

冬奥时间

赵惊:

# 没有卸任的“冬奥店长”

本报记者 刘方圆

“我也没想到，北京冬奥会和冬残奥会结束这么久了，还有当初在冬奥村认识的老朋友打电话、发微信，拜托我帮忙买冰墩墩。我们的特许商品零售店已经完成使命停业，我这个店长暂时还卸任不了……”说起最近的一段经历，张家口文化旅游投资集团有限公司大好河山票务服务有限公司总经理、冬奥会期间张家口冬奥村冬(残)奥特许商品零售店店长赵惊调侃中带有一丝自豪，“回到现在岗位上后，我又义务联络负责冬奥特许商品经营的同事，大家一起努力帮助有持续需求的冬奥代表团成员订购许多冬奥特许商品!”

作为张家口旅游从业者，和冬奥会结缘，对赵惊来说不是偶然。所以，得知自己要成为张家口赛区冬奥村中特许商品零售店店长，他早就进入了状态。“筹备期间，我就抓住每一次去崇礼雪场工作的机会，向工作人员、滑雪教练等请教雪场商品售卖、运营规律等。2021年10月后，我又多次到张家口冬奥村下沉广场熟悉工作场地，了解小闭环行动路线，熟悉仓库位置并绘制了物品摆放示意图。”虽然自己的工作内容是出售小小的特许商品，但在赵惊看来，它们却非常重要，丝毫不得马虎。“冬奥特许商品承载着中国优秀传统文化，是传播中国声音的优秀载体。而冬奥特许商品销售团队，无疑是重要的一环，我们的言行举止就是中国的一张名片。”赵惊说。

让赵惊自豪的是，从1月23日正式开始工作，到2月20日冬奥会圆满闭幕，他的团队共

平稳、安全、高效地运行了30天，100%完成接待任务。

期间，店里接待了难以计数的外国友人，赵惊更欣喜于他们无一不为中国举办的这场盛会点赞，无一不为北京冬奥会的特许商品点赞。其中，既有各国代表团成员，更有国际奥委会主席巴赫，国际奥委会副主席、国际奥委会北京冬奥会协调委员会副主席小萨马兰奇等体育界名流。

“巴赫先生到店参观时，对我说，你们很辛苦，为冬奥会服务却没时间欣赏精彩比赛。但我想，只要我们国家举办的这场盛会得到世界的赞誉，我看不下比赛也不遗憾!他还主动提出给我们签名、合影留念。”让赵惊难忘的还有本届冬奥会3金1银1铜获得者、俄罗斯运动员亚历山大·博利舒诺夫，来店几次后，他和赵惊熟络起来。分别时，两个人还互送礼物表达祝福。

“当然，所有的人几乎都喜欢冰墩墩。”赵惊说，也因此，当时留下联系方式的朋友，在北京冬奥会、冬残奥会结束后，许多人还在联系赵惊，希望他能帮忙继续订购冰墩墩，送给家人和朋友。赵惊说，虽然他已经回到自己的工作岗位上，但尽量做到有求必应。“我无非多打电话、跑跑腿，帮忙联系负责特许商品销售的同事而已。大家都有共识，我们张家口人要好东道主，尽量满足各代表团的持续需求。”赵惊说，“北京冬奥会为张家口冰雪旅游带来不可估量的美好前景，我这个从事旅游行业的‘冬奥店长’，会以更积极的动力投入新的工作、生活，要永远‘一起向未来’。”

# 阅读为媒 探索文化空间的更多可能

本报记者 刘方圆

一座城市全民阅读的水平反映着城市的文化内涵，也是衡量其社会文明程度的重要标志。4月23日，在第27个世界读书日到来之际，各地丰富多彩的阅读活动吸引着当地人的参与，氩氩书香也营造了全民阅读的浓厚氛围。

