

娜扎：能在角色中看到自己的影子

娜扎、陈晓主演的电视剧《无与伦比的美丽》正在热播中，剧中娜扎饰演的余佳恩被观众点赞为“人间清醒”“互联网嘴替”。

剧中的余佳恩开场就遭遇“失婚+失业”的双重打击，在而立之年站在了人生的分岔路口，“1/4人生危机”来得猝不及防又沉痛无比。娜扎坦言，时常能在余佳恩的身上看到自己的影子，这份“感同身受”是她接下这部剧最重要的原因之一。

娜扎2011年考入北京电影学院表演系，那一年她19岁。从只身一人来到北京求学，到在这座大都市里追逐自己的梦想，娜扎笑称自己其实也是一名“北漂”。也正因此，剧中余佳恩的那些孤独无助的时刻，自己会更有共鸣。“我很理解她的难处，她面临的是大多数在异乡打拼的人都会遇到的难题。与此同时，我也很钦佩她的韧劲和勇敢。她总是把痛苦藏在心底，展现给别人的都是坚强勇敢、无坚不摧的样子。”

相似的经历，也让娜扎在表演上更加从容。娜扎直言，塑造余佳恩这个角色，

甚至都不需要过多技巧，要做的只是放下杂念，去设身处地地站在她的角度考虑问题。“真诚永远是必杀技，这部剧本身就离我们的生活特别近，我只需要用心去感受，用心去诠释便好。”

余佳恩在剧中可谓“网络嘴替”，贡献了不少爆火台词。而据娜扎透露，包括余佳恩在内，《无与伦比的美丽》中主要角色都采用的是原声台词。“导演在开拍前反复强调，‘这部剧只要台词成了，就几乎成了’，所以我会台词上下比较大的功夫，每天只要有时间就埋头背台词。”娜扎表示，这段时间也在同步追剧，很欣慰努力能被观众看到，但也看到了自己在台词、表演各方面更多提升的空间。

实际上，生活中的娜扎并不像余佳恩那么“犀利”。虽然骨子里都很要强，但是娜扎表示自己个性会稍微柔和一些，嘴皮子也没有那么溜。“追剧的时候真的很过瘾，余佳恩确实太能说了。我希望自己也多向她学习，这样我吵架就再也不会输了。”娜扎笑着说。

据网易娱乐



今晚电视

★中央电视台(一)

20:06 特约剧场
22:34 开讲啦

★中央电视台(三)

19:30 夏日星光夜
20:57 星光大道
21:38 我的艺术清单

★中央电视台(五)

18:00 2023年世界田联
钻石赛布鲁塞尔站
20:35 2023年乒乓球锦标
赛决赛

★中央电视台(六)

18:00 故事片：
危城
20:10 故事片：
醉拳3
22:22 译制片：
米卡
(摩洛哥/法国)

★中央电视台(八)

19:30 黄金强档剧场：
骄阳伴我
21:30 经典剧场：
蜂巢

★中央电视台(十)

18:54 味道
19:42 自然传奇
20:10 探索·发现
21:20 地理·中国

★中央电视台(十二)

18:50 法律讲堂
19:22 现场
20:05 心理访谈
20:37 道德观察

★重庆卫视

19:33 剧场：猎狐

★辽宁卫视

19:35 剧场：大丈夫

★吉林卫视

19:35 剧场：
风吹半夏

(节目如有变动，以当天播出为准)



危城

时值国家内战、军阀割据的乱世时期，军阀少帅曹少璘因杀害3条人命，被普城保卫团团长杨克难绳之于法。可曹家财雄势大，以强权震慑居民，曹家上校张亦得悉事件后，赶来普城取人，在城中遇上多年不见的师弟马锋。马锋是位武功高手，路见不平欲拔刀相助，却面临正义与兄弟情之抉择，最终他选择了前者，和杨克难一起将坏人绳之于法，为民除害。

中央电视台(六套)18:00播出

五星剧场

电影《洪湖赤卫队》

20世纪30年代，国民党势力趁红军主力部队离开洪湖开辟新区之际，

中央电视台(七套)14:17播出

纠集当地的地主武装卷土重来。乡党委书记韩英带领洪湖赤卫队与敌人展开艰苦斗争，保卫红色政权。

夕阳红

直通手术室——给血管瘤加上安全阀

本期节目记录了解放军总医院血管外科郭伟主任为74岁的齐先生进行的模块内嵌主动脉弓三分支覆

中央电视台(十二套)08:30播出

膜支架系统手术，通俗而言就是在血管内安装一个安全阀。通过这场手术，专家将为观众科普动脉瘤疾病从预防到早筛，从术前到术后等一系列医疗健康知识。

法律讲堂

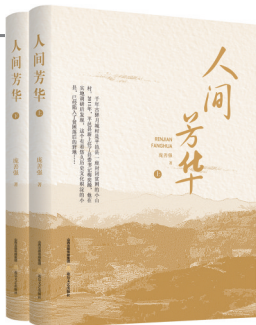
两面女友两面骗

通过女子利用与丈夫生的孩子欺

中央电视台(十二套)18:50播出

骗情人钱财的案例，讲解敲诈勒索罪和诈骗罪的区别。

连载



149 人间芳华

山西出版传媒集团 北岳文艺出版社 庞善强 著

梅奕瀚哈哈一笑：“好，这酒我还真得请，是咱不对嘛。”

