国人最有发言权。

徐峥：希望父母活出自己的生命

Q：你希望大家看完《囧妈》有一个怎样的收获？
A：我觉得现在年轻人能真正跟家里人一起看的电影，其实没有那么多。希望大家可以展开一个讨论，看看电影里面的人是什么样子的，我们自己在生活当中又是什么样子。也希望大家看完电影，会想去抱一抱自己的妈妈。

Q：你对像片中妈妈那一辈的人有什么期待？
A：我觉得片中的妈妈刚开始之所以那样，是因为她自己生活中爱的能量没有流动起来。如果她能注意用于改善自己的生活、改善自己生活中的关系，那么她就不会把那么多注意力放在孩子身上，对孩子来说其实也是一种解放。一种好的情感应该是释然的、给予的、接纳的、包容的、成就的，是“我爱你但我并不要求你什么”。

Q：片中的伊万最终选择了帮妈妈实现心愿，你怎么揣摩他的心路变化？
A：伊万原本是什么都不跟妈妈分享的，把情感当中最真实的一面完全对她掩盖。但是经历了这一切以后，他发现要承认关

系中好的那部分，才能共同去面对不堪的那部分。我相信大部分的子女都愿意帮父母实现心愿。谁不愿意看到自己的父母活出他们自己的生命？
Q：你自己拍了这个片子有什么成长吗？
A：拍电影的过程我为什么很享受，就是因为每一部电影都可以带给我成长。戏里面的伊万已经成长了，就像最后他妈妈说的：我的伊万长大了。同时，这也是他妈妈的一个成长。在戏外，黄老师会有她的成长，我也会有我自己的成长。比如我就希望自己能做到像我妈说的那样，可以减少一些工作，多点时间去陪陪他们。

Q：拍电影的过程我为什么很享受，就是因为每一部电影都可以带给我成长。戏里面的伊万已经成长了，就像最后他妈妈说的：我的伊万长大了。同时，这也是他妈妈的一个成长。在戏外，黄老师会有她的成长，我也会有我自己的成长。比如我就希望自己能做到像我妈说的那样，可以减少一些工作，多点时间去陪陪他们。

Q：你自己拍了这个片子有什么成长吗？
A：拍电影的过程我为什么很享受，就是因为每一部电影都可以带给我成长。戏里面的伊万已经成长了，就像最后他妈妈说的：我的伊万长大了。同时，这也是他妈妈的一个成长。在戏外，黄老师会有她的成长，我也会有我自己的成长。比如我就希望自己能做到像我妈说的那样，可以减少一些工作，多点时间去陪陪他们。

Q：拍电影的过程我为什么很享受，就是因为每一部电影都可以带给我成长。戏里面的伊万已经成长了，就像最后他妈妈说的：我的伊万长大了。同时，这也是他妈妈的一个成长。在戏外，黄老师会有她的成长，我也会有我自己的成长。比如我就希望自己能做到像我妈说的那样，可以减少一些工作，多点时间去陪陪他们。

Q：拍电影的过程我为什么很享受，就是因为每一部电影都可以带给我成长。戏里面的伊万已经成长了，就像最后他妈妈说的：我的伊万长大了。同时，这也是他妈妈的一个成长。在戏外，黄老师会有她的成长，我也会有我自己的成长。比如我就希望自己能做到像我妈说的那样，可以减少一些工作，多点时间去陪陪他们。

Q：拍电影的过程我为什么很享受，就是因为每一部电影都可以带给我成长。戏里面的伊万已经成长了，就像最后他妈妈说的：我的伊万长大了。同时，这也是他妈妈的一个成长。在戏外，黄老师会有她的成长，我也会有我自己的成长。比如我就希望自己能做到像我妈说的那样，可以减少一些工作，多点时间去陪陪他们。

