

文/羊城晚报记者 艾修煜 实习生 黄伊羚

近日,电视剧《180天重启计划》在湖南卫视、芒果TV双平台播出。该剧改编自同名小说,由李漠执导,讲述了28岁的顾云苏(周雨彤饰)经历失业、失恋的双重打击后选择回家找妈妈,然而48岁“叛逆”母亲吴丽梅(吴越饰)却坚持要为二婚丈夫高龄生子。阴差阳错下,顾云苏成了母亲的贴身护工,二人在重组家庭中上演了一出温暖治愈的亲情故事。

近日,周雨彤接受羊城晚报等媒体采访,畅谈拍摄幕后和该剧给自己的生活与心态带来的启发和影响。



周雨彤

周雨彤感悟亲情:《180天重启计划》中分饰「反套路」母女 总不说「爱」,我们会忘记如何表达

A “情绪爆发戏不能旱地拔葱”

周雨彤在剧集中饰演了顾云苏和青年时期的吴丽梅两个角色,一个是女儿,一个是年轻时的母亲。如何把握这两者的性格特征,演绎出母女两人相似之处和不同之处,是周雨彤需要思考的问题。

羊城晚报:同时出演吴丽梅和顾云苏两个角色,对你来说有困难吗?不少观众反馈,你演的吴丽梅很多小细节都“神似”吴越,你是怎么做到的?

周雨彤:对于演员来说,身份上的转换是有点儿困难的,因为我要根据角色,改变自己的视角,改变自己的心态。演青年吴丽梅时,我要忘记顾云苏,还要忘记中年吴丽梅,是有一点点分裂的。

过程中,越姐给了我很多帮助,她一直让我放松,在心灵上给我“马杀鸡”。越姐特别形象生动地总结了这两个角色,她认为,顾云苏是架大提琴,气质是全然放松的;吴丽梅是架钢琴,“噔噔噔噔”,每一声都很脆。她的话一下子就把我的点醒了。

拍这段戏时,我很忐忑,很紧张,因为那时候刚开机不久,一上来就要演一个情绪这么炸、这么爆发的戏,我也比较有压力。

我觉得这一段演出能让大家有共鸣,可能也是因为现在大家压力很大,但没法“疯”出来,可能吴丽梅替大家发泄出来了,大家就觉得很爽。能帮大家疏解一些压力挺好的,如果大家愿意的话,也可以自己在家演一演,舒舒服。

羊城晚报:剧中类似情绪爆发的戏还有很多。在表演上,你觉得这类戏有什么讲究?

周雨彤:情绪爆发的戏份,我觉得没有那么难演,只是比较耗费体力。比较需要注意的点就在于,“爆发”之前自己需要找到足够的心理支撑,不能平地起高楼,旱地拔葱。所以,开拍前,我会稍微去想一下人物的情绪点是怎么堆起来的,就像唱歌一样,情绪是怎么递进到高潮上的。

羊城晚报:你觉得母女二人之间最相似和最迥异的点分别在哪里?

周雨彤:最相似的地方是,她们都勇敢地为自己人生的每一次决定买单,虽然有些任性,有些不成熟,但是她们都足够笃定。最大的不同,我觉得是年代不同,所以她们的经历际遇不一

样,可能吴丽梅更加柔情、温和,顾云苏可能就会更加“炸毛”,更加直接。

羊城晚报:剧中,吴丽梅扔掉工牌,“发疯离职”的片段在各个平台上都很出圈。很多网友说在这个片段里看到了自己的精神状态,找到了“互联网变身”“离职模板”。

周雨彤:这场戏,我拍完后头疼了很长时间。吴丽梅很不容易,离婚后,她为了女儿,为了工作,一直低声下气的。当周遭人伤害到女儿时,她的心理防线彻底崩溃了,这是压倒她的最后一根稻草。我当时是非常心疼丽梅的,人如果能体面的话,谁不想体体面面的?谁愿意发疯呢?

拍这段戏时,我很忐忑,很紧张,因为那时候刚开机不久,一上来就要演一个情绪这么炸、这么爆发的戏,我也比较有压力。

我觉得这一段演出能让大家有共鸣,可能也是因为现在大家压力很大,但没法“疯”出来,可能吴丽梅替大家发泄出来了,大家就觉得很爽。能帮大家疏解一些压力挺好的,如果大家愿意的话,也可以自己在家演一演,舒舒服。

羊城晚报:剧中类似情绪爆发的戏还有很多。在表演上,你觉得这类戏有什么讲究?

