



杜淳饰演儿科医生莫铭

我是
真的爱你
LOVE
IS TRUE

在女性群像剧中甘当绿叶

杜淳:能把“渣男”演好是本事

【父亲】

父亲的状态
骗不了人

【丈夫】

老婆在家里
是老大

【角色】

提前学到带
娃技能

杜淳在今年元旦公布了结婚消息,4月20日在微博晒出妻子王灿亲吻女儿脚丫的照片,宣布当爹。女儿“小蛋饺”的降临,让杜淳变成了妥妥的“女儿奴”。

杜淳和王灿时常在微博分享他们的带娃日常。前段时间,杜淳在外面拍戏,王灿分享了杜淳“遥控”她带女儿打疫苗的过程:杜淳唠叨叨交代了一大通——疫苗本别忘了带;女儿哭的

时候一定要来回抱着她溜达,给她个安抚奶嘴;刚查了北京有雨,记得带伞,母女俩别淋着;别忘了约下一次的疫苗……王灿最后写道:“虽然以前都是你带她去打疫苗,这次你就安心在外面拍戏吧,操碎了心呀!放心吧,妥妥的。”

拍摄《我是真的爱你》时,杜淳尚未结婚生子。如今,杜淳重新审视自己当时的表演状

态,感慨颇多:“我结婚生子后发现,演出来的东西跟真情流露是不一样的。当时,我只能靠想象,或者模仿其他人的状态;但在几个月前,我的孩子出生,我真实拥有了第一眼见到她的感觉、跟她朝夕相处的感觉、抱着她的感觉。当父亲的状态,藏不住、骗不了人。如果我现在再来演莫铭,一定比之前好很多。”

莫铭妻子陈娇蕊的产后情绪管理成为该剧的一大焦点。演完《我是真的爱你》的莫铭后,杜淳总结了不少经验:“老婆产后情绪很容易波动,不要惹她们,自己受不了时就出去溜达,别吵闹。”杜淳坦言,自己曾时刻准备着应对王灿产后的情绪问题,但王灿的反应让他意外:“不像戏

里陈娇蕊这么折腾人,她没有一点焦躁,天天都开开心心的。她情绪这么稳定,不知道是不是因为我做得还行?”

近年,杜淳时常自我反思,逐渐总结出与家人的相处之道:“我在外面待习惯了,在剧组里,大家都围着我转,但我肯定不能把这种状态带回家。我现在回

到家里,身份迅速转变,回归好丈夫、好父亲的角色。”所以,即便王灿有点小情绪,杜淳也能泰然处之:“我回到家就老待着。在家里,老婆和孩子最大,老婆说什么就是什么。可能有时她说得不对,但我会先答应她,不能一上来就说她不对,避免产生矛盾。”

为了饰演儿科医生和月子中心护理主任,杜淳在拍摄时学习了一系列实用的育儿技能,包括冲奶、喂奶、擦保湿油等。女儿出生之后,杜淳几乎把这些技能都用上了:“最开始,老婆都没我懂这些技能。女儿喝的奶,都是我在挑选,不用老婆管。”他还自夸道:“拍戏时,我一开始怕自己粗手粗脚,不敢抱小婴儿,但抱着几个月就熟练了。等到我女儿出生时,我不仅抱婴儿没问题,换尿布都不用月嫂教。”

在剧中当月子中心护理主任的经历,让杜淳对育儿这件事感触良多:“为什么月嫂、育儿嫂等职业这么火爆?因为现在大家都倾向走事业路线,所以才会请人帮忙照顾孩子。这一现象有两面性,好处是大人没有丢失正常生活,坏处就是父母跟孩子之间缺少了真正的陪伴、实际的交流。”他计划等女儿长到四个月的时候就带着她进组拍戏:“我出去拍戏,至少四个月后才能回家,怕她不认识我了。现在剧组环境很好,我准备在当地租个房子,每天像正常上下班回家一样,多陪陪孩子。”

