

黄晓明再获金鸡奖最佳男主角提名

新片《阳光俱乐部》传递阳光治愈哲学

即将在10月25日上映、由黄晓明主演的治愈系电影《阳光俱乐部》，聚焦特殊家庭，讲述了一个关于爱与治愈的动人故事：黄晓明饰演的吴优虽已步入不惑之年，智商认知却停留在孩童时期，他像孩子般无忧无虑，与乐观坚韧的母亲沈丽萍（陆小芬 饰）相依为命。当吴优加入“阳光俱乐部”成为“高级合伙人”，以为生活将持续明媚时，母亲突患重病。哥哥吴迪（祖峰 饰）作为医生全力救治，而吴优却坚信“让阳光照进内心，生命就有奇迹”，选择了一条充满重负却饱含力量的救母之路。

黄晓明在片中细腻扎实的表演收获一众好评，不仅凭借“吴优”一角在去年摘得第26届上海国际电影节金爵奖最佳男演员奖，还获得了今年第38届金鸡奖最佳男主角提名。

在上海路演活动上，导演魏书钧携主演黄晓明、陆小芬、总制片人王才涛在映后亮相，与现场观众分享片场趣事和创作理念。



经历在他口中竟成了“人生最快乐的时光”。“如果我不是当演员，我应该也是个胖子，至少不比现在瘦，”他半开玩笑地说，随即认真分享了细节，“拍这部戏的两个月，在外人看来是‘突破’，但对我来说，就是过了段随心所欲的日子——想吃什么吃什么，想喝什么喝什么，第一次在戏里连续三天吃炸鸡配啤酒，差点吃到吐。”

不过快乐背后也有“小烦恼”，他坦言减重过程远比增重痛苦：“之前拍《戴假发的人》我暴瘦30斤，这部戏增30斤，之后又拍了其他戏，等于短时间内‘胖了又瘦’。现在肚皮有点下垂，皮跟肉之间晃晃荡荡的，只能靠运动慢慢恢复。”

即便如此，他依然觉得值得：“人生就是来体验的，既然我的职业是演员，就应该尽量做到‘千人千面’，像橡皮人一样贴合角色。可能有些人不愿意这么折腾，但我愿意，尽力了就不后悔。”

谈及影片中最打动自己的片段，黄晓明的语气瞬间柔和下来，他提到一场家庭吃饭的戏：“妈妈知道自己得了癌症，一家人坐在那儿吃饺子，她突然说‘这么难吃的饺子，以后都吃不着了’。就这一句话，我当时心里特别酸——那种明知生命要走到尽头，却还想藏起悲伤、陪家人好好吃饭的心情，太真实了。”

而片场最让他印象深刻的，当属一场“抱着鸡走很长一段路”的长镜头拍摄：“那个镜头我记一辈子！导演没提前说要一口气走十几分钟，我以为会剪辑，结果他开车把我送出去老远，镜头都看不见我，只能靠对讲机听指令。我抱着两只鸡，它们一直在抓我挠我，我还得夹着它们，背着书包走出吴优那种晃晃悠悠的笨拙感。走了5分钟我就累了，心里不停想‘怎么还不喊停’，但又不敢停只能硬撑。最后走到镜头前时，我都哭了，赶紧跟导演说我流眼泪了你可要保存好镜头，结果他说那是虚的我没看见！”

这段趣事引得现场观众大笑，而导演魏书钧随后补充的解读更添温情：“那个镜头里，我们看不见吴优的脸，却能感受到他笨拙又坚韧的灵魂——你会相信，他走过这段路后，依然会按照自己相信的方向走下去。”

相似经历下的人生感悟：
不必纠结奇怪烦恼

片中吴优经历了母亲因癌症去世，而戏外黄

晓明也因为相似经历，在路演现场分享了个人心态转变与人生感悟。自己已经到了身边有亲友逐渐离开的年纪，尤其是去年高中同学的离世让他特别感慨。“我高中同学去年是癌症晚期，他周围可能觉得最强的人只有我，觉得我能在上海、在全国帮他找医生。”

黄晓明回忆，当时他不仅尽力为同学联络医疗资源，还提供了资金资助，“到最后他都没有花完那些钱。”让他印象深刻的是同学曾发来的一条信息：“晓明，我不想离开这个世界，我有孩子。我说好的放心，不会的，一定要努力。”