Q：拍电影的过程我为什么很享受，就是因为每一部电影都可以带给我成长。戏里面的伊万已经成长了，就像最后他妈妈说的：我的伊万长大了。同时，这也是他妈妈的一个成长。在戏外，黄老师会有她的成长，我也会有我自己的成长。比如我就希望自己能做到像我妈说的那样，可以减少一些工作，多点时间去陪陪他们。

Q：拍电影的过程我为什么很享受，就是因为每一部电影都可以带给我成长。戏里面的伊万已经成长了，就像最后他妈妈说的：我的伊万长大了。同时，这也是他妈妈的一个成长。在戏外，黄老师会有她的成长，我也会有我自己的成长。比如我就希望自己能做到像我妈说的那样，可以减少一些工作，多点时间去陪陪他们。

Q：拍电影的过程我为什么很享受，就是因为每一部电影都可以带给我成长。戏里面的伊万已经成长了，就像最后他妈妈说的：我的伊万长大了。同时，这也是他妈妈的一个成长。在戏外，黄老师会有她的成长，我也会有我自己的成长。比如我就希望自己能做到像我妈说的那样，可以减少一些工作，多点时间去陪陪他们。

Q：拍电影的过程我为什么很享受，就是因为每一部电影都可以带给我成长。戏里面的伊万已经成长了，就像最后他妈妈说的：我的伊万长大了。同时，这也是他妈妈的一个成长。在戏外，黄老师会有她的成长，我也会有我自己的成长。比如我就希望自己能做到像我妈说的那样，可以减少一些工作，多点时间去陪陪他们。

Q：拍电影的过程我为什么很享受，就是因为每一部电影都可以带给我成长。戏里面的伊万已经成长了，就像最后他妈妈说的：我的伊万长大了。同时，这也是他妈妈的一个成长。在戏外，黄老师会有她的成长，我也会有我自己的成长。比如我就希望自己能做到像我妈说的那样，可以减少一些工作，多点时间去陪陪他们。

Q：拍电影的过程我为什么很享受，就是因为每一部电影都可以带给我成长。戏里面的伊万已经成长了，就像最后他妈妈说的：我的伊万长大了。同时，这也是他妈妈的一个成长。在戏外，黄老师会有她的成长，我也会有我自己的成长。比如我就希望自己能做到像我妈说的那样，可以减少一些工作，多点时间去陪陪他们。

Q：拍电影的过程我为什么很享受，就是因为每一部电影都可以带给我成长。戏里面的伊万已经成长了，就像最后他妈妈说的：我的伊万长大了。同时，这也是他妈妈的一个成长。在戏外，黄老师会有她的成长，我也会有我自己的成长。比如我就希望自己能做到像我妈说的那样，可以减少一些工作，多点时间去陪陪他们。

Q：拍电影的过程我为什么很享受，就是因为每一部电影都可以带给我成长。戏里面的伊万已经成长了，就像最后他妈妈说的：我的伊万长大了。同时，这也是他妈妈的一个成长。在戏外，黄老师会有她的成长，我也会有我自己的成长。比如我就希望自己能做到像我妈说的那样，可以减少一些工作，多点时间去陪陪他们。

Q：拍电影的过程我为什么很享受，就是因为每一部电影都可以带给我成长。戏里面的伊万已经成长了，就像最后他妈妈说的：我的伊万长大了。同时，这也是他妈妈的一个成长。在戏外，黄老师会有她的成长，我也会有我自己的成长。比如我就希望自己能做到像我妈说的那样，可以减少一些工作，多点时间去陪陪他们。

Q：拍电影的过程我为什么很享受，就是因为每一部电影都可以带给我成长。戏里面的伊万已经成长了，就像最后他妈妈说的：我的伊万长大了。同时，这也是他妈妈的一个成长。在戏外，黄老师会有她的成长，我也会有我自己的成长。比如我就希望自己能做到像我妈说的那样，可以减少一些工作，多点时间去陪陪他们。

