



《好好说话》中饰演人民调解员

“古装佳公子”陈晓 当上中年“和事佬”

羊城晚报记者 艾修煜

由杨栋执导，郝戎、相月红编剧，陈晓、王晓晨、王耀庆、曾黎等主演的都市情感剧《好好说话》正在湖南卫视金鹰独播剧场热播。剧中，陈晓首度尝试出演外冷内热的民生调解节目主持人，他在不断解决各类矛盾纠纷的过程中也逐渐解开了自己与母亲的心结，最终投身司法系统，蜕变为一名真正的人民调解员。

近日，陈晓接受了羊城晚报等媒体的采访，畅谈了拍摄体会，他表示：“这是一部让我自己比较欣慰、比较满意的作品，希望《好好说话》能让大家看到一个不一样的陈晓。”

4月25日起

湖南卫视&芒果TV 每日20:00 双平台独播

谈角色：人物性格挺复杂，案例足够接地气

孤僻高傲、人到中年、事业瓶颈、后辈虎视眈眈、原生家庭创伤悬而未决……剧中，陈晓饰演的杨光非但没有主角光环，反而面临重重人生难题。

陈晓坦言，年届40岁的杨光是自己首度饰演的中年人形象，角色类型是他此前从未遇到过的，这给他带来了全新的创作体验，也是促使他接下这部戏的原因。“我觉得人物的切入点非常吸引我”，陈晓表示，“杨光是一个面对中年危机的过气民生调解节目主持人，这是我之前完全没有尝试过的角色类型，这一点很吸引我。他的性格比较复杂，外表孤傲冷漠，好像已经对生活失去了信心和希望，但内心又总有一腔热血无处投放。另外，剧中杨光经手的每一个调解案例都很接地气，让人看了以后觉得这就是会发生在日常生活中的事情。”

陈晓表示，杨光和自己以往饰演的角色的不同之处还在于阅历和年龄感，“他是一个有经历的男人，角色的设定和我是有年龄差的，再加上我也不可能有杨光那么多阅历，所以我要尽量去找角色的感觉，尽量贴近角色。”

在调解工作之外，杨光个人的生活经历成为该剧叙事的另一条线索——离家多年的母亲张文意欲要回房产一事，引出了杨光特殊的家庭关系，揭开了他童年的心理创伤，也推动了杨光与律师廖望（王晓晨饰）

的交集，并引发后续的种种转折。过程中，杨光逐渐理解了母亲，对她的态度也开始慢慢转变。陈晓表示人物的成长是缓慢的，因而自己采取尽量收敛的方式，去展现人物的变化：“尽量不去做刻意处理，有的时候，前前后后一点点变化就足够了。”

最终，全身心投入调解一个个“疑难杂症”的杨光在不断帮助别人的过程中也治愈了自己，陈晓总结：“在我看来，杨光是一个曾经被留在灰烬里，又一步步走出灰烬，去拥抱阳光的角色。”谈及剧中让自己印象最深刻的一场戏，陈晓亦毫不犹豫地表示是杨光的蜕变：“拍到快尾声的时候，有一场戏是讲我放弃了主持人的职业，回归到司法系统担当一名真正的人民调解员。从角色来讲，杨光慢慢发现在这个社会当中，每个人都有他的职能，他发现人民调解员的这个身份更加适合自己，他找到了属于自己的一片事业新天地。”

从《宫锁珠帘》《陆贞传奇》到《神雕侠侣》《那年花开月正圆》，以往陈晓给观众留下深刻印象的角色大多集中在古装剧领域。对他来说，拍摄现实题材剧和古装剧有没有难易之分？陈晓回答：“我觉得从题材来讲，不存在哪个更难拍，主要是看人物。有的人物更复杂一些，有的人物稍微简单，有的人物体量比较大，有的人物跨度比较大，这样就会难一些。”

谈感受：跟着角色学沟通，换位思考最重要

跟着角色学沟通，换位思考最重要

《好好说话》中，剧组借“杨光为节目找案例”为由头，将多个社会热点话题结合在一起，对离婚不离家、孩子教育、夫妻生育问题、房屋拆迁、婆媳纠纷、环境污染、青年创业等社会话题进行了讨论。

