

人生近四十， 她们在造梦的行业清醒着努力着

告别温婉的富察皇后，身披铁血经纪人的战袍，秦岚将自己所处的演艺圈挑开一角，呈现给观众。职场剧《怪你过分美丽》中，她饰演的经纪人莫向晚夹在流量小花林湘和昔日影后阮荔华之间，披荆斩棘游刃有余。

现实里，演员秦岚今年正四十，她经历并体悟过林湘那样一夜被推到风口浪尖的滋味儿，也提前打量了类似阮荔华般受困于年龄的一时迷惘。从23岁那年的知画一路走来，秦岚看似不疾不徐，却也始终不舍不弃，终于在40岁时凭莫向晚一角站到了职业生涯又一次高峰。

环顾周遭，因为《乘风破浪的姐姐》，大众收获了演员之外唱、跳、弹奏、戏曲、画画都能露一手的万茜，看见了38岁女演员身上的专注与从容。从《都挺好》《知否知否应是绿肥红瘦》到《我是余欢水》《完美关系》，演啥像啥的高露在38岁的年纪成了观众的心头好。当然还有一年前就刷爆朋友圈的姚晨，39岁时，她与苏明玉在剧里剧外同时活成了一种正向范本。

人生近四十，她们从热播剧和话题综艺里让观众重新认知，切中的何尝不是相似的社会期许——对事业的理解通透且励志，在造梦的行业清醒着努力着。

在不太“友善”的中年话题里，早早和解

近些年，影视行业围绕中年女演员的话题不怎么“友善”，相仿的话题总在发酵。

《怪你过分美丽》中，莫向晚亲历或目睹的事业瓶颈期，秦岚也遭遇过，甚至剧中惠英红演绎的“过气影后”也令她心有戚戚焉。“不知何时起，找上门的本子不少，但多是甜宠剧里女二、女三这种角色。”



秦岚凭莫向晚一角站到了职业生涯的又一次高峰。
从《都挺好》到《我是余欢水》，高露总能把人物演得深入人心。
热门综艺《乘风破浪的姐姐》让观众看到了万茜这块宝藏。

抗拒吗？秦岚说不，因为她早早在心底与年龄和解了。“20岁，你只能拥有一年，不可能拥有三年。同样，40岁你能演出的状态，可能早20年再怎样努力都很难达成。”时间和沉淀都是公允的。

17年前，非科班出身的秦岚成了《还珠格格3》里的知画，琼瑶评价她的美，“秦岚一滴泪，天上一颗星”。但角色本身不讨喜，导致观众误解演员也是心机深重的人。接下来的合作，她出演了《又见一帘幽梦》中性格偏执的绿萍，剧不算太火，但她“攻击性”的性格似乎被固化了。此后长达15年，秦岚徘徊在职业的波谷。那也正是那段时间，促使她思考，自己对演员这一职业的诉求是什么。

“光环是作为演员的幸运，也可能是约束。”30多岁开始，她越发意识到，与其纠结中年女演员是否处境尴尬，不如甩开所谓“C位”的执念，“戏份和番位都不是最重要的，

在角色中发光，观众总会看到，市场也会需要”。

怀抱如是心态，前年，她在口碑两极的《延禧攻略》里以富察·容音获得观众交口称赞，将一个平平无奇的角色演到了人们心尖上。外界的光再次降临到她身上，可比起“白月光”的赞美，秦岚反而推崇同时期同题材剧作《如懿传》里的陈冲，“时间给她留下的痕迹，与她在镜头前表现出的魅力是成正比的。她对角色的把握和表达，都特别让人觉得舒服，然后震撼”。她说，那是女演员最具魅力的一种状态。

为不可预见的机会，“装备”更好的自己

《怪你过分美丽》开机前，秦岚跟导演商量，想给莫向晚加些细节，“她不是一个智能人，而是有血有肉的真实的人”。后来，观众在荧

屏上看到，莫向晚睡觉时床上都是剧本，到处都有小纸条，整个房间凌乱但不邋遢……凡此种种，都源于演员的日常观察和沉淀。她说很感激那沉寂的时光，让自己接纳人生的跌宕，更让自己确信，“我能做的，就是顺应变化，将自我完善得更好，等待下一个不可预见的机会”。