是大人没有丢失正常生活,坏处就是父母跟孩子之间缺少了真正的陪伴、实际的交流。”他计划等女儿长到四个月的时候就带着她进组拍戏:“我出去拍戏,至少四个月后才能回家,怕她不认识我了。现在剧组环境很好,我准备在当地租个房子,每天像正常上下班回家一样,多陪陪孩子。”

羊城晚报记者 龚卫锋

电视剧《我是真的爱你》近期将登陆东方卫视晚间黄金档。该剧讲述了三个身份背景不同的女性在面对生育、事业、婚姻等多重压力时,突破难关,实现自我价值的故事。

在这部女性题材作品中,杜淳是其中一片“绿叶”。他饰演儿科医生莫铭,这个角色虽然性格温和善良,却过分以自我为中心,无法理解患上产后抑郁症的妻子,两人最终离婚收场。接受羊城晚报记者专访时,杜淳坦言“很多女人受不了这样的男人,我也觉得他不太好”。拍摄《我是真的爱你》时,杜淳还没结婚生子,这部剧意外成为他的“婚前辅导班”,让他对婚姻多了一层思考:“成为丈夫和父亲之后,我时常告诉自己不能犯跟戏里角色相同的错误。”

把“渣男”角色当反面教材

【对话】



杜淳:我认为女性群像剧井喷的原因是什么?

羊城晚报:你认为女性群像剧井喷的原因是什么?

杜淳:时下,一年可能得有一半的都市剧是女性群像戏,这跟收视群体有关系。真正静下心来看剧的还是女性群体。她们喜欢看贴近生活的事,身边的几个闺蜜总会遇到各种事情。而“女性打渣男”是逢拍必火的话题,这类剧集愈发有市场,创作就会倾向这个领域。男性群像戏能写什么?除了耍嘴皮子、逗贫、喝酒之外,没有真正能让现在的观众喜欢的内容,观众也很难静下心来看男人的创业之路和奋斗史。

羊城晚报:你为什么会选择接演这部女性群像剧?

杜淳:女性群像戏里必须有男性,没有办法!我从众多女性群像剧中挑选剧本,肯定要选适合自己的角色。在当时那个阶段,我看到这样一部具备社会话题性的剧,认为演这种剧很有意义。而且这部剧里没有“大渣男”,不狗血。

羊城晚报:你怎么看待不靠谱的男性角色给观众带来的心理阴影?

杜淳:剧里的角色只是代表了一小部分男性,并不是所有男性都这样。一部戏也会出现不同

类型的男性,观众只不过从中看到自己喜欢或反感的男性形象而已。但我从不觉得现在的观众会把某个角色的形象固定在一个演员身上,并否定这些演“渣男”的演员。而且我发现一个特点,真正演“渣男”的演员,生活中都特别好。(你在自夸?)是这样!我们都是“反向选择”角色。

羊城晚报:所以你不会抵触演“渣男”?

杜淳:我不排斥。成为丈夫和父亲之后,我时常告诉自己不能犯跟戏里角色相同的错误。比如现在拍的一部戏,我一边看剧本一边跟老婆说,这个戏接得对了,看完剧本觉得好多事情不能做,作恶一定会有恶报,越看越觉得男人一定要对自己老婆、孩子好。在演一个不讨好的角色的过程中,我学到很多东西,这对现实生活可能会是一件好事。

羊城晚报:但有些观众可能会愤怒地骂你。

杜淳:会!但演员要敢演这样的角色,要做好这样(被骂)的心理准备。同时,演技也很重要。雷佳音在《我的前半生》里也是演出渣男,但观众很喜欢他。你演渣男,但观众不讨厌你,这是有本事的。演“渣男”不要太顾虑,剧本好的话,该演还是要演。

2021年7月19日/星期一/文化副刊部主编
责编 易芝娜/美编 肖莎/校对 李红雨

A10

羊城晚报 晚会 · 潮人新知

科普
直击

绝对零度并不是0℃——
“冰冷的极致”,
刷新到-273.1391℃

□浩源

长期以来,科学家们一直在挑战达到一种“冰冷的极致”,那是一个理想的、几乎无法达到的最低温度,又被称为“绝对零度”。从热力学上来说,它大致为零下273.15℃(摄氏度)或零下459.67°F(华氏度)。

