

非 遗故事

革命先烈精神永恒

——“文华大奖”越剧《枫叶如花》感动北京观众

本报记者 李寅峰

“三位革命前辈抱着必死的信念，朝着家乡的方向齐刷刷地双膝跪下，委托女主人公在父母坟前说‘您的儿子是个孝子’，舞台上的这一幕，深深震撼了我……”观众程锋说。

“被捕后，为了绝敌人威逼利诱之念，朱枫烈士毅然吞下母亲留给她的金锁，生死之际，她如泣如诉地唱着她对一双儿女失约的遗憾，以及对新中国的祝愿。看到这一幕，同样作为女儿和母亲，我的眼泪止不住地溢出……”观众林小玲说。

4月3日晚，时间临近22点，中央歌剧院剧场内，演员一再谢幕，观众们站在舞台前，座位旁久久不愿离开，掌声更是久久不息。当晚，越剧《枫叶如花》完成文化和旅游部、北京市人民政府联合主办的新时代舞台艺术优秀剧目展演活动，正式落下帷幕。两天的展演，这出源自江南水乡的越剧大戏，以其精彩的剧情、精湛的表演带给北京观众一场难忘的艺术享受。

如同程锋、林小玲一样，散场后，还有许多观众泪光晶莹。一位付姓阿姨告诉记者，她是从东北来京探亲的，应家人之邀前来观剧。最初，她认为越剧是江南剧种，与她的家乡地域文化差异太大，或许听不懂。但观剧后，没想到自己不仅听懂了，而且深受感染。

一部能够如此打动观众的艺术作品，成功的背后，有着多重因素。

“本剧是根据中国共产党隐蔽战线女英雄朱枫烈士的事迹创作而成，以此致敬为祖国统一大业英勇牺牲的先烈及无名英雄们，被观众誉为越剧版‘潜伏’。”该剧编剧王宏介绍，真实历史里的朱枫，1905年出生在浙江镇海的一个富裕家庭。1949年，在新中国成立的前夕，她完成上级任务，正准备回上海与家人团聚时，却突然接到赴台执行重要情报工作的密令。面对亲人团聚与革命理想的两难抉择，她毅然决然地选择了后者。1950年，因叛徒出卖，朱枫不幸被捕。面对敌人的酷刑拷打和威逼利诱，她始终坚贞不屈，最终于1950年6月在台北马场町刑场被杀害，终年45岁。

王宏表示，英雄的壮举就是本剧的灵魂，先锋的力量是创作的“动力”。剧中的烈士用生命诠释了共产党人“不忘初心、牢记使命”的誓言，引领观众重温老



一辈共产党人在红色年代里为捍卫信仰、追寻真理而不惜流血牺牲的伟大历程，有着极强的现实意义。”

导演杨小青则表示，创作过程中，本剧尝试性地越剧与歌剧相结合，赋予该剧以诗化的、美丽的、时尚现代的“革命抒情”。比如该剧开头运用歌队营造庄严氛围，再依次展开，宏大场面突破了越剧惯常的“儿女情长”叙事风格，增加作品恢宏、悲壮的史诗般审美品格。同时，为了使舞台呈现更丰富多样，该剧在战争场面、特务追捕等场面中也采用了类似音乐剧的群体歌舞，使之与越剧的抒情片段有机融合，有了突破传统的现代感。”

主创团队中除了著名编剧、导演，更有包括两位梅花奖演员在内的8位国家一级演员，以及其他150余

名演职人员参演。可以说，《枫叶如花》全剧汇聚了大批具备全国影响力的舞台艺术创作专家。整个团队几经打磨，在保持戏曲本质的前提下，赋予全剧别具一格的时代审美价值。

领衔主演女一号华枫的是浙江小百花越剧院院长、国家一级演员、中国戏剧梅花奖得主王滨梅。据她介绍，每轮演出后，剧团都组织专家研讨，广泛征集意见建议，其间进行了五次大的修改打磨，小的修改不计其数。创作前期，剧组专门赴宁波镇海朱枫故居采风寻找灵感，组织军训锻炼演员们的军人气质。此次进京演出期间，为了更好地呈现革命先辈坚贞不屈、信仰如钢的品质，全剧组演职员还专程赴北京西山国家森林公园无名英雄纪念馆，瞻仰先烈、致敬英雄。“我们作为专业文艺表演单位，

