

秦海璐：我没有白杨那么勇敢

在热播剧《做自己的光》中，秦海璐饰演的节目制片人白杨是一个专心搞事业的职场女强人。干练的气质、优雅的谈吐、雷厉风行的个性，让秦海璐与这个形象十分适配。秦海璐说：“白杨真的是一将能抵百万兵，她跟我以前演的霸道女总裁、女企业家角色有相似之处，也有不同的地方。对我来说，细节的拿捏和处理会不一样，我也花费了一些时间去揣摩。”

《做自己的光》播出之后，白杨引发了观众的热议。喜欢她的观众认为白杨信仰坚定，对事业有着自己的底线和追求。但也有一部分观众觉得，白杨一心追求理想，习惯于用自己的标准要求别人，多少有些缺乏人情味。对此，秦海璐表示，这其实既是白杨的闪光点，也是她最让人心疼的地方。“白杨总是按照自己的理想和要求，一个劲儿地往前冲。我觉得老板如果雇到这么一个员工，应该会很开心，因为她极其稳妥。但如果是下属遇到这么一个领导，可能会压力巨大，因为你不敢出错。”秦海璐表示，也正因为这种“铁面无私”的个性，才会让白杨遭受各种各样的声音，“我有时候也挺能折腾的，但我可

能没有她那么‘敢’”。

在《做自己的光》中，白杨的感情线也是一大看点。在秦海璐看来，与何欢相比，白杨在感情上可能略显“迟钝”，但这并不意味着她不向往爱情。“没有人不期待爱情，白杨对爱情也是向往的，只能说事业在她生命中的比重更高一些。”秦海璐说道：“而且她身边一直有爱情，只是她没有察觉而已。反过来说，也正因为这个人一直都在，她才会那么义无反顾地去拼事业。”

戏里，秦海璐总给人一种与生俱来的职场精英范儿。此番在《做自己的光》中演绎的白杨，在秦海璐看来，虽然说都是女强人，但是归根结底还是有些不一样的。“你要问我有没有难度，可能还真没有。但你说能不能跟过去的角色演出一些不同的地方，我觉得是可以的。”秦海璐坦言，作为专业演员，根据不同的角色调整自己的状态是基本素养，每个角色都有很多细节上可以揣摩的东西。

随着《做自己的光》的热播，女性职场的相关议题再度引发观众热议。剧中，何欢、白杨都是年过30的都市女性，面对着职场、家庭、婚姻等各种各样的压力。在秦海



璐看来，任何年龄的女性都有自己与众不同的魅力，“青春有青春的展现，30岁有30岁的风姿，40岁后会更优雅，每个年纪都有不同的风韵，都值得你去好好品味。”秦海璐表示，随着年龄和阅历的增长，自己如今的心态也更加坦然，未来不管是生活还是工作都会自在随心。

据网易娱乐

断刀客

炼锋号铸刀厂大弟子定安被师父选为继承人，后来他知晓了父亲惨死于马贼恶汉飞龙刀下，大殿供奉的断刀正是亡父的遗物。定安带断刀出走，师父女儿向灵为爱而追寻，却被马贼所掳，定安舍身相救时右手竟不幸被斩落下山崖。断手后定安自思报仇无望，本想就此退隐江湖，不料又拾得半本绝世刀谱，于是决心秘密练习刀为父报仇。可又因刀谱残缺无法练成，最后定安苦思之后自创独臂断刀刀法，他能否救得了危难中的炼锋号并手刃杀父仇人飞龙？

中央电视台(六套)20:06播出

生财有道

松涛林海之间

门源百里油菜花海是国内开花最早的油菜花胜地，东部的仙米国家森

林公园是省内面积最大的天然林区，自然风光迷人。

健康之路

疾病的另一面(四)

甲亢的很多早期症状较为隐蔽，视力模糊、多食消瘦、月经不调

等，很容易与其他疾病混淆，专家为我们揭示甲亢治疗这些伪装背后的真实疾病。

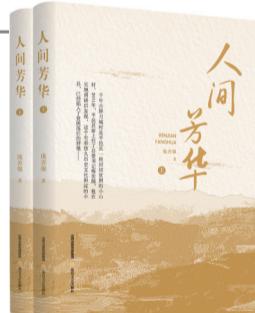
法律讲堂

谁在诋毁我

通过两例因冒犯他人而引发的案

件，分别介绍了名誉权侵权，以及网络侵权责任等相关法律知识。

连载



123 人间芳华

山西出版传媒集团 北岳文艺出版社 庞善强 著

梅奕瀚听了梅思雨的一席话，不禁又陷入沉思。

梅思雨又说：“我们军校的指导员说过，困难就是一把双刃剑，你软它就硬，你硬它就软。我就问你，你是打算迎难而上，还是咏叹着‘力拔山兮气盖世’而坐等？”