## 阅读一小时 享受读书乐趣

世界读书日，享受阅读更好的选择是什么?当然是参加全国各地都在举办的“阅读一小时”活动。4月中旬，成都三联韬奋书店就在其签名、合影留念。”让赵惊难忘的还有本届冬奥会3金1银1铜获得者、俄罗斯运动员亚历山大·博利舒诺夫，来店几次后，他和赵惊熟络起来。分别时，两个人还互送礼物表达祝福。

“之所以举办这样一场阅读活动，就是在这个特定时间，号召大家一起阅读。”三联韬奋书店店长安邦表示，“其实，很多人平时在家也想静下心来看看书，但经常被这样或那样的事情打扰。于是，我们在世界读书日给想读书的人一个契机，让大家暂时放下手机，捧起纸质书，静静地读上一小时。”

虽然只是三天的活动，但参与者百余人。“参与此次活动的读书爱好者年龄层分布很广，大部分年轻人在网上直接报名;一些中老年人则是书店的常客，步入店内看到活动就直接参与了;还有一些外地

游客，在游览时会经常光顾书店，看到有这样的挑战，直接驻足书店，选一本自己喜欢的书，立刻读起来。”

据店员统计，绝大部分参与者都可以完成挑战，并获得书店赠送的笔记本、书签等小礼品。“不少阅读者，沉浸其中，拿起书时天还光亮，放下书时天已擦黑了。”宽窄巷子书店店员说，还有几位读者从早上10点开门就进店了，直到晚上闭店才恋恋不舍地离开。并对店员说，“这样的活动真好，给了我一个阅读的理由和平台。其实挤出时间阅读，并没有想象得那么难。”

“通过这样的形式激发人们的阅读热情，让大家享受到阅读的快乐，正是我们举办活动的初衷。”安邦欣慰地表示，线下阅读其实是人们文化生活中不可或缺的一部分，它不需要借助太多的东西，一个人、一把椅子就能完成，而且这种体验极其美妙。

## 跨界多元文化 延伸阅读半径

实体书店除了引导大众“走进”阅读，也在活动形式上不断“出新”。在跨界盛行的当下，如何让读书这一文化活动拓展到更多文化领域，形成相得益彰的精神层面互动，也是安邦一直思考的问题。

“2022年，我们携手KNM小古典，按照每月1场的频次，计划陆续推出7场主题学术交流、思想碰撞、音乐演绎的线下活动。而首场活动就放在了世界读书日。”安邦说。

4月23日，宽窄巷子店携手KNM小古典开启“我们一起唱首四川的歌”主题活动，活动当天，四川音乐学院作曲系副教授刘奇琦、吾恣室内合唱团主创人苏哈、指挥邓东伟等人，与读者一起歌唱，分享四川的声音，分享音乐的故事。

“什么是合唱?”

“合唱就是一堆人在一起，张大嘴巴大声歌唱吗?”

在合唱老师苏哈抛出问题后，他开启了关于合唱的分享。

“我第一次接触合唱，是在高中的正式演出中。当时我惊讶于4个人的合唱组合居然可以做到这么多的事情，也让我对合唱有了一次概念上的改观。”苏哈接着说，后来，他第一次到意大利，又体会合唱可以做到和独唱完全不同的表达。“合唱可以做不同的声部，可以展现不同的形式。”

而当苏哈接触到刘奇琦老师后，他又发现合唱其实还可以加入川剧，模仿戏曲的唱法。“所以，我觉得合唱就是无限可能。”

……

在一段段分享后，活动现场的吾恣室内合唱团就在苏哈的带领下，为观众演唱了结合四川元素、带有四川方言的原创新曲《步步高》，同时还带领大家一起合唱《城里的月光》《漂洋过海来看你》等耳熟能详的流行曲目……在一波波声音汇聚中，每个个体听不见自己，但却能感觉到融入湖泊大海的归属感，在合唱声中唤醒对生活的热爱。