通过戏剧等文艺精品形式去传播主旋律、弘扬正能量，是我们当仁不让的责任。”王滨梅说。

据介绍，该剧自2018年推出以来，历经全国巡演和网络展播，深受各界好评。截至目前，已获得第十七届文华大奖、2019年度国家舞台艺术精品创作扶持工程重点创作剧目、浙江省第14届精神文明建设“五个一工程”奖、浙江省第14届戏剧节“兰花奖·特别大奖”等诸多荣誉。

“情浓处，血染青天，叶落时，与根同眠，一世情缘生死恋，丹心暖人间……”当主题曲再一次响起，观众们掌声再起。

一位白发苍苍的观众说：“愿这热血沸腾的家国情怀、英雄信仰，永久地矗立在中国这片热土，矗立在后辈的心间！”

休 闲窗

第八届天津市民文化艺术节开幕

本报讯(记者 张原 李宇馨)“春风十里，我在天津等你。”3月31日，第八届天津市民文化艺术节在天津市民园广场举办。

本届艺术节精心打造了“春日有约阅读赏花季”“消暑纳凉文艺演出季”“秋实累累融合发展季”“冬藏见喜乡村欢乐季”四大主题50项有质量、有创意、有特色的群众文化活动。其中“春日有约阅读赏花季”以全民阅读系列活动和海棠花节、桃花节为主，在春日气息里邀约大家踏青赏景，播种知识，包括第七届“你好，天真”少儿创意美术系列活动等15项活动。“消暑纳凉文艺演出季”以群众参与广泛的广场舞、模特秀、社区活动等演出活动为主，体现“群众编、群众演、群众看”的热潮劲儿，让大家“乐在身边”。“秋实累累融合发展季”突出京津冀协同发展、文旅融合等特点，涵盖非遗活动，包括七里海文化旅游节等12项活动，吸引群众享受累累硕果。“冬藏见喜乡村欢乐季”主打乡村快乐事儿，以各种走进“田间地头”的演出等活动为主，充分挖掘、宣传天津特色乡村文化，展示新时代乡村振兴发展成果，展现新时代农民精神风貌，包括乡村春晚等9项活动。

据了解，天津市民文化艺术节开幕式与“津遇和平·海棠花节”同期启动。

“跑遍四川”乡村系列赛(犍为站)鸣枪

本报讯(记者 徐金玉)近日，“中国茉莉之乡”和邦生物乐山犍为第三届半程马拉松赛暨“跑遍四川”乡村系列赛(犍为站)鸣枪起跑。此次比赛分为两个项目三个组别，包括男子半程马拉松、女子半程马拉松和欢乐跑，吸引了5300余名选手参赛。参赛选手一路奔跑，欢乐跑的群体中有并肩作战的一家三口、有相约用奔跑度过周末的好朋友，他们尽情释放活力；半程马拉松赛的参赛选手则是紧盯终点，合理制定分段配速，力争顺利完成，比赛后半程则是互相鼓励，相约终点见。

经过角逐，埃塞俄比亚选手胡德以1小时04分48秒夺得半程马拉松

男子组冠军，埃塞俄比亚选手德斯塔和中国选手高成易分获亚军和季军。中国选手张开琴以1小时18分09秒获得半程马拉松女子组第一名，宋璇和姜琴分列二、三名。

犍为县相关负责人表示，此次半程马拉松赛是犍为县“活力犍为·青春嘉年华”的主打活动之一，吸引了中国、菲律宾、埃塞俄比亚等国内外的跑友参赛，为推进文旅深度融合、提振经济发展注入了源头活水。

下一步，犍为县也将继续大力实施“体育+”战略，相继推出浪漫犍为、文儒犍为、欢乐犍为等系列文旅活动，让市民游客深切感受“千年儒城·古郡犍为”的独特魅力。

第一届“中国电影编剧周”在福建泉州闭幕

本报讯(记者 王惠兵)近日，第一届中国电影编剧周闭幕晚会暨第13届“中国影协杯”年度十佳电影剧作推介之夜在福建泉州举行，多位电影业界知名编剧、导演、演员、剪辑师、制片人等齐聚晋江古城，共同助力优秀电影剧本创作推介。

