

希望“渐冻症”患者被关爱

——访电视剧《谢谢你温暖我》主演林一



他是《致我们暖暖的小时光》中外冷内热的学霸顾未易，是《玲珑》中满怀抱负的少年君主元一，也是《良辰美景好时光》中的电竞主播陆景。舞蹈专业出身的林一，在影视表演这条路上算不得科班，却一直找机会学习和磨炼自己的演技。

近日，由林一和李兰迪共同主演的24集连续剧《谢谢你温暖我》中，林一饰演一名不慎罹患肌萎缩侧索硬化，也就是俗称“渐冻症”的青年林拓。原本意气风发走出大学校园，却在刚刚踏入社会准备大展拳脚的時刻遭遇厄运。幸而家人、爱人、朋友都陪在他的身边，用爱与温暖鼓励着他。尽管被病魔缠身，但林拓依然努力珍惜当下，无悔、充实地过好每一天。

在接受采访时林一说，他初次接触这个故事，是在2021年，当时给他的只是一个故事大纲，并没有完整的剧本。但是，透过这份大纲，他也能感觉到，剧中的林拓是一个非常温暖的人。在决定出演这样一个人物的时候，林一找来了不少关于“渐冻症”的纪录片，以及有关这个题材的电影、

剧集，狠狠恶补了一些相关知识。不仅如此，他还在剧组的安排下，有机会接触到一些“渐冻症”患者。

林一说，在拍完《谢谢你温暖我》，演绎过林拓坚强却充满坎坷的经历后，他也对“渐冻症”有了新的认识。“他们比我们在剧中看到的状态要难得多、辛苦得多。我之前在跟祝东宁导演聊的时候，就发现他非常喜欢这个题材，也想要通过这个作品传递一些社会责任感。”

有一场戏让林一印象深刻，“有一次拍尿失禁的戏，我觉得对于林拓来说挺重要的。而且我觉得这场戏算是剧中为数不多的、展现病人生病状态的戏份。”也是在这场戏之后，林拓终于妥协，决定去护理院。“我拍的时候一点都没有尴尬，我就希望能够更加贴近当时林拓的状态。”

这场戏之后，林一也更加入戏，更加理解林拓，更希望能让大家来关注像林拓这样的人。“我希望大家在看了这部戏之后，能够向他们伸出温暖的手。”

说起保养的话题，林一介绍说，其实在

拍《谢谢你温暖我》的时候，他的状态算不上好。因为林拓经历了身体和心理上的双重打击，林一也带着这样的状态持续了蛮长一段时间，即使在杀青之后，依然如此。

说到这儿，林一非常认真地建议大家，有时间一定要做身体检查。不仅仅是身体上的，心理上的健康也非常重要。

林一说，《谢谢你温暖我》这部剧看到后期，可能会让人感到稍微有些沉重，有点不那么轻松。但是，他更希望大家在看到林拓的时候，能够被他强大的生命力所感染，“在自己生活里遇到一些困难、挫折的时候，也能够保持一个好的心态去面对，用更好的状态去迎接生活。”

王姝



760号犯人

该片改编自毛里塔尼亚人穆罕默杜·乌尔德·斯拉希的回忆录《关塔那摩日记》，讲述了斯拉希被俘虏到监狱后聘请律师为自己争取自由的故事

穆罕默杜·乌尔德·斯拉希被美国政府俘虏，在毫无指控与判决的情况下被关进了监狱，他失去了希望。斯拉希寻得辩护律师南希·霍兰德与助手特里·邓肯的帮助，他们在面对无数障碍的情况下，一同追求正义。在富有争议的主张及斯图尔特·库什中尉揭露的证据下，一个令人震惊的阴谋露出水面。联邦特工尼尔·巴克兰也参与正义的队伍，自由来之不易……

中央电视台(六套)14:10播出

今日看点

生财有道

竹乡老味道 编织新生活 浙江乐清靠山面海，既是全国少有的温带营养

中央电视台(二套)19:00播出

海区，拥有丰富的渔业资源，又背靠雁荡山，拥有得天独厚的山区生态优势。

法律讲堂(文史版)

春秋第一人“子产”系列 在春秋历史上，子产被视为与齐国名相管仲齐名的政治家和改革家。他在郑国推

中央电视台(十二套)21:50播出

行了作丘赋、铸刑鼎等多项改革措施，帮郑国走上中兴之路。本集讲述这些措施的内容和影响。

法律讲堂

来自亲人的伤害 通过两起因为家暴而引发的暴力案件，讲解什么

中央电视台(十二套)18:50播出

是家庭暴力。面对家暴，在法律上有什么应对之策。



今晚电视

★中央电视台(一)

21:00 特约剧场

23:27 典籍里的中国

★中央电视台(三)

18:30 向幸福出发

19:30 我爱满堂彩

★中央电视台(五)

19:30 国际足联2026

世界杯亚洲区预选赛第2阶段

22:35 2024年世界泳联跳水世界杯柏林站男子3米板决赛

★中央电视台(六)

17:22 故事片

捍战2

20:24 故事片

京都风云

22:22 故事片

三少爷的剑

★中央电视台(八)

19:30 黄金强档剧场

追风者

21:30 经典剧场

欢乐颂

★中央电视台(十)

18:54 人物故事

19:16 跟着书去旅行

19:42 创新进行时

20:15 自然传奇

21:10 探索·发现

★中央电视台(十二)

18:50 法律讲堂

19:22 一线

20:05 天网

20:57 道德观察

★重庆卫视

19:35 剧场:前夜

★山西卫视

19:33 剧场:画眉

★辽宁卫视

19:33 剧场:我哥我嫂

(节目如有变动,以当天播出为准)