周雨彤:情绪爆发的戏份,我觉得没有那么难演,只是比较耗费体力。比较需要注意的点就在于,“爆发”之前自己需要找到足够的心理支撑,不能平地起高楼,旱地拔葱。所以,开拍前,我会稍微去想一下人物的情绪点是怎么堆起来的,就像唱歌一样,情绪是怎么递进到高潮上的。



周雨彤、吴越携手饰演母女

B “十年北漂经历助我演好打工人”

从《我在他乡挺好的》到《爱情而已》《春色寄情人》,近年来,周雨彤出演高口碑影视作品,以爱情与职场双线并重的都市剧为多。在《180天重启计划》中,职场话题同样出彩。

羊城晚报:剧中,顾云苏两次辞职。第一次,在酒会上辞职后,顾云苏一夜反悔,想方设法继续“苟”在公司里;第二次辞职,顾云苏义无反顾。这两次辞职,顾云苏心态上发生了怎样的转变?如何理解顾云苏口中“不是我自己挣的,我一样都不要了”这句话?

周雨彤:我觉得第一次辞职是“鲁莽”,第二次辞职是“真的累了,想开了”,她想让自己的人生重启,于是先按下职场暂停键,再重启。我觉得“不是自己挣的,我一样都不要了”既是顾云苏的人生宣言,也是吴丽梅的人生宣言。

顾云苏曾亲眼见证她的妈妈作为一个家庭妇女,被家务琐事消磨掉了光彩,毅然放弃一切,离家出走的全过程。所以,在顾云苏的心中,要想得到全然的自由和幸福,必须要有自我认同感,必须依靠自己实现社会价值,而不是外部的人和事。

羊城晚报:顾云苏对家庭和母亲很依恋,又强调独立自主,这种心态对于年轻女性来说很常见。你如何看待现代女性在“恋家”和“独立”之间的摇摆?

周雨彤:我觉得家是顾云苏的底气,她愿意回家,家是她重

新出发的一个锚点。借着母亲高龄怀孕的契机,她回到了这个温暖的家,也给自己制订了陪产180天计划,做自己真正想做的事。我觉得家像她的一种依托,像一个特别大的手掌,稳稳地把她托住了。

羊城晚报:从《我在他乡挺好的》到《180天重启计划》,不少观众认为你和职场剧的适配度很高。在出演职场女性和职场戏时,你有什么特别的方法或小妙招吗?

周雨彤:很感谢观众认为我很适合演职场剧。我在北京待了也有小十年了,我认识很多朋友的朋友,比如说有全职妈妈、朝九晚五的上班族、艺术行业从业者,也有做金融行业的朋友……我觉得他们给我带来很多真实的感受。他们会跟我分享他们的经历,不拍戏的时候,我也很喜欢跟他们在一起相处、旅行。这些都能在演职场戏时给我启发吧。

羊城晚报:如果现实生活中你也面临类似顾云苏遭遇的职场挑战,你会如何制订自己的“重启计划”?

周雨彤:生活中,我不是一个喜欢制订计划的人。通常,一些事情发生了,我总是要先去经历它,感受它,承认它,最后才能放下它。我要在内心里“循环循环再循环”,然后才能收拾好自己的情绪,往下一步走。所以,可能我是“先有感受才能有行动”的那种人。



▲周雨彤饰演青年吴丽梅

▶周雨彤、吴越饰演母女不求形似但求神似

▶顾云苏一家三口

歌手方大同因病去世

病中仍不懈创作,享受生活

羊城晚报讯 记者龚卫锋报道:中国知名唱作歌手方大同,享年41岁。

方大同的经纪公司“赋音乐FUMUSIC”称:“他以积极态度与疾病抗争了五年后,于2月21日早晨平静离世。”方大同长期受健康问题困扰,曾因气胸(爆肺)多次住院。

2024年10月,方大同发行新专辑《梦想家The Dreamer》,被描述为“面对健康挑战的解脱方式”。其中的嗓音变化和创作心境都反映出疾病对他状态的影响。但是,在此过程中,方大同没有停止创作,更发文形容《梦想家The Dreamer》是一张“病中专辑”:“因为它是在我生病的不同阶段录制的。对于我在当时的状况来说,既是一个挑战,也是一种从单调境况中解脱的方式。我记录了大量的笔记、想法、歌曲结构和歌词,并在自己身体状况能容许的情况下,逐步完成。虽然我的身体状况已经有了长足的改善,但要完全康复还需要一段时间。生活中我们都会面对挑战,但无论如何,让我们继续拥有梦想。希望大家听得开心!”