作为中国电影编剧领域的重要活动之一，“中国影协杯”年度十佳电影剧作推介及推介活动此前已成功举办12届。今年，该活动在原基础上扩充提升为“中国电影编剧周”，并以“致敬编剧”为主题，旨在打通电影制作产业链，进一步推动电影与文学的联动发展，为编剧和作家提供良好的互动平台，加深文学与电影的联结，助推中国电影高质量发展。

“中国电影在某种程度上需要向中国文学致敬，最近中国科幻电影也是从文学中汲取养分，有了很大的发展。”全国政协委员、中国电影艺术研究中心研究员皇甫宜川认为，剧本是电影创作的关键，深入的社会实践是编剧创作重要的源泉，深入生活才能在电影中更好地反映生活。

泉州是古代“海上丝绸之路”的重要起点、首批国家历史文化名城、首届东亚文化之都。中共泉州市委副书记、泉州市市长蔡战胜表示，泉州拥有深厚的文化底蕴、丰沛的文学土壤，是孕育影视编剧的天然富矿，真诚地欢迎广大影视编剧工作者常来泉州，深入感受泉州厚重沉淀的历史文化，相信当编剧遇见泉州，定能擦出灵感火花，书写精彩故事。

科 学健身

飞盘：飞扬的青春与健康

李琳琳 李相如

近段时间以来，中国飞盘运动从小众运动中火速“出圈”，一度发展成为时尚网红运动，参与人数呈几何倍数增长。那么为什么飞盘运动会突然火爆呢，其自身具有哪些价值？

首先，飞盘运动具有良好的健身价值，是一项无氧与有氧相结合的体育运动。运动中，参与者会运用到跑、跳、投、掷等基本身体能力，需要不断地进行急停、急起、变向、冲刺等运动，这对参与者的心肺功能、力量、耐力、速度、灵敏度、协调度等均具有一定的锻炼作用。

其次，飞盘运动有益于心理健康，运动中所传递的公平、开放、沟通、合作等理念和原则，潜移默化地影响着每一位参与者，有助于塑造参与者良好的品德，而这些品德不论在运动场上还是在平时生活中，都是为人处世的基础。

再次，飞盘运动可以培养拼搏精神。飞盘运动之所以火出圈，得益于其强大的精神内核，它强调“盘不落、永不放弃”的运动理念与核心价值，赛场上一次次奋力扑救，不放弃每一次把握飞盘的机会，完美诠释了对待生活挫折与困难的态度与决心，不仅反映了一种生活态度，更是一种人生哲学。

最后，飞盘运动可以培养规则意识，它要求飞盘玩家一定要遵守五项原则，即熟知规则、保持公平、享受过程、友好沟通、避免身体接触等，这些原则也正是飞盘运动的魅力。我们常常会在赛场上，或者训练后，看到盘友们围成“飞盘精神圈”，大家或站立或席地而坐，对当天的活动进行复盘，互相自我介绍，讲讲赛场感受，聊聊飞盘技术，氛围特别和谐融洽，有效拉近人与人之间的距离，充

分展现了飞盘运动的社交属性。这一刻，尽管大家有着不同的身份、职业、年龄和性格特征，但飞盘就像一个“圈”，把大家“圈”在了一起。

目前，参与飞盘运动的群体主要集中在两类活动中，第一类是极限飞盘玩家的群体，这类活动主要在各大城市及大学中开展；第二类融合性飞盘项目，主要用于企业团建、亲子活动，使用的飞盘也多种多样。

随着飞盘运动参与人群的不断扩张，运动损伤是运动中时有发生的情况，也是困扰大众参与的核心问题。在飞盘运动中，参与者需要始终盯着飞盘进行跑动，这时容易出现无接触损伤。其中大腿肌肉拉伤和踝关节韧带损伤居多。此外，上肢损伤常见的部位有小臂和肘关节、手指和手腕、大臂和肩关节等。

