

中年男如何清爽自信有风度

这些戏里的大叔做出了正确示范

这几天,“如何避免成为一个油腻的中年男”一文在朋友圈火了,一时之间,大家对中年男子又多贴了一个标签。其实,油腻和中年男子没有必然联系。在热播剧《急诊科医生》里,张嘉译饰演的中年急诊科医生专业过硬、人格获赞,俘获不少女观众。吴秀波、靳东等40+男演员都独具魅力,以不同方式诠释着清爽、自信和绅士风度。

《急诊科医生》张嘉译:没有俊朗外形,凭专业获赞

《急诊科医生》中,张嘉译所饰演的急诊科副主任医师何建一几乎完美。

他是大医院急诊科主任的头号人选,只因为在一次突发事件中处理失误,导致同事牺牲,提拔不得不暂时

叫停。他常年坚守在救死扶伤的第一线,被誉为科里的“第一把刀”。在手术台上,他备受患者信任、同事尊敬,堪称维持稳定的节拍器。有了他,急诊室都能忙而不乱。

为人处事上,他严苛有原

则。他深知救命是第一要紧的事,所以要求医生业务一定要过硬。他是市里医疗专家委员会的成员,坚决不为利益去更改参与药物实验病人死亡的结论。即便前妻上门恳求,他也不妥协,获赞“真男人”。

《外科风云》靳东:知心帅医生迷倒女观众

《外科风云》里,许多人再次被医生庄恕吸引。靳东扮演了一位技能满点的外科海归男,身负家世秘密,外表冷峻深

沉,再加上稳重细心的行事作风,这样的人设注定讨喜。在外形上,穿白大褂的靳东十分帅气,迷倒了不少女观众。而随着剧情深入,靳东所扮演的“庄恕”一角人

物形象愈加丰富。和天真率真的陆晨曦(白百合饰)碰撞出了不少火花。

感情上细腻体贴,到了职场上,庄恕犹如人生导师一般存在。

《我们来了》吴秀波:绅士风度让人折服

在刚完结的真人秀《我们来了》里,吴秀波言行谨慎,从来不会抢话、抢镜,不会故意显示自己的经历,也不

会去刻意控制场面、搅和气氛,反倒会把中心位置让给后辈。

他给人的印象总是非常懂礼貌、内敛,玩游戏时会拼尽全力,却没有咄咄逼人的架势,分寸感掌握得刚刚好,这种绅士风度折服了唐艺昕、沈梦辰等。

不仅如此,他身体素质非常好。在节目中练习柔道时,他劈出一字马,让人为之惊叹。他曾透露,自己多年来坚持跑步。他还多才多艺。在节目里他读诗,那种情感让人落泪。他和谭维维唱摇滚,丝毫不惧飙高音。

中年男士如何才能有“少年感”?

有网友列出油腻中年人的“标志清单”,大体是满脸油腻、体态臃肿。除了身体上,油腻其实还涉及精神层面。那究竟怎样才能不油腻?

首先,注意形象、不要邋遢,管住嘴、迈开腿。慢跑或快走交替以及游泳,都是很好的方式。同时,保证足够的睡眠、不熬夜也相当重要。

其次,要有少年感。中年人常给人一副很世故的模样,常常自视甚高,用过别人的经验自我吹嘘,或者摆出一种居高临下教育人的姿态,容易让人产生距离感。但如果你换一种姿势,保持

少年一样的好奇心、谦逊克制,对年轻人多采取“身教”而非“言传”,就容易有“润物细无声”的效果。

再次,要有良好心态。事业上,中年人通常上升空间不大,这时候就需要对自身定位有清醒认识,做到不挣不抢,但也要保持进取精神,待到机会出现时能把握住。

另外,中年人通常上有老下有小,既要拼事业又要兼顾家庭,心理压力较大,日常更要注意疏解心理压力,避免抑郁。⑥2

(广日)



靳东在《外科风云》中



《急诊科医生》中的张嘉译



《我们来了》中的吴秀波

萌萌的“雷神”