中国科学院物理所早在上世纪70年代末就研制成功我国第一台湿式稀释制冷机,实现了零下273.116℃,即绝对零度以上0.034℃的极低温。而今年6月24日晚,该所自主研发的无液氦稀释制冷机原型机,又成功实现了一次新突破,达到了零下273.1391℃,即绝对零度以上0.0109℃。

“冰冷的极致”再次刷新了纪录。

什么是“绝对零度”?

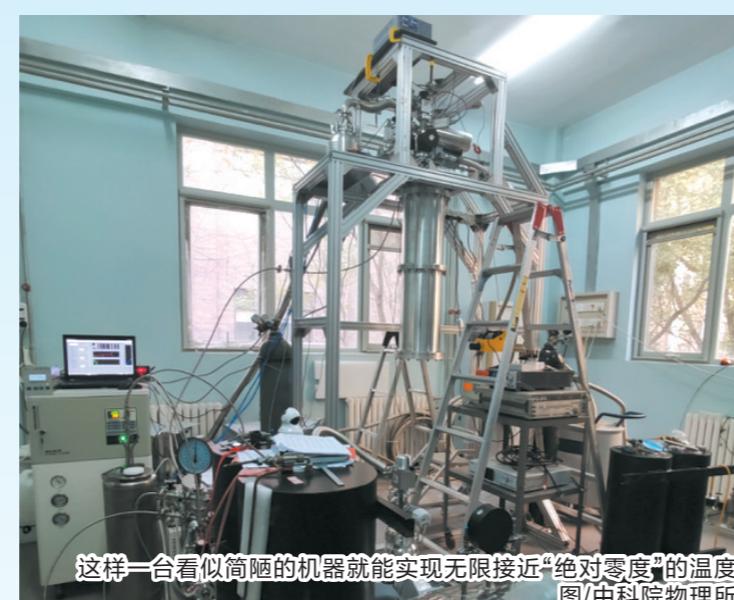
它是热力学的最低温度,热力学温标的单位是K(开尔文),绝对零度就是0K,约为零下273.15℃或零下459.67°F。

物体的温度实际上就是原子在物体内部的运动。当我们感到一个物体比较热的时候,就意味着它的原子在快速运动;当我们感到一个物体比较冷的时候,则意味着其内部的原子运动速度较慢。我们的身体是通过热或冷来感觉这种运动的,而物理学家则是以绝对温标(或称开尔文温)来测量温度。

科学家通常认为,温度达到绝对零度时,构成物质的所有分子和原子都会停止运动。在此温度下,物体分子没有动能,但仍存在势能,此时内能为最小值。然而,绝对零度几乎是无法达到的,只是理论上的下限值。

科学家在对绝对零度的研究中,发现了一些奇妙的现象。如氦本是气体(氦是自然界中最难液化的物质),在零下268.9℃时会变为超液态;当温度持续降低时,原本装在瓶子里的液体,能轻而易举地从只有0.01毫米的缝隙中,溢到了瓶外,继而出现喷泉现象,液体的粘滞性也消失了。

科学家们在相关研究中,发现关于绝对零度的研究,还可能为发现新的物质——暗物质提供新思路。



这样一台看似简陋的机器就能实现无限接近“绝对零度”的温度

图/中科院物理所

为量子计算实验提供有力支撑

中国科学院物理所早在上世纪70年代末就研制成功我国第一台湿式稀释制冷机,实现了零下273.116℃,即绝对零度以上0.034℃的极低温。他们最近又向媒体透露,该所自主研发的无液氦稀释制冷机又成功突破了之前的纪录,成功实现10mK(零下273.1391℃,即绝对零度以上0.0109℃)的连续稳定运行,满足超导量子计算需要的条件,基本达到了国际主流产品的水平。