2019年,羊城晚报记者曾专访方大同。当时,他到广州为“TIO灵心之子”

母女都是很会表达感情的,如顾云苏给妈妈写作文。我本人小时候也是,很爱给我妈写纸条,我妈也喜欢给我留言。可是,长大之后,顾云苏走向社会,妈妈也重组家庭了,交流和沟通就少了。那一旦不沟通,两个人就容易对彼此产生误解,双方会说一些话伤害彼此。作为演员和观众,我们当然知道两个人的很多话是不妥的。可是站在推动剧情、推动人物关系,体现角色成长的角度,这种伤害是必要的,没有这个伤害,人物就没有办法成长。”

羊城晚报:小时候,顾云苏与母亲的关系亲密无间,令人艳羡。但是成年后,二人的感情变得复杂且充满矛盾。不少观众站在顾云苏的角度上,非常心疼她——母亲再婚又要高龄生子,确实容易给她造成一种“成为外人”和“被抛弃”的感觉。分饰两角的你如何理解母女二人的关系?

周雨彤:我觉得苏苏跟妈妈一直都是非常相爱的。好多观众纳闷,为何小时候母女俩的关系那么好,长大了之后就变得鸡飞狗跳了?

在我看来,两个人最大的问题是沟通。不是说,长大了,母女就不相爱了,而是在小时候,

羊城晚报:剧中有许多台词都很戳人,比如那句“每个母亲都有自己的女儿收拾”,你如何理解这句话?

周雨彤:我非常理解和认同

这句台词。我觉得母女关系是非常深情又复杂幽微的一种羁绊——她们是如此的相像,又害怕彼此的相像。这种“像”,让她们看到对方就像看见自己。很多时候,人最接纳不了的恰恰是自己。还有很多母亲,既怕孩子成为自己,踩过自己踩过的坑,又怕孩子完全不像自己,所以,母女情是微妙的。

羊城晚报:拍完这部剧,你对亲情是否有了新的体悟?

周雨彤:我以前是一个很排斥跟家里人吵架的人,我最爱去哄哄我的母亲。但是拍完《180天重启计划》后,我有的时候也敢“怼”她了。这种“怼”不是恶意的,是因为我不想表面的和平,我觉得有些话必须说出来。哪怕她有火,她跟我撒出来,咱们俩热热闹闹地把这件事聊一聊,也好啊!第二天又是“你爱我,我爱你”了。我觉得这是我拍完《180天重启计划》后一个挺棒的收获。

彩票开奖公告栏

开奖时间:2025年3月1日

排列3排列5		第25050期	
排列3	5	7	0
排列5	5	7	0
全国销量(元)	7296	242	1040
广东省投注额(元)	209714	0	346
单注奖金(元)	27800	954	173
排列5直选	51652378	150	100000
排列5组选3	23146550	150	100000

23226885.44元奖金滚入下期排列3奖池。

30514022.58元奖金滚入下期排列5奖池。

本期兑奖截止日期为2025年4月30日,逾期作弃奖处理。

超级大乐透 第25021期

前区号码 后区号码

25 10 35 30 18 12 03

本期中奖情况

奖级 中奖注数 单注奖金(元) 应派奖金合计(元)

一等奖 基本 7 10000000 70000000

二等奖 基本 115 117927 13561605

三等奖 39 94341 3679299

四等奖 275 10000 275000

五等奖 1311 3000 3933000

六等奖 23745 300 7123500

七等奖 34904 200 6980800

八等奖 48410 100 4841000

九等奖 958137 15 14372055

合计 9175909 5 45879545

本期全国销售金额:335200766元

112359303.02元奖金滚入下期奖池。

本期兑奖截止日期为2025年4月30日,逾期作弃奖处理。

广东省体育彩票中心 广东省福利彩票发行中心 授权发布

广东省体育彩票中心 广东省福利彩票发行中心