Q：拍电影的过程我为什么很享受，就是因为每一部电影都可以带给我成长。戏里面的伊万已经成长了，就像最后他妈妈说的：我的伊万长大了。同时，这也是他妈妈的一个成长。在戏外，黄老师会有她的成长，我也会有我自己的成长。比如我就希望自己能做到像我妈说的那样，可以减少一些工作，多点时间去陪陪他们。

Q：拍电影的过程我为什么很享受，就是因为每一部电影都可以带给我成长。戏里面的伊万已经成长了，就像最后他妈妈说的：我的伊万长大了。同时，这也是他妈妈的一个成长。在戏外，黄老师会有她的成长，我也会有我自己的成长。比如我就希望自己能做到像我妈说的那样，可以减少一些工作，多点时间去陪陪他们。

Q：拍电影的过程我为什么很享受，就是因为每一部电影都可以带给我成长。戏里面的伊万已经成长了，就像最后他妈妈说的：我的伊万长大了。同时，这也是他妈妈的一个成长。在戏外，黄老师会有她的成长，我也会有我自己的成长。比如我就希望自己能做到像我妈说的那样，可以减少一些工作，多点时间去陪陪他们。

Q：拍电影的过程我为什么很享受，就是因为每一部电影都可以带给我成长。戏里面的伊万已经成长了，就像最后他妈妈说的：我的伊万长大了。同时，这也是他妈妈的一个成长。在戏外，黄老师会有她的成长，我也会有我自己的成长。比如我就希望自己能做到像我妈说的那样，可以减少一些工作，多点时间去陪陪他们。

Q：拍电影的过程我为什么很享受，就是因为每一部电影都可以带给我成长。戏里面的伊万已经成长了，就像最后他妈妈说的：我的伊万长大了。同时，这也是他妈妈的一个成长。在戏外，黄老师会有她的成长，我也会有我自己的成长。比如我就希望自己能做到像我妈说的那样，可以减少一些工作，多点时间去陪陪他们。

Q：拍电影的过程我为什么很享受，就是因为每一部电影都可以带给我成长。戏里面的伊万已经成长了，就像最后他妈妈说的：我的伊万长大了。同时，这也是他妈妈的一个成长。在戏外，黄老师会有她的成长，我也会有我自己的成长。比如我就希望自己能做到像我妈说的那样，可以减少一些工作，多点时间去陪陪他们。

Q：拍电影的过程我为什么很享受，就是因为每一部电影都可以带给我成长。戏里面的伊万已经成长了，就像最后他妈妈说的：我的伊万长大了。同时，这也是他妈妈的一个成长。在戏外，黄老师会有她的成长，我也会有我自己的成长。比如我就希望自己能做到像我妈说的那样，可以减少一些工作，多点时间去陪陪他们。

Q：拍电影的过程我为什么很享受，就是因为每一部电影都可以带给我成长。戏里面的伊万已经成长了，就像最后他妈妈说的：我的伊万长大了。同时，这也是他妈妈的一个成长。在戏外，黄老师会有她的成长，我也会有我自己的成长。比如我就希望自己能做到像我妈说的那样，可以减少一些工作，多点时间去陪陪他们。

Q：拍电影的过程我为什么很享受，就是因为每一部电影都可以带给我成长。戏里面的伊万已经成长了，就像最后他妈妈说的：我的伊万长大了。同时，这也是他妈妈的一个成长。在戏外，黄老师会有她的成长，我也会有我自己的成长。比如我就希望自己能做到像我妈说的那样，可以减少一些工作，多点时间去陪陪他们。

Q：拍电影的过程我为什么很享受，就是因为每一部电影都可以带给我成长。戏里面的伊万已经成长了，就像最后他妈妈说的：我的伊万长大了。同时，这也是他妈妈的一个成长。在戏外，黄老师会有她的成长，我也会有我自己的成长。比如我就希望自己能做到像我妈说的那样，可以减少一些工作，多点时间去陪陪他们。