例如，“90后网红小夫妻离婚案”聚焦了当下年轻人的婚恋现状，婚前海誓山盟恩爱甜蜜的他们，婚后却因“打游戏”“买口红”“追星”等诸多琐事争吵不断；“婆媳争产案”中，在丈夫不幸遇难后，媳妇万春梅和婆婆梁老太在遗产和子女抚养权的问题上都不肯退让，两人之间积压的矛盾和不满情绪爆发了……对此，陈晓点赞道：“我觉得《好好说话》里的案件还是比较生动真实的，也聚焦了很多普通人的故事，能够让我们明确感受到一名调解员的不易。”

陈晓坦言，他在现实生活中也不擅长面对各种家长里短和人际沟通，“正好借这次拍摄机会，跟着戏里的调解员杨光学习一些沟通技巧，多替别人着想，多替别人分担。”

对于调解工作和人民调解员这一职业有了全新认识，也是陈晓拍摄此剧的一大收获：“坦白说，开拍之前我并不了解‘人民调解员’这一职业，后来，一是通过剧组的人给我们讲解，还有拍摄过程中有真实的调解员给我们上课，通过近距离的接触，逐渐明白他们的工作非常的不容易，同时也在思考调解员工作的意义到底是什么。我觉得不管是节目主持人、人民调解员，还是作为一个普通人，在现实生活中都应该去承担一份调解员的工作。只有每个人都行动起来，让身边每个人都能够好好说话，大家才能生活得更加和睦。”

如今，对于“好好说话”和“沟通”，陈晓有哪些心得可以分享？他表示：“说话是每个人都会的，如何去‘好好说话’，我觉得更多的不是口才的问题，而是我们有没有一份站在别人的角度考虑问题的心。倘若能够放下自己一些固有的观念，尝试站在别人的角度、多维度去切入一个问题的话，可能会发现事实跟自己原本看到的景象是不一样的。”

“会唱歌的中医”郭强中： 抛砖引玉吸引更多人创作中医歌曲

羊城晚报记者 胡广欣

“最佳中医歌曲专辑”。

郭强中是一名中医医师。他在2014年左右开始尝试音乐创作，并以一首《奔跑吧！中医》成为中医圈子里的红人。这些年来，郭强中一边当中医、一边写歌唱歌，目前已经累积了不少作品。如今，他欣喜于有更多人加入到中医歌曲的创作中，“需要有人去表达中医从业者的想

法，我不过是抛砖引玉的那块‘砖’，希望有更多、更好的中医歌曲出现并且流行起来，为中医文化的推广和振兴助力”。

用音乐表达中医从业者的心声

谈及创作中医歌曲的初衷，郭强中表示：“我学习了20多年中医，对中医文化有着深厚的感情，从事中医师这个职业也积累了很多体会。我发现很少人为中医写歌，那我就试一试。”

他的代表作《奔跑吧！中医》节奏明快、朗朗上口，歌词让业内人士会心一笑。比如，歌曲开端的Rap部分由中药的方剂歌诀改编而成，歌词中“手指下的春秋谁能明了，脏腑中的春秋谁能通晓”“药柜中的香味闻过没有，自己开的处方尝过没有”等语句则反映出中医从业者的心声。郭强中透露，这首歌的创作完全是有感而发：“我想还原那些跟我一起奋战的中医前辈、同事和后辈，把我们每天的经历和感受都写出来，这是其他人所难以了解到

的。”这首歌在中医圈子里迅速走红，“很多同行、教授听到这首歌之后都给我发来贺电，说这首歌让他们很有共鸣。当时我就觉得中医的从业者都是渴望被更多人所了解和理解的，应该创作更多这样的歌曲。我以业内人士的角度写中医，能写出跟其他人不一样的感觉”。

