

何廖侣匀：和郭京飞对戏学会细节处理

何廖侣匀在电视剧《追光的日子》中饰演贾坤。剧中贾坤与父亲的隔阂和情感对抗，让何廖侣匀感受到了来自表演上的压力，而他也在领悟和解开这个难题的过程中，找到了生活中与自己父亲相处的方式。“我做这一行父亲是不支持的，现在我能理解，其实是我们关注的点不一样，他会觉得我辛苦，但对于我来说，我觉得这是一种经历，但这也是他爱我的方式。”

演戏对于何廖侣匀来说充满了挑战与快乐，他喜欢演戏，也愿意为此坚守，每一次拍戏他也都是痛并快乐着，既享受当下，也会遇到瓶颈和问题，“但痛苦也恰好是创造力的来源。”何廖侣匀希望自己能有机会一直拍戏，“只有这样，才会不停地进步。”

在电视剧《追光的日子》中，何廖侣匀饰演高中生贾坤。贾坤的父母常年在外地打工，父母每月按时给他打生活费，但是生活中的大小事情全靠贾坤自己面对。所以贾坤这个人物虽然外表坚强，但内心非常缺乏安全感，和父母之间也产生了矛盾和误解，好在随着剧情的推进，贾坤最终也理解了父母。

何廖侣匀和饰演王放的刘小北几乎同时进组，相处下来，刘小北笑称觉得何廖侣

匀本人其实更像王放这个角色，“我也是那种大大咧咧，没心没肺，过得比较简单的人，这一点我和王放更像一些，用东北话说就是比较虎。”所以对于何廖侣匀来说，饰演贾坤对他而言最难的就是情感部分——拿捏好和父亲关系的分寸感。

剧中，何廖侣匀和郭京飞有不少对手戏，他感谢郭京飞给了自己很多的帮助，比如在王放家贾坤袜子破洞的细节，就是郭京飞的提议。“他很会这种四两拨千斤的小细节，破洞是他临时找服装老师要了一把剪刀，给我剪的。”何廖侣匀回忆说。

作为年轻演员，何廖侣匀有时候在现场经验不足，或是不敢施展拳脚，但是郭京飞会告诉他哪些可以做，哪些不适合，哪些做了是有效果的。当然，也有一些是何廖侣匀临场贡献的好点子，“就是我被爸爸在学校里打的戏，本来剧本上他就是把我支走，但是我觉得这里应该加一个拥抱，郭京飞老师和导演都觉得这样很好，于是我们就这样演了。我当下所有的情绪都是他抱我的那一下给到我的，从和父亲僵持对抗的情绪中，一下就变得柔和了下来。”

据网易娱乐



★中央电视台(一)

20:06 特约剧场
22:34 国家公园

★中央电视台(三)

19:30 非常6+1
20:57 我的艺术清单
21:50 拿手好戏

★中央电视台(五)

19:30 2023年世界田联
钻石联赛摩纳哥站
21:00 2023年三对三篮球
世界杯

★中央电视台(六)

18:06 故事片：
急先锋
20:25 故事片：
神鞭

22:22 译制片：
地雷区(德国)

★中央电视台(八)

19:30 黄金强档剧场：
潜行者
21:30 经典剧场：
莲花楼

★中央电视台(十)

19:31 自然传奇
20:10 探索·发现
21:20 大师列传
22:54 考古公开课

★中央电视台(十二)

18:50 法律讲堂
一线
19:22 天网
20:37 道德观察

★重庆卫视

19:33 剧场：梦华录

★辽宁卫视

19:35 剧场：
不惑之旅

★吉林卫视

19:35 剧场：
八零九零

(节目如有变动，以当天播出为准)



中国医生

2020年春节前夕，武汉人民准备过新年，但新冠肺炎开始蔓延。从一开始的几例，到越来越多的病人被扎堆送往金银潭医院。随着疫情爆发，作为专门的传染病医院，因为大量病人的涌入，很快就超出医疗的负载能力，医生的精力被极度透支。此时，来自上海、广东等地的援鄂医疗队从四面八方赶到武汉，与武汉共同面对这一难关。