Q：拍电影的过程我为什么很享受，就是因为每一部电影都可以带给我成长。戏里面的伊万已经成长了，就像最后他妈妈说的：我的伊万长大了。同时，这也是他妈妈的一个成长。在戏外，黄老师会有她的成长，我也会有我自己的成长。比如我就希望自己能做到像我妈说的那样，可以减少一些工作，多点时间去陪陪他们。

Q：拍电影的过程我为什么很享受，就是因为每一部电影都可以带给我成长。戏里面的伊万已经成长了，就像最后他妈妈说的：我的伊万长大了。同时，这也是他妈妈的一个成长。在戏外，黄老师会有她的成长，我也会有我自己的成长。比如我就希望自己能做到像我妈说的那样，可以减少一些工作，多点时间去陪陪他们。

Q：拍电影的过程我为什么很享受，就是因为每一部电影都可以带给我成长。戏里面的伊万已经成长了，就像最后他妈妈说的：我的伊万长大了。同时，这也是他妈妈的一个成长。在戏外，黄老师会有她的成长，我也会有我自己的成长。比如我就希望自己能做到像我妈说的那样，可以减少一些工作，多点时间去陪陪他们。

Q：拍电影的过程我为什么很享受，就是因为每一部电影都可以带给我成长。戏里面的伊万已经成长了，就像最后他妈妈说的：我的伊万长大了。同时，这也是他妈妈的一个成长。在戏外，黄老师会有她的成长，我也会有我自己的成长。比如我就希望自己能做到像我妈说的那样，可以减少一些工作，多点时间去陪陪他们。

Q：拍电影的过程我为什么很享受，就是因为每一部电影都可以带给我成长。戏里面的伊万已经成长了，就像最后他妈妈说的：我的伊万长大了。同时，这也是他妈妈的一个成长。在戏外，黄老师会有她的成长，我也会有我自己的成长。比如我就希望自己能做到像我妈说的那样，可以减少一些工作，多点时间去陪陪他们。

Q：拍电影的过程我为什么很享受，就是因为每一部电影都可以带给我成长。戏里面的伊万已经成长了，就像最后他妈妈说的：我的伊万长大了。同时，这也是他妈妈的一个成长。在戏外，黄老师会有她的成长，我也会有我自己的成长。比如我就希望自己能做到像我妈说的那样，可以减少一些工作，多点时间去陪陪他们。

Q：拍电影的过程我为什么很享受，就是因为每一部电影都可以带给我成长。戏里面的伊万已经成长了，就像最后他妈妈说的：我的伊万长大了。同时，这也是他妈妈的一个成长。在戏外，黄老师会有她的成长，我也会有我自己的成长。比如我就希望自己能做到像我妈说的那样，可以减少一些工作，多点时间去陪陪他们。

Q：拍电影的过程我为什么很享受，就是因为每一部电影都可以带给我成长。戏里面的伊万已经成长了，就像最后他妈妈说的：我的伊万长大了。同时，这也是他妈妈的一个成长。在戏外，黄老师会有她的成长，我也会有我自己的成长。比如我就希望自己能做到像我妈说的那样，可以减少一些工作，多点时间去陪陪他们。

Q：拍电影的过程我为什么很享受，就是因为每一部电影都可以带给我成长。戏里面的伊万已经成长了，就像最后他妈妈说的：我的伊万长大了。同时，这也是他妈妈的一个成长。在戏外，黄老师会有她的成长，我也会有我自己的成长。比如我就希望自己能做到像我妈说的那样，可以减少一些工作，多点时间去陪陪他们。

Q：拍电影的过程我为什么很享受，就是因为每一部电影都可以带给我成长。戏里面的伊万已经成长了，就像最后他妈妈说的：我的伊万长大了。同时，这也是他妈妈的一个成长。在戏外，黄老师会有她的成长，我也会有我自己的成长。比如我就希望自己能做到像我妈说的那样，可以减少一些工作，多点时间去陪陪他们。

防控疫情 从我做起

今天你宅了吗？

不串门、不聚会，宅在家里平安过年。