这两天，万茜当年在知乎上说唱的往事被观众翻了出来。哭笑不得之余，网友都感慨，演员做了太多“先学吧，也许用得上”的事，比如学跳舞、学武术、学弹吉他、学戏曲唱念做打。后来出演《柳如是》，她又在原先的基础上拜谒大师陈蓓继续学习。电影上映后，举手投足都带着韵味的柳如是被许多人爱上。随着时间推移，电影《你好，疯子》里她有一段一人分裂出七种人格的高光表演，电视剧《猎场》中她是演得最为活色生香也最讨喜的角色。只是万茜依然处于戏红人不红的状态，离开角色，她依旧是那个走进路边餐馆也不会被认出来的“小众演员”。

人们常说，在演艺圈“红”是玄学，唯一能肯定的是，扎实的“红”需要机会更需要储备。于秦岚，从年轻时走红到中年时沉淀，她的自我“装备”至关重要。于万茜，这个法则更为奏效。如果不是《乘风破浪的姐姐》，她可能依然是那个让人记不住脸的女演员；但如果没有那些咬牙坚持、不断学习时光，机会只会让没有储备的人猝不及防。在这一点上，高露、姚晨、刘敏涛等不外如是。

一切正如秦岚说的：“市场或者审美有时候也是种轮回。姐姐们、中年女演员，我觉得只要一直让自己活得精彩，总有一天，会有一束光聚焦到你身上。”

文汇

现实主义电视剧成亮点

真实素材成就荧屏上感人故事

两份新鲜出炉的榜单为今年上半年申城荧屏收视总结战果。广电总局“中国视听大数据”显示，1至6月，单周平均收视率2%以上剧目达6部。其中，东方卫视播出的《安家》《新世界》《如果岁月可回头》《猎狐》均在此列。另据尼尔森网联海量融源收视率（全国网），《安家》以4.82%的收视率问鼎上半年“剧王”，成为近年来收视最高的电视剧之一。

拍摄都市剧《安家》时，导演安

建一开始就强调“纪录式”的呈现。在静宜门店的小空间内，镜头调度很大，摄影师很多时候扛着摄像机拍，就像拍新闻现场似的，毫无修饰，“这么拍，是希望表达跟生活最接近的点。”

“上海出品”的《安家》是一部聚焦房产中介群体的电视剧。尽管购买了日剧《卖房子的女人》的版权，但编剧六六进行了大刀阔斧的改编，令这出“上海的卖房故事”原汁原味。房产证加名、老两

口全款买房、老洋房买卖，现实中的购房话题与剧中故事共振。而支撑起故事框架的，是编剧花10个月采访上千套房屋购买者的“笨功夫”。

今年上半年，“客厅文化”再度兴盛，催生出愈加旺盛的收视需求。东方卫视播出的《安家》《新世界》《如果岁月可回头》《猎狐》最高周平均收视率全部破2%。截至7月5日，东方卫视黄金剧场以CSM59城时段平均收视1.792%的

成绩，位居各省级卫视晚间黄金时段第一位。

相关负责人说，“现实主义”成为东方卫视上半年排播关键词。而收视率的成功印证了这一策略。《精英律师》是描摹律师群体的行业剧；《如果岁月可回头》诠释都市“老男孩”成长；《猎狐》与《燃烧》是写实经侦剧、刑侦剧，将扑朔迷离的案件娓娓道来。

步入下半年，一批“上海出品”的好剧蓄势待发。尚世影业主投主制的《两个人的上海》刚刚杀青，题材亦是过去17年间上海故事的动人书写。抗疫题材时代报告剧《在一起》进入后期制作阶段。《我的金山银山》导演沈严说，真实的素材、真实的环境，足以成就荧屏上的感人故事。

解放