“接下来我们将每月1场，邀请教授学者、乐团、诗人、演奏家，共同探讨川剧和当代音乐的距离，现代电子音乐的多元化样态，古琴的魅力，音乐与诗歌的结合……”安邦对接下来的融合已经排好了时间表。

“实体书店不是只能跟读书相关，它还是延展人们精神文化生活的一个载体。”安邦说，去年，成都当代影像馆在做法国著名摄影家贝尔纳·弗孔的一个展览，他们就与成都当代影像馆合作，在三联韬奋书店呈现与弗孔相关的展览现场及影像资料，并举办了弗孔与文学主题分享会、弗孔相关书籍翻阅等活动。期间，不少读者专程从外地赶来，就为听这样的主题分享会。

“阅读其实是文化生活中的一种媒介。”安邦说，“我们希望以阅读为核心，推动跨界思想的交流与碰撞，不断延伸阅读的思想半径，也为大众的公共文化空间探索更多的可能性。”

# 父母读书带来的启示

——写在世界读书日

李寅峰

前几日，姐姐前往探视住院的父亲时，发给我一张她抓拍的照片——身着病号服的父亲端坐在病床一侧，正在津津有味地翻看着面前小桌上那本厚厚的书。他的侧面，是醒目的输液架，化疗药正通过输液管缓缓注入他的血管。对于肿瘤病人来说，化疗的痛苦令人翻江倒海，但照片中，老父亲读书的神情却平静温和。

看到这张照片，我笑了，随手回看了我前一晚隔门偷拍的母亲的阅读照片——卫生间内，坐在凳上泡脚的母亲，双手端着书最近痴迷的金庸小说，静静地享受睡前的阅读时光。这是母亲近来的常态。

我的父亲母亲均已八旬之年，生活中，他们不可避免地要与衰老和疾病做着斗争。但是每次看到他们宁静地读着书，我常常出现幻觉，感觉到这样专注读书的爸爸妈妈，还是我小时候看到的模样。所谓“书中自有颜如玉”，这或许是另外一种解读?

爱读书的人，总是在书籍中得到更多的精神和力量。在我的老父母身上，这句话不知应验了多少回。

记得前年父亲刚刚确诊胃癌时，我们都无比担心甚至焦虑，生怕父亲扛不过这一关。后来，主治医生的一番话，令我们备受激励。他说：“每次查房时，都能看到这老爷子在病房里读着书。可见他心态平静、意志坚强，这对治疗来说非常重要。再加上他身体条件不错，会好起来!”

而焦虑的妈妈在家中等候的那段时间，基本也是在阅读中熬过来的。

我的父母并不是高级知识分子。同为中学教师，父亲教数学，母亲则当过多年的音乐老师。他们读的书也并不深奥，多数是较为通俗的文学和历史类书籍。他们只是把喜欢读的书，读到了极致。从每一本阅读的书中汲取营养，并呼应到平凡的生活中。

就在昨天，母亲给我展示她读《笑傲江湖》时所做的读书笔记——她会把好的语句、词语写在笔记本上，或者记在手机的备忘录里。她也喜欢把自己的感受讲给我听，希望我能够有所共鸣。

因为读书，家里总是多了许多亲人之间的交流。我想这也是

父母喜欢读书带给家庭的一大幸事。

记得小时候，每日我睡前，都会看到他们或躺或坐读着书。甚至，他们常常就会某一本书展开讨论，或分析情节、或讨论人物。读书速度较快的父亲也经常担任“说书人”，把他刚刚读过的书讲述给母亲听，母亲也会提出许多问题，父亲都会耐心分析、解答。

很多时候，我是在他们的“说书”声中入眠的。那也是我得到的最早的文学启蒙，以至于直接影响我最终热爱并考取中文专业。此为后话。

总之，在我父母的生活里，这样的读书、“说书”持续了半个多世纪。退休后，这样的互动更加密切、频繁。而他们也成为亲朋好友、同事邻里们共同认可的恩爱夫妻的楷模。

我也会猜想，在漫长的时光中彼此温柔以待，彼此帮扶激励，书卷气该是给他们增加了很多正能量吧!共同读书的时光，又为他们半个多世纪婚姻中留下了几多深情的回忆?