奥斯卡新华影城上映

本报讯(记者李谱)11月3日,漫威超级英雄电影《雷神3:诸神黄昏》(以下简称《雷神3》)中美同步上映。当天上午,晚报观影团在奥斯卡新华影城免费观看了该片。

相较于《雷神》系列的前两部电影,《雷神3》一扫往日“北欧史诗风”的画风,走起了时下最流行的“逗比英雄”路线,笑点满满,喜剧化的风格改造颇为成功,但是,影片也不乏剧情薄弱,高潮戏无力,结尾比较仓促的缺点。

刘先生:以往漫威电影里,气氛最轻松愉快的要数《银河护卫队》系列,这次《雷神3》就颇有《银河护卫队》的影子,走起了逗比搞笑的路线,这部影片完全可以叫《雷神之银河护卫队》了。

冯女士:《雷神3》的特效全面升级,不仅将浩克和各色宇宙生物塑造得栩栩如生,更是将死亡女神海拉的3D动作场面呈现得淋漓尽致,令人眼花缭乱。⑥2

分类信息
广告热线
63136669

敬告:使用本报分类信息
请供需双方认真核实有关证
明材料,签订有效法律合同。

蓝鹰婚姻服务事务所
www.lanmingqi.cn
电话:13903778014
63107305
114转成功防水
联系电话:
13193665906

厂房出售
工业园区花园式标准
化厂房一处,占地50
亩,混凝土标准化车间1
万平方米,办公楼4000
平方米,综合楼3000平
方米,现出售。
电话:18837705990

拨打114找开锁黄工
黄工开锁换锁
换好门不如换好锁,
锁好,才能防盗。公安特
批01号、市开锁协会会长,
上门更换高档C级防盗
门锁芯。修保险柜、遥
控门、汽车锁、配各种
钥匙。安装不锈钢玻璃
门。可刷公务卡消费,有
正规发票。低价安装手
机监控住宅摄像头。
电话:63361110
66666665 13837769640
微信:13525177622
法律咨询与代理
联系电话:
17630694005

觅友世界婚介
创办18年,工作人员
均为退休干部,由于严肃
认真,诚实守信,被南阳电
台《独山夜话》栏目选中,
作为嘉宾参与《男婚女嫁》
节目和南阳电视台《情定
宛城》节目。
地址:市人民公园西门
对面向南100米3楼 电话:
63221207 联系人:孙大姐
微信:18937760272
房屋招租
麒麟路中段1200平
方米左右,可做仓库和厂
房,价格面议。联系人:王
先生13525679131 赵先
生13525198577

防水补漏
主修房顶、厨、卫、
地下室等各种防水补漏
工程,保修15年。卫生
间免砸砖,终身不漏。
地址:工业路与光
武路交叉口国和防水
电话:13525174932
厂房租赁
靳岗北三公里有十
亩厂区和四亩办公区,花
园式企业现对外招租。
自备井、变压器、1200平
方米仓库、工人宿舍、食
堂、办公与生产分开。环
境好。可做工厂、农家乐
等。
电话:13603416328

出租
△独院仓库办公室,
八一路银基对面。
电话:13837748762
△建设东路宛城地税附
近小区房,一楼三室,面积
117平方米,出入方便,交
通便利,简装,市政供暖,
1500元/月,中介勿扰。
电话:13603775778
转让
现有中达明·清新
城两层精装门面房转
让,面积共350平方米,
临河而立,环境幽雅,交
通便利,可做高端会所、
茶馆及其他商业用途。
有意者请电联。
电话:15938885870

转让
临街商铺转让。
电话:18903777335 赵
先生
心心缘婚介喜讯
双十一光棍节即将来
临,心心缘婚介让你早日脱
单!特举办大型相亲联谊
会一日游活动,采摘雪梨和
葡萄,零距离见面,单身众
多聚集,择偶机会甚佳,报
名费每人60元(前30名免
费),报名正在进行中,告别
孤单,共度美好人生!
地址:市人民路文化宫院
内东南角二楼 征婚电话:
63228839 交友:63228859 微
信号:a123456ACV