“你看你养的那个小丫头，嘴还刁得很。”梅奕瀚看着祝彤，不禁笑出声来。

祝彤恰到好处地微微一笑，说：“思雨的话有些道理。你不能再坐等‘摘帽’的事了，而是要主动出击，突破‘四面楚歌’，去省里再跑一跑。”

“我正有这个打算。这次回去陪爹妈呆两天，之后就去省里。”

祝彤又说：“咱爹妈的岁数大了，你劝两位老人，今年开春别再种地了。”

“我劝也不顶用，土地就是他们的命

根子。要不你劝一下试试？”

梅怀宇和老伴早安顿好了过年的东西，有金城熏肉、四喜丸子、扒肉条、面食甜点牛腰等。最抢眼的是，一口大锅里的卤汤中还在熬煮着一颗色香味俱全的猪头。

梅思雨早将一个牛腰抓在手里，惊讶地说：“哇，这美食也太好看了吧。”说着，她便咬了一大口，含含糊糊地说，“好吃，真好吃。”

梅奕瀚说：“这是咱们金城老百姓过年必备的美食牛腰，象征着团圆圆、美满幸福。其起源于清代中期，制作工艺相当复杂。”

祝彤点了点头，她指着锅里的猪头说：“这个有什么讲究？”

“你可别小瞧了这猪头，它的学问可

大了。中国自新石器时代的半坡人陶器上便有猪面纹，由此而发展为春秋时期青铜器上的饕餮纹。数千年之后，国人对于猪头所承载的文化情感不仅没有衰减，反而衍生出诸多美好的祈求与夙愿，尤其是以苏东坡的一首《猪肉颂》成为千古佳话。桑干河流域是新石器人类文明的发祥地，自然少不了有关猪头的民俗文化。在咱们当地，每当冬至前人们便买好了熬年夜时必备的猪头，要选猪头皱纹如寿字形的，称之为寿头猪首，有长寿纳福之意。”

梅怀宇说：“你们赶快上炕吧，待会儿要吃年夜饭了。”

“思雨，你爱吃啥，奶奶再给你做。”梅奕瀚的母亲问。

“我爱吃我爸说的那个抿滴溜儿，那东西光光的滑滑的，它一进嘴，自个儿就会钻到肚子里。”

“这大过年的，谁家吃那东西。好好好，你想吃，奶奶明天给你做。”

祝彤说：“妈，您别惯着她。我想和您说件事，您们已经70多岁的年纪了，今年就别种地了。”

“妈和你爹的身体还好，不种地心里慌得很。没事的，你们忙你们的工作，别

担心我们。”

祝彤看了眼梅奕瀚，不禁摇了摇头。梅奕瀚说：“我去把谷雨、二猴、倪东升他们叫来，大家一起过年多好。对了，还得把村东的郑二爷和村南的四奶奶请来，他们都是孤寡老人，这大过年的，一个人呆在家里孤单得很。”

“我早通知他们了，我知道你每年过年回来，都会把他们请到家里来。”梅怀宇说。

天已经黑了下来，院里的红灯笼早亮了起来。不久，郑二爷、四奶奶、谷雨、二猴、倪东升都陆续赶来，屋子里顿时热闹起来。这天晚上，梅奕瀚的心里只有亲情与友谊，他与谷雨、二猴、倪东升四人喝着酒，追忆着童年乐趣，不觉到了午夜点旺火燃烟花的时候，众人走出门外，欣赏着天空绽放的美景。

初一上午，天空开始飘起了雪花。梅奕瀚领着祝彤和梅思雨走街串巷，去给村里的长辈们拜年，他边走边说：“老百姓有句俗语：初一雪打灯，一年好收成。看来，今年又是一个好年份。”

“这一下雪，怕是咱们回不去了，明天我们还要去给姥姥、姥爷拜年。”梅思雨说。



★中央电视台(一)

20:06 特约剧场
22:34 典籍里的中国

★中央电视台(三)

19:30 开门大吉
20:57 幸福账单
21:50 艺览天下

★中央电视台(五)

18:00 体育新闻
18:35 天下足球
21:35 体育世界

★中央电视台(六)

18:22 故事片：
少侠班
20:06 故事片：
断刀客
22:22 译制片：
无耻混蛋(美国)

★中央电视台(八)

19:30 黄金强档剧场：
潜行者
21:30 经典剧场：
莲花楼

★中央电视台(十)

19:42 自然传奇
20:10 探索·发现
21:20 大师列传
22:55 解码科技史

★中央电视台(十二)

18:50 法律讲堂
19:22 一线
20:05 天网
20:37 道德观察

★重庆卫视

19:33 剧场：
梦华录

★辽宁卫视

19:35 剧场：
不惑之旅

★吉林卫视

19:35 剧场：
八零九零

(节目如有变动，以当天播出为准)