父母的阅读生活，给我们子女甚至孙辈们形成重大的影响。后辈人热爱读书，也是他们对我们非常大的期望，他们为此付出了很多努力。

20世纪70年代末，正是父母上有老下有小的困难阶段。但我记忆中，我家兄妹四人都有属于自己的期刊，那应该是父母斥“巨资”给我们订阅的。学龄前的我也知道每月初等待邮递员来送我的连环画报。就是在那样的期刊里，我连拼音带汉字地初识了文学——南斯拉夫童话故事《拉比齐出走记》，让我时隔40多年依然历历在目。

而如今，父母到哪个子女家，看到我们从书架到床头都放着书，他们会很开心。如果哪个孙辈儿不喜读书沉迷手机，他们会表示出深深的担忧。

说起来，我们真的远远不如父母那一代人。电子产品的介入，让太多的父母放下了书籍，孩子们又怎能养成阅读的好习惯?

恰逢世界读书日，看着白发苍苍的父母并肩阅读的侧影，不禁感慨，遂写此文，以激励自己，鼓舞后人。



## 在重庆，打卡一路书香

凌云

读书不觉已春深。在这个充满浓郁书香的最美四月天里，“打卡最美书店”不仅成为“书香重庆全民阅读行动”的亮眼篇章，也成为重庆市民乐在其中、获益匪浅的文化新时尚。

“近悦远来，书香重庆。”一说到享誉山城的“网红”书店，那就不得不提“钟书阁”。位于九龙坡区的这家书店，被网友戏称为“8D魔幻山城”的“盗梦空间”，因为过分美丽，据说刚开业时，专门来拍照的人比看书的还多……

找一个空闲日，前往眼见为实：中庭起伏错落的阶梯宛如“山城步道”、天花板镜面的映射奇幻多变——这“崎岖书山”的独特设计，确实令人眼前一亮。庆幸的是，“红极一时”过后，书店终于又恢复了原本应有的恬静舒适，正好沉浸其中，乐享阅读清趣。

春夏之交，气温回升，和鱼儿们一起遨游在知识的海洋里共享清凉，也不是不可能——有人开玩笑说，“瞰澜·樊登”就是这样一家被“养鱼”耽误的书店。

作为樊登书店在全国最大的分

店，入驻江北区的瞰澜·樊登，给人的第一印象就是“跨界”：书店+水族景观，带给人不一样的阅读体验;除此之外，这里还是重庆图书馆的创客空间，亦能见到三峡博物馆的文创产品……一下午，就这样在五彩斑斓的水世界和清新养眼的盆景包围中，静静读完一本麦家的《人生海海》，挺惬意。

曾经有人发出过这样的灵魂拷问：在重庆，书香是否不如火锅店?……而在渝北区，颐园生态公园内的湖畔园林火锅无缝衔接隐逸文艺书店，便完美回答了如何实现“两个文明双丰收”问题。

深藏于城市一隅的这家小公园，貌似平平无奇，却是个幽静所在。找一个雨霁天晴的中午，约三五好友相聚火锅宴后，转身便可到楼下的“逸书店”偷得浮生半日闲。湖山之畔，层楼之间，坐在视野绝佳的露台上，一壶茶，一本书，感慨案牍劳形日久，望天上云卷云舒的休闲时光似乎已变得有点奢侈。翻开余光中的书《长路漫漫我们慢慢走》，读到“午后的阳光是一种黄澄澄的幸福”一句，不禁心有戚戚焉。