这时，皇甫一南的电话响了，是黄花办的罗燕打过来的。罗燕说，山东菏泽人力资源公司的劳务派遣人员下周一就到平邑县，全部是女工。

梅奕瀚说：“黄花采摘在即，一定要做好远道而来采摘工的安置工作和日常生活管理工作，确保她们出来打工有在家的感觉，让她们住得舒心、吃得开心、工作安心。”

黄雅萱又搬回了月城村。临走的时候，秦克勤只是说：“回去就回去吧，地里的活儿多，爹和妈也够累的，我还是每个星期六回去看你们。”

黄雅萱再没有了过去那种甜蜜温馨的感觉，整天心思很重，黄炳福与马英似

乎觉察到了什么。黄雅萱的心思并非怨恨秦克勤，而是恨自己没文化，丢了自家男人的面子。黄雅萱觉得，唯有自己离开秦克勤，他才不会听到啥风言风语，他才不会受别人的挖苦讥笑。

秦克勤还是照例准时回家，黄雅萱照例站在老槐树下守候。只是，秦克勤少了以前的激情，黄雅萱也不再躲在树后偷看他猴急的样子。现在，秦克勤一到家就显得很疲惫，躺在炕上就睡觉。黄雅萱还像往常一样，去掏男人耳朵里的耳屎，去修剪男人的指甲。看得出来，秦克勤在接受采耳和剪指甲的过程很受用，他缓缓睁开眼睛，温顺地看着她。黄雅萱尽量多说些关心体贴的话，或者去缠缠绵绵抚摸秦克勤的身子，直到唤回他过去亢奋的激情。等黄雅萱缓过劲来，秦克勤已

经睡去。

黄雅萱起床后，先把秦克勤的皮鞋擦得锃亮，然后再去忙着搓洗他的衣裤。她认为，秦克勤在合作社工作，那衣服就得像模像样，不能穿得邋遢了。黄雅萱把洗过的衣裤放到炕上准备去熨平整了，却发现家里的电熨斗坏了。这可急坏了黄雅萱，要是自己会修理该多好。可是，谁让自己没文化，就算是克勤也未必能修得了。黄雅萱忽然眼前一亮，电熨斗不就是靠那点热乎气嘛，这好办。黄雅萱就去烧水，水烧开后灌进了一个大罐头瓶子，然后放到衣服上去滚，一滚两滚，那衣服果然平整了，黄雅萱有种莫名的兴奋。在熨最后一件衬衣时，黄雅萱滚来滚去的那个瓶口松动了，盖子脱落下来，开水一下子向秦克勤躺着的地方流去。黄雅萱便慌了手脚，忙爬上炕用手去拦截那水，并试图把水拨弄到地上。秦克勤听到响动醒来了，他看见黄雅萱的两只手及手腕部红红的一片。

秦克勤走的时候，黄雅萱已经把男人随身要携带的衣服、书本都准备好了，还煮了10多个鸡蛋，另外拿了一双刚纳好的鞋垫。秦克勤的眼里好像装满了感激，他托起黄雅萱的手左看右看，问：“还

疼吗？”

黄雅萱笑咪咪的，说：“不疼。”

秦克勤要走出门时，黄雅萱似乎有许多话要说，可是又不知道说什么。黄雅萱猛然想起早上的天气预报，就急急地说：“收音机里预报了，受什么流影响，这几天什么湾有大到暴雨。不会是说的咱们这里吧？你多注意些，小心感冒了，雨伞我已经放进了你的包里。”

秦克勤有些哭笑不得，他不耐烦地说：“你不懂得，以后就别瞎说好不好？人家说的是强对流空气，是渤海湾。咱月城村离那里十万八千里，能挨得上吗？”说完，秦克勤气呼呼地走了出去。

黄雅萱的脸瞬间绯红，她恨自己怎么这样不中用，连听收音机都听不懂。唉，文盲啊！

黄花采收期仅50天左右，在这短期限内的每一分每一秒都显得异常珍贵。黄花菜从采摘到加工，有一套严格、精细、繁琐的制作流程，为了确保采摘下来的每一枚黄花菜产品的品质，农民们得披星戴月奋战在地里抓紧采收。往往这时候，每一个心怀梦想的黄花人都是一个永不停歇的陀螺，他们在不知疲倦的旋转中期待绽放生命最美好的时刻。