

陈小春简单人生信条——

“不害人，相信人”

当被张泉灵问及是否觉得自己善良时，他诚恳地回答：“我不是坏人吧，我不敢说自己善不善良，因为我不害人就OK了。”这份底线思维，让他的人际关系变得清晰而简单。他不用费心算计，只需坦荡做自己。并且在这个普遍筑起心墙的时代，陈小春却选择相信。他认为：“相信人，不是用愿意吧，应该要相信人哪……一接触，要相信你，你不会害我。”张泉灵精准地指出，这正是他“吸引力法则”的关键一环：愿意相信，所以能耗最少，得到的善意最多。这份看似“钝感”的信任，实则是他与世界和谐共处的捷径。

“如果人能在复杂的世界里保持单纯，除了有内心的坚持之外，一定有人保护你。”张泉灵的这句话，在陈小春身上得到了完美印证。

谈到妻子应采儿，陈小春坦言：“我觉得我遇到她是对的。”他深情地回忆道：“也许就是从我们相处在一起谈恋爱，在跟她在一起的时候，自己在人生里面成长。”这份为爱改变的勇气，成就了如今幸福的家庭。如今的他甘愿为家人付出：“现在长大了，现在是人家的爸爸了，是人家的老公了，所以就努力去当一只牛啊，为家庭去奔。”

除了家人的守护，前辈的提点也让陈小春受益匪浅。他动情地回忆起刚出道时的一段经历，刚出道没多久，有一个杂志写他一些有的没的事情，让他对一切感到迷茫，然而当时前辈曾志伟对他讲：“怎么了？一出来上战场给人打一枪，你就挂了？”这句看似严厉的问话，让陈小春学会了面对非议的勇气。

在节目的尾声，陈小春分享了一句影响他至今的话：“岂能尽如人意，但求无愧于心。”这句看似有点老派的话，却蕴含着深刻的人生智慧。这种智慧体现在他作为艺人的专业态度上。从伴舞到主角，陈小春始终相信，专业能力需要日积月累。“我不是天才啊，那个是一天一天累积出来的经验。”在《披荆斩棘2025》的舞台上，他反对“躺平”，坚信“你只要练他就会完成”。对于选择“躺平”的态度，他直言：“你既然来了这个地方，有那么多场景、那么多人服务你，你为什么不去好好享受去做那个菜呢？”

在节目的最后，张泉灵总结出陈小春的“吸引力法则”：有能力、坚持不害人、愿意相信人。这三条看似简单的法则，恰恰也是他在复杂环境中保持简单的秘诀。

据《羊城晚报》

本周日(10月26日)中午12:30，湖南卫视《背后》对谈人张泉灵、主持人李莎旻子将联袂AI智能搭档与陈小春进行深度对话。

节目中陈小春分享了一次被冤枉的经历，在节目录制现场有人讲脏话，所有人因刻板印象都认定是他。“对，没办法，是就是了吧，也不用回答。”他甚至不去解释，直到回放还他清白。在他看来，“有就有，没有就没有，你说什么就是什么。”这种不纠结、不内耗的心态，让他避免了无数精神损耗。

体坛快讯

中国裁判入选
首届五人制女足世界杯

新华社日内瓦10月21日电 国际足联21日公布2025年五人制女子足球世界杯的裁判员名单，中国裁判梁庆云和朱欣入选。

首届五人制女足世界杯将于11月21日至12月7日在菲律宾举行，将有16支球队参加。这将是菲律宾首次举办国际足联大型赛事。

39岁的梁庆云是五人制足球国际级裁判员，也是亚足联女子五人制足球精英裁判，她曾经执裁过女子五人制足球亚洲杯决赛以及青奥会五人制足球决赛。31岁的朱欣也是五人制足球国际级裁判员，她以辅助候补裁判员身份入选本次世界杯执裁名单。

U17中国女足
不敌美国女足

新华社拉巴特10月21日电 在21日进行的2025年U17摩洛哥女足世界杯C组第二轮比赛中，中国队在先进一球的情况下遭美国队逆转，最终以2:5失利。

小组赛首轮比赛中，中国队5:0大胜挪威队，美国队则是3:0轻取厄瓜多尔队。

本场第12分钟，周欣怡带球推进至禁区弧顶，左脚兜射打入死角，为中国队打破僵局。此后，美国队凭借身体优势不断冲击中国队防线，在第27分钟由马尔索姆扳平比分。

第44分钟，迪玛利亚禁区前低射破门，美国队2:1反超。上半场补时阶段，中国队后防失误，图雷单刀破门，美国队两球领先进入中场休息。

易边再战，图雷和马尔索姆分别第62分钟和第68分钟各进一球，美国队进一步扩大领先优势。第85分钟，曾屹婕禁区前任意球直接得分扳回一球，但中国队此后未能进一步缩小分差。

当日同组另一场比赛中，厄瓜多尔队以2:0战胜挪威队。小组积分榜上，美国队目前6分领跑，中国队和厄瓜多尔队同积3分，中国队凭借净胜球优势排名小组第二，挪威队两连败垫底。

本届U17女足世界杯24支球队被分为6个小组，每组前两名以及4个成绩最好的小组第三将进入淘汰赛阶段。

中国队将在24日的小组赛第三轮对阵厄瓜多尔队。

欧冠

曼城胜比利亚雷亚尔

10月21日，在2025-2026赛季欧冠联赛阶段第三轮比赛中，英超曼彻斯特城队客场2:0战胜西甲比利亚雷亚尔队。图为曼城队球员萨维尼奥(左)与比利亚雷亚尔队球员科梅萨尼亚在比赛中拼抢。

新华社发



大同日报

大同晚报

征订友好合作单位

感谢新老读者的厚爱

市内征订：2503915、13223523055

云网区发行部：13383523964（晋能控股、云网区、恒安新区）

欢迎热心公益事业的单位\个人参与订党报送温暖活动

大同现代医院

地址：大同市育才北路79号（同泉里岗东100米）电话：0352-5026999

大同现代脑科医院

地址：大同市武定北路393号（新华街岗西南角）电话：0352-5329599