闲闻趣事

# 今天，你跳毽子操了吗?

本报记者 李冰洁

要说最近社交平台上什么最火，那“刘畊宏女孩”一定占有一席之地。这个流行语源自中国台湾明星刘畊宏的健身直播，他的《本草纲目》毽子操跟跳“打卡”视频频频登上各大网络平台热搜，开始参与直播跟练的大多是青年女性，因此被称为“刘畊宏女孩”。现在，不仅“刘畊宏男孩”不甘示弱，更是出现了广场舞毽子操。而刘畊宏本人也凭借带领家人和网友跳毽子操，一跃成为“互联网+健身”的现象级博主，在某短视频平台上10天内就涨粉3000多万，4月26日当晚，更是成功突破5000万。

“今天，你跳毽子操了吗?”也成为朋友间新的问候方式。

网友小乐每天跟闺蜜聊天的开场白就是这句话，她已经成功把跟跳毽子操推荐给了身边好多朋友。“开始就是刷短视频看到了，觉得挺火想跟风跳一跳，但现在已经决定要坚持下去了。”

很多网友跟跳毽子操的初衷是减肥，小乐也不例外，但由于跟练时间不长，她还没有达到目标体重。不过，从刘畊宏妻子王婉霏发的对比视频可以明显看出，她现在与跳毽子操之前的身材有了不小变化，可以说减脂塑形的成效显著。作为新晋“刘畊宏女孩”的小乐则是感到自己的耐力有所增强，开始跳十几分钟

就累到“躺平”，现在已经能坚持跟跳较长时间了。

健身博主“直播带练”逐渐成为趋势，这种“云健身”由于门槛低、时间灵活、能够足不出户锻炼，且直播形式多样、趣味性高，成了刘畊宏的毽子操能“火出圈”的原因。

网友小非在社交平台晒出自己练了一个月的身材对比图，“小肚腩”变“马甲线”惹来朋友们的羡慕。“之前也练过其他博主的课程，跟刘畊宏练是因为他直播间的氛围很热闹。”小非说，自己是居家隔离期间比较无聊才开始锻炼，觉得毽子操里高抬腿的动作对瘦小腹赘肉有效就一直坚持，一个月下来无论是心情、心态，还是肉眼可见的体型都有很大变化，她也成了朋友圈的励志典范。

的确，最近受疫情影响，不少人居家隔离或居家办公，或多或少会有焦虑情绪。刘畊宏在家里开直播带领网友健身，不仅是燃脂锻炼，更是一种“隔空陪伴”。“小乐直言，直播跟练感觉像是把刘畊宏请来做私教了，“他确实专业，节奏很好，气氛也很欢乐。”

虽然跟练过程会大汗淋漓、气喘吁吁，第二天甚至腿疼得要“扶墙走路”，但看了这么多励志案例，不禁每天要问自己一句——

今天，你跳毽子操了吗?

休闲窗

# 天津市民乐享“文博大餐”

本报讯(记者 李宁馨)近日，天津市文博场馆陆续恢复开放，安排了丰富多彩的线下活动，并积极整合馆藏资源，依托新媒体推出多项线上活动，为市民奉上一道道“文博大餐”。

如，天津博物馆“耀世奇珍——馆藏文物精品展”书画类文物于日前调陈上新，新上展品18件，包括明清及现当代艺术家作品，满足观众的观展需求;周恩来邓颖超纪念馆推出“光辉的历程——中国共产党百年图片展”，展览设在该馆湖

边长廊，通过精选的150余张历史照片，以党的历次全国代表大会为主线，以会议重大决策为重点，全面回顾了党的一大到十九大的光辉历程和伟大成就;平津战役纪念馆将推出“平津红色讲堂”活动，寓阅读、研学、文创为一体，具有很强的互动性和趣味性，引导青少年读红色故事、学红色历史、传承红色基因;天津自然博物馆将推出“语鉴春天”“博物馆奇妙夜”等研学体验活动，由专业老师带领孩子们近距离观察鸟类、昆虫和植物等，参与劳动、亲近自然，感受春天的多姿多彩等。