如何在运动中减少损伤？应注意

以下几点：

首先，运动前要做好运动防护，要穿戴专业的运动装备，如具有防滑功能、抓地力强的运动鞋，速干衣，飞盘手套，护膝等，建议佩戴遮阳帽、墨镜，以确保运动视线不受影响。

其次，做好热身，参与者要在运动前做好全身大肌肉群的拉伸，特别是运动损伤发生率较高的部位，如大腿、踝关节、肩关节、手臂、手指等。

第三，运动中要注意预留防守距离，避免硬接飞盘，避免采取较高难度的动作，例如：飞扑接盘动作。

第五，运动后要处理好和放松拉伸活动，可以进行静态拉伸，并使用泡沫轴来放松肌肉。同时，由于运动时出汗量大，尤其是夏季高温时，应注意及时补充水分和电解质。此外，还要注意不要留长指甲，防止接盘时指甲受伤。

飞盘运动是一项充满青春与魅力的时尚运动，在紧张、繁忙和劳累的工作之余，可以与亲朋好友共同走向户外，享受一片飞盘、一块场地带来的运动乐趣，这对于消除疲劳、愉悦身心、增强健康都十分有益。

(作者分别系山东体育学院副教授、南昌工学院特聘教授)

闲 闻趣事

绘生活艺术 画美好人生

——《一个人的意大利》去剑桥学插画新书发布会举行

本报记者 徐金玉



“好的画作就如好的文字一样，在带来美好的同时，也可以带来用心生活的力量。”一位观众说。

“插画是非常私人的创作。成熟优秀的插画师的作品都自成风格，他们对生活有着不同的体悟，进而有不同的绘画表现方式和风格。这些画和故事，不仅陪伴着作者，也能温暖治愈着我们。”一位读者分享道。

近日，中国轻工业出版社《一个人的意大利》《去剑桥学插画》新书发布会在中国国际展览中心举行。本次新书发布会以“绘生活艺术，画美好人生”为主题，吸引了新书作者及数十位插画爱好者、粉丝读者参会。现场既有作者对整本书创作经历的回顾，也有现场读者朋友的热情提问，还有与会人员对两本书的讨论和品鉴，为时1个多小时的活动内容丰富，欢笑声不绝于耳。

中国轻工业出版社董事长、党委书记王献新介绍，中国轻工业出版社作为国家一级出版社，培育了生活美食、时尚健康、旅游休闲等图书品牌，在读者中产生深刻影响。这次同样是秉持着“为了生活更美好”的出版理念，特别推出了《一个人的意大利》《去剑桥学插画》这两本新书。

《一个人的意大利》是新锐青年插画师、尼诺艺术资深讲师须臾关于意大利见闻的个人作品集，全书近200

张插画，张张精美动人，让人如身临其境般感受意大利。它的封面采用硬壳圆角精装，庄重而不失质感，正文纸质彩印，高度还原绘画特质。

翻开这本书，就等于翻开了须臾眼中的世界：异国他乡的人情冷暖，旅行中的美妙邂逅，少女独自面对巨大世界的真诚和勇气，都是画者渴望留下的时光。“愿你看完，也能爱上生活。人生苦短，要活得精彩。”须臾说。

《去剑桥学插画》则是优秀青年绘本艺术家小艾(温艾凝)在英国剑桥的速写插画集。她在画里寻找自我和内心的宁静，也通过画让自己的认知和感受得以延伸。《去剑桥学插画》见证了小艾的成长足迹，她分享了在剑桥学习插画的各个阶段，也记录下和世界发生碰撞时那些美好的瞬间。全书近300张作品，饱含她对于艺术和生活的热爱。

目前这两本书已在当当网首发，随书附赠2张精美装裱画以及作者亲笔签名，不到一个月已经位列新书榜前几名。

“她们的作品和她们对插画的热情一定会打动读者，为广大的插画爱好者、旅游爱好者提供美的感受和体验。这两本书后续线上线下活动还有七八场，感兴趣的读者关注出版社的官网。”相关出版负责人说。



2023年北京国际长走大会在北京昌平举行

日前，“2023年北京国际长走大会”在北京昌平大运河白浮泉遗址公园和新城滨河森林公园举行。本次长走大会的主题为“行走运河源 奋进新征程”。作为大运河源头遗址公园开园和“运河源 白浮韵”昌平运河文化主题系列活动之一，长走大会以白浮泉遗址公园开园为契机，让更多人了解大运河北端源头白浮泉遗址，积极带动文旅融合发展。

本报记者 贾宁 摄