这标志着我国在高端极低温仪器研制上取得了突破性的进展。稀释制冷机是一种能够提供接近绝对零度环境的高端科研仪器,在凝聚态物理、材料科学、粒子物理乃至天文探测等科研领域广泛应用。无液氦稀释制冷机是商业上可以买到的温度最低的制冷机,不需要液氦辅助就可以实现仅仅高于绝对零度0.01℃的极低温。它也可以为量子计算机芯片提供用于

维持量子态必需的极低温环境,是量子计算研究中不可替代的关键设备。

量子计算是当前世界各国科技竞争的“主战场”。我国此类仪器之前完全依赖进口,是亟待攻克的关键核心技术。如今,中国科学院物理研究所研究人员攻克了低温设备焊接工艺难题,解决了长期困扰的冷漏、超漏等问题,自主研发的无液氦稀释制冷机已成功实现10.9mK(零下273.1391℃,即绝对零度以上0.0109℃)的连续稳定运行,满足超导量子计算需要的条件,基本达到了国际主流产品的水平。这无疑是令人欢欣鼓舞的,意味着我国朝加快科技自立自强的方向迈出了关键的一步,这一技术也将为我国的量子计算实验前沿研究提供有力支撑。

天太热,
潮人审美

法国人出动巨龙来降温

会玩!

7月13日,法国加来的街头,出现了一只12米高、25米长、约7吨重的机械“巨龙”。它摇头晃脑,为炎炎夏日中不堪高温的人们喷洒起凉凉的水雾。

这只巨龙其实来自一个成立于1999年的戏剧团体。该团体由设计师Francois Delaroziere领导,由艺术家、技术人员和设计师组成。巨

龙的这场降温表演就是场“戏”,的确吸引了不少现场观众。其实巨龙不仅能喷水,还能走动,它在2019年11月首次亮相加来街头时,还曾表演过喷火。

巨龙的设计者表示,他们当初就是按照一个融合了火、水、空气等地球元素的神话生物的标准来设想这只巨龙的。它从

鳞蜥和科莫多巨龙身上汲取了设计灵感,一身海洋系的颜色——从绿色到蓝色的过渡,据说可以根据天气、太阳和雨的天气而变化。它有一对角和一对宽大的翅膀,翅膀可以扇动,嘴、翅膀、腿、脖子,甚至尾巴都可以动。它的每场表演需要至少17人的团队操作。

(文/CC 图/视觉中国)



巨龙不仅能喷水、喷火,

还能移动



“冻龄”有方,贵在坚持

影响颜值的重要元素包括:新陈代谢速度、身材、皮肤状态、发量以及心态

研究人员最近深入分析了部分人能保持“冻龄”的原因。他们认为,影响颜值的主要元素分别是新陈代谢速度、身材、皮肤状态、发量以及心态;只要在这些方面多加注意,跟同龄人相比,就能看上去更年轻。

衰老是人们要面对的必然经历,它是人体的自然规律。但我们的的确可以用一些手段来延缓衰老。

研究人员认为,新陈代谢速度的快慢直接影响到细胞更新

换代的速度。如果代谢速度过慢,身体机能就难以保持活力,一些废旧物质也难以排泄出去,衰老的速度也会越快加快。

其次,人们要想延缓衰老,就要控制好自身体型,保养好皮肤,这样至少从视觉效果上来看,会显得更年轻。要想达到这个目的,平时还要多注意锻炼,增强自身免疫力,还要保持充足的睡眠。

此外,选好相关护肤品非常关键,定期好好护理,做好防晒,也能延缓皮肤衰老。

老。如果生活的压力过大且难以排解,人们会被情绪所禁锢,也会加速皱纹的产生。

发量也是体现年龄的关键。“防止脱发”显得格外重要。同样,护发除了注重头发的护理,保持良好的心态也至关重要。

但最需要了解的是,年轻和衰老只是一个标签。无论如何,我们都应该珍视自己,乐观的心态和情绪,会影响到整个人的状态,也会为年龄减分。

(苗苗)