中央电视台(六套)11:53播出

今日看点

生财有道

川西高原藏寨美

四川省小金县日尔乡董马村地处山区，是藏族聚居村寨，生态优

中央电视台(二套)18:30播出

美，景色宜人，被称为世外桃源。村里更能感受到藏寨淳朴的民俗和民族风情。

跟着书本去旅行

诗画终南——文姬归汉

本集节目跟随蔡文姬的《胡笳十八拍》，来到她晚年生活的地方——终南山下的蓝田。通过蔡文姬纪念馆

中央电视台(十套)17:00播出

的蔡文姬抚琴雕像、碑廊、归汉亭等历史遗迹，了解她归汉后在蓝田的晚年生活，感受蔡文姬作为一代才女的爱国情怀。

法律讲堂

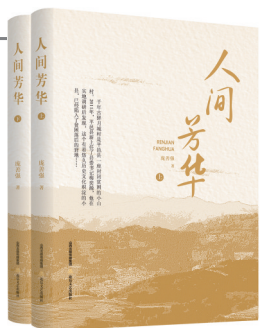
中华法文化基因解码·立身立业
信义为本

本期介绍信义文化对传统法律制

中央电视台(十二套)18:50播出

度的影响以及我们应该如何以信义为本，做到立心、立身、立业。

连载



119 人间芳华

山西出版传媒集团 北岳文艺出版社 庞善强 著

南夫知道，合同的事非同小可，不仅影响瓜农今年的收入，而且会就此打击大家来年生产的积极性。南夫急忙赶到了古家庄乡，想把这一情况及时地反馈给马文涛，却听说马文涛去南庄村处理另一件棘手的事情。

此时，南庄蔬菜交易市场内聚集了很多，江南市场的客商李先生正大发火气：“我对你们的诚信已经产生了怀疑。请你们给出合理的解释，并承担因此造成的损失及严重后果！”

“请李先生消消气，我们一定给您一个满意答复。”马文涛这边安慰着李先生，那边又把薛存三叫了过来。“老薛，到底是怎么回事，向李先生解释清楚。”

“按照与江南市场签订的供销合同，咱们的蔬菜在采摘期是不能打农药的。

今天上午村里的付贵拉来了一车圆椒，经过咱们质监站抽查，并未发现有残留的农药。可是，当李先生他们进行二次检验并装箱入库时，发现这车圆椒有问题，再行化验后竟然查出了有少许残留的农药。”

马文涛吃惊地问道：“怎么会有这样的事情发生？”

薛存三叹息一声说：“唉，这事算我大意了，没想到付贵竟然一车圆椒装的是两样货，上边的圆椒没有打农药，而下边的圆椒曾经打过农药。”

“付贵为什么要这样做？”

“为了省事呗，可他这一省事竟然捅出了大娄子。”

付贵站在薛存三的身后，低着头，汗水一道道顺着脖颈流了下来，两只手却

是相互间扣在一起，显得焦虑而不知所措。

薛存三说：“按照供货合同，咱们交付给江南市场的蔬菜，必须是经过国家农业部门认证过的有机绿色蔬菜，而非无公害蔬菜。无公害蔬菜要求的标准相对较低，是指蔬菜产品中不含国家规定的不准含有的有害物质，其他物质的含量控制在允许范围内的蔬菜。而绿色蔬菜安全等级要求更高，生产中只能用动物粪便、植物残体等经过发酵加工而成的有机肥，绝不允许使用化学合成的肥料、农药以及其他有害于环境和健康的物质。”

“村里的种植户知道这些相关规定吗？”马文涛问。

“当然知道。农技站的工作人员曾在村里做过多期科普知识教育，村里也成立了十几个督查小组，彼此间相互监督检查，一旦发现问题就马上上报了村委会。可问题是，你不可能一晚上不睡觉，这些事最主要的是要靠自觉。付贵嫌用粘合板及粘合带祛除害虫费事，便在夜间偷偷打了农药。问题是，付贵打农药后不光是他的那些圆椒不符合收购标准，由于风的作用，就连与他的地

毗邻二百米左右的那些圆椒地都会受到影响。”

“李先生为什么不通过技术检验，便能发现这些蔬菜存在问题？”

薛存三看了眼李先生，说：“一开始，我也不懂得检验圆椒‘望、闻、问、切’的技术，后来是李先生教会了我。‘望’，便是第一眼直观看。只要是打过农药的圆椒，其表皮不光亮，而且因药物的作用，圆椒在生长的过程中容易变形不规整，四角发尖。‘闻’，这个不是去听，而是依靠嗅觉。没打农药的圆椒放在鼻子下，有一股淡淡的甘甜与清香；一旦打了农药，便失去了这种味道，倘若残留物比较多，还会留下刺鼻的气味。‘问’的过程，不是问人，而是问圆椒。说得简单一些，只要对着那圆椒哈两口气，再用纸巾去擦拭一下，如果纸巾上没有粘连任何的物质，说明这个圆椒就没有农药残留物。‘切’，便是切开了看。打过农药的圆椒，其横断面肉质厚薄不均匀，且根据农药残留物的多少，局部会引发肉质色泽的变化。”

马文涛听到这里，不由得发出感慨：“没想到我国博大精深的中医文化，改用到这蔬菜上，竟也是这般神奇而精彩。”