《奔跑吧！中医》为郭强中打开了音乐的大门。这几年，他陆续创作了不少以中医学为主题的歌曲，针灸、把脉、药膳汤等都被他写成了歌。在“岐黄之光”原创中医歌曲云上发布会上，郭强中首次表演了他的最新创作《中医嗨起来》。他表示，希望这首歌能够在各大晚会、KTV聚会中得到广泛传唱：“这首歌很接地气，也很能调动现场气氛。希望大家听歌的时候能够跟着音乐一起摇摆，嗨起来！”

用音乐传达中医文化魅力

郭强中坦言，自己并非专业音乐人，做音乐全靠自己一点

的。”这首歌在中医圈子里迅速走红，“很多同行、教授听到这首歌之后都给我发来贺电，说这首歌让他们很有共鸣。当时我就觉得中医的从业者都是渴望被更多人所了解和理解的，应该创作更多这样的歌曲。我以业内人士的角度写中医，能写出跟其他人不一样的感觉”。

《奔跑吧！中医》为郭强中打开了音乐的大门。这几年，他陆续创作了不少以中医学为主题的歌曲，针灸、把脉、药膳汤等都被他写成了歌。在“岐黄之光”原创中医歌曲云上发布会上，郭强中首次表演了他的最新创作《中医嗨起来》。他表示，希望这首歌能够在各大晚会、KTV聚会中得到广泛传唱：“这首歌很接地气，也很能调动现场气氛。希望大家听歌的时候能够跟着音乐一起摇摆，嗨起来！”

既要传播中医文化，又要接地气，更要悦耳动听，中医歌曲的确是门学问。目前，郭强中仍在努力探索中，他得到了广东知名音乐人陈洁明的指导和帮助，让中医歌曲在音乐品质上更上一层楼。他期待未来有更多人加入到中医歌曲的创作和演绎中：“中医歌曲始终是一个小众品类，如果我不唱，可能就更没



郭强中

人会唱了。但一个人的能力是有限的，我希望我能成为一个样板，吸引更多的朋友、更多的同行来参与这件事。”

郭强中的努力得到了社会的响应。在首届“岐黄之光”原创中医歌曲云上发布会上，共有60首由社会各界人士创作的中医歌曲的词曲进行了发布。师承中心主任韩爱忠表示，本次活动由音乐界和中医界的专家名家担任指导，歌曲的科学性和音乐性都得到保证。接下来，师承中心将对这些歌曲进行进一步的制作和推广，包括录制、拍MV等。

韩爱忠看好中医歌曲的发展，由他作词的歌曲《师承当报国》甚至已被一些高校的舞蹈队编成舞蹈，得到广泛传播。他还透露，师承中心接下来将推动中医与雕塑、篆刻、美食等形式的结合，“形成中医文化大浪潮”。



张含韵、李纯、王菊(左起)出席开机仪式



↑陈晓饰杨光



↑王耀庆饰李恒基

电影版《爱很美味》开机

李纯 张含韵 王菊 全员回归

由陈正道、许肇任执导，沈洋、易帅婕编剧，李纯、张含韵、王菊领衔主演的都市爱情轻喜剧电影《爱很美味》于5月11日正式开机。两位导演、三位女主出席了开机仪式。版剧全员回归，更有全新角色登场。

电影《爱很美味》的剧情是2021年黑马之作同名都市女性群像爱情喜剧的延续，讲述了在大都市打拼的三人闺蜜团：对爱情挑剔的完美主义美食博主刘净（李纯饰）、为情所困的离异主播方欣（张含韵饰）、能力出色的职场女强人夏梦（王菊饰），经历了一系列爱情、事业、家庭的风波后，彼此鼓励，相互扶持，共同成长的故事。三闺蜜各自鲜明的特点和迥异的个性，让许多观众都从她们身上看到了自己的影子。

电影《爱很美味》将延续剧集的“反套路”主角人设和“不悬浮”的剧情，以一个又一个的美食为切口，去呈现恋爱和美食的结合所产生的化学反应，表现当代女性的现实生活。

电影《爱很美味》有望今年与全国观众在大银幕上见面。（丁克）