但现实未能如人愿，“后来医生跟我说，真的没有办法，癌症分很多种，他这个类型是最难治的一种。”为了陪伴同学度过最后时光，黄晓明那段时间特意多次返回青岛，却刻意隐瞒了真实目的：“我没有告诉他是为了他，就说我是因为别的原因，一是陪姥姥，二是跟他吃了几次饭。”他坦言，那段时间大家都只想让同学开心，后来直到他离开后，才从朋友口中得知同学已离世，“但他那段时间是开心的，他已经坦然接受这件事情。”

这段经历让黄晓明对人生有了全新认知：“你会发现有时候人力是没有办法做到所有事情的。在那个时候你会发现，比起生命来说，其他那些人生的烦恼都不算什么烦恼，在生死面前那些都不算事。”

就像《阳光俱乐部》，主题并不宏大，讲的都是一些最浅显的人生道理，人在最后时刻的需求其实很简单，“只需要快乐地离开这个世界，我觉得可能是大部分人的想法和追求，我们何必纠结于这个世界很多奇奇怪怪的烦恼，在那一刻，那些烦恼都变得像傻子一样，只是单纯开心就好。对于我来说，把复杂的生活简单化，可能是我后面对人生的追求。”

无数平凡母亲的缩影：
经历风雨仍带阳光

作为近年来备受关注的青年导演，魏书钧此次以《阳光俱乐部》跳出以前的冷峻风格，转而用温柔笔触讲述家庭故事。

当被问及如何理解“阳光俱乐部”的存在时，他给出了充满辩证思维的答案：“蔡博士的阳光俱乐部，一方面他的鸡汤确实能鼓舞一部分人，另一方面他好像也走入了自己事业的瓶颈。我觉得所有事物都有两面性，甚至更多面，取决

于我们怎么看。比如吴优在俱乐部里，他只看到了阳光，还把阳光当成给妈妈治病的方法——这就是‘换个角度看问题’，你相信什么，就能看到什么。”

他还特意解读了影片中多次出现的“羽毛意象”：“这个意象没有唯一答案，大家怎么理解都可以。对我来说，吴优叠魔方、遥控器再放羽毛，像极了给妈妈治病的方案，是他的希望，也是故事的希望。但羽毛让平衡坍塌，其实是在隐喻——有些事不是靠‘坚持’就能改变的，就像妈妈的病，吴优不懂，但羽毛替他‘懂’了。第一次羽毛出现时，他可能想起了邻居女孩；可当羽毛到他手上，妈妈就晕倒了，这其实是在预告后面的困境。”

陆小芬在影片中饰演的母亲沈丽萍，是无数平凡母亲的缩影——身患癌症却藏起悲伤，用温柔包容守护两个儿子。

解读这个角色时，她眼中满是敬意：“这位妈妈很坚韧，知道自己得癌症后，没把悲伤留给孩子，反而用冷静平静的温柔对待他们。这一点跟我很像，我也希望大家看完电影后，能学吴优的无忧无虑，学妈妈的‘经历过风雨，仍带阳光’。”

而当被问起“生活中如何调节烦恼”时，陆小芬分享了自己的“玻璃屋”理论，这也与影片中吴优为妈妈造的“玻璃屋”形成呼应。

“我生活里也有属于自己的‘玻璃屋’，不管外面受了什么风吹雨打，进去自我疗愈一番，出来就觉得世界充满阳光。人不可能每天都幸福，但若把烦恼纠结在心里，就会变成绊脚石。我现在年纪大了，更懂得‘打开心结’——拍了这部戏后，我更觉得要像吴优一样，用简单的思想过日子。”

她还解释了对片中“母子关系”的理解：“妈妈对吴优是千般呵护，但没用悲情困住他，反而支持他去阳光俱乐部，因为她想让吴优学会独立。其实妈妈反而被吴优‘治愈’了——本来该妈妈照顾吴优，结果两人都有了成长空间。这种相处模式特别好：面对问题时，彼此给点空间，别捆绑、别沉溺痛苦，才能互相成就。”

10月25日，不妨走进影院，与吴优和他的家人相遇，在光影里感受那份“阳光照进内心”的温暖，找到属于自己的那束“阳光”。

晨报记者 陆乙尔