



# 为了一起流汗的幸福

□ 白丁

相信成为国家战略的全民健身会带给个体发展更多改变,也会带给社会发展乃至主流价值观更多改变

有计划的马拉松比赛将超过800场。如今,即便是动辄数万人参与的一场马拉松赛事,想成功报名也不容易,很多时候还要靠抽签碰运气。

这样的现象不难理解。经济发展了,日子变好了,人们便开始有了这样的观念——身体好才是真的好。有数据显示,每在运动健身上多投入1元,医疗保健就可以减少7到8元投入。如果流汗带来健康幸福,何乐而不为呢?

就在今年6月23日奥林匹克日这一天,国务院印发的《全民健身计划(2016-2020)》提出,到2020年,群众体育健身意识明显增强,每周参加1次及以上体育锻炼的人群达

到7亿人。这意味着,也许3年多以后,公园、健身房、体育馆将成为绝大多数人业余休闲的首选地,这些场所将更加抢手。可以预见的是,在新一轮周期里,各级政府会对全民健身事业投入更多的资金,投入更大的精力,老百姓也会从中得到更大的实惠。

不过,要实现全民健身,可不只是建设体育设施、开展体育活动这么简单。这是一项复杂的系统工程,需要考察更多的幸福指数。大如环境,现在很多人跑步运动的最大阻力并不是懒惰,而是雾霾天。天气不好的时候,不少爱跑者只能在家里望“霾”兴叹。小如运动贴士,运动损伤可能对关节造成不可逆影响,如何培养更多体育指导员,让百姓

避免不必要的伤害,实现科学健身,也是全民健身发展中需要解决的问题。无论是政府主导还是社会参与,都还有巨大的努力空间。

所以,实现全民健身的过程,也就是让百姓共享发展成果的过程。健身看似只是自己的事情,其实事关每一个人。全民健身的推进,不仅仅是自我实现的过程,也是精神交流、社会发展的过程,还是产业升级、拉动内需的过程。说到底,全民健身工程是功在当代、利在千秋的民生工程。将全民健身上升为国家战略,最大意义在于将政府、社会、个人的多元诉求统一到国家的战略层面进行统筹协调,最终形成政府主导、社会协同、公众参与、法治保障的社会治理体系。

让参与门槛降到最低,让参与人数达到最多。相信成为国家战略的全民健身会带给个体发展更多改变,也会带给社会发展乃至主流价值观更多改变。

唯有如此,全民健身才更能彰显其“全民”价值。

## 舌尖上的偏见

□ 秋实

水土人文决定了一个地

方的饮食习惯,习惯的不同

就造成了舌尖上的偏见

端午过后,家人一直拿粽子做早餐。麻利解开棕绳,几口吃完成肉粽,真想来碗咸豆浆。浙江人在豆浆里舀上一勺酱油点卤、撒点儿嫩葱榨菜沫儿,捧起海碗大吸一口,鲜美得通体舒畅。

和番茄炒蛋一样,粽子和豆浆的甜咸之争几乎会给每个离家求学的游子上一堂文化碰撞和地域差异课。

那根本不叫豆浆,那就是豆腐脑;粽子怎么能用棕绳穿呢,应该用粽针穿。我的大学室友——一个来自江苏盐城的姑娘,这样告诉我。她自小吃的就是甜粽:白粽子蘸糖,或者是蜜枣、赤豆做馅儿。想吃口咸的怎么办?有啊,喂上一碗小泥螺、掏空几个咸鸭蛋,配一碗煮粽子的清汤做茶。不过粽子只吃甜口的,她从小喝的豆浆也只放糖。

靠山吃山、靠水吃水,水土人文决定了一个地方的饮食习惯。习惯的不同就造成了舌尖上的偏见。

清朝年间,扬州八怪之一的金农,画卖不掉,靠制作画灯笼糊口,还得托在南京的袁枚代售。袁枚努力了一阵,没有效果。金农穷极,再催问,袁枚只好回信称:“先生笔墨,遗世独立,付烛奴以光明之,真奇宝也。奈金陵人但知食鸭脯耳。白日昭昭,尚不知画为何物,况长夜悠悠乎?”

金农的艺术水平自不必说,早已被后世认可,但袁枚引为借口的“金陵人但知食鸭脯”却结实实地给南京人扣上了一顶大帽子。

也有笑话称,一个宿舍打算煮点绿豆汤消暑,主意一出群策群力,有人去买绿豆,有人去买冰糖,苏州人不知上哪去买红绿丝,广东人说趁菜市场没关门我去买点海带。可以想见,这是一锅众口难调的绿豆汤。

吃在嘴里,甜在心间。一个麻辣兔头能让湖南四川妹子好吃到“飞起”,一碗土笋冻每次都让我的一个厦门朋友引吭高歌。闽南人民有首传唱的歌曲叫:《哇,土笋冻!》“土笋冻呀土笋冻,最好吃真正稀(正宗),天脚(底)下,窈(全)都真稀罕,独独咱家乡出这项。酸醋芥末芫荽香,鸡鸭鱼肉阮(我)都无稀罕,特别爱咱家乡土笋冻,哇,哇,想做土笋冻。”

她携夫婿从美国回娘家,心心念念这碗土笋冻。先生是江南人士,想着这土笋冻顾名思义应该和带着泥土芬芳的嫩笋差不多。结果,却是沙虫开膛破肚熬煮出胶质凝固成的透明块状,虫体还清晰可见。自然,先生拒吃,只好听她用闽南语念白《哇,土笋冻!》。

都是饮食男女,味蕾如此顽固、舌尖如此挑剔。难怪老派母亲会出阁的女儿说,“抓住他的胃就抓住了他的心”;网上的小姑娘会发帖求助——“我和男友吃不到一块儿去,还能过到一块儿去么?”

其实没那么复杂,文中我的盐城同学,毕业后离开北京去了上海一家报社工作,吃了咸肉粽,喝上咸豆浆,还承认这种没有形状的咸豆浆的确不算豆腐脑。而厦门好友的夫婿,试遍当地美食之后,爱上了五香条、手抓面、花生汤,也算是和妻子求同存异。

所以说,美食节目“舌尖上的中国”“十二道锋味”之所以火,就是因为我们好奇、我们惊叹、继而我们尝试、我们理解、我们接受。

去云南出差,上飞机前去早市买点儿新鲜的鸡枞菌回家给家人熬汤喝;陕北的黄馍馍走进大城市连锁店,周末带家人去尝尝;明星的椰汁白酒煮青口让淡菜高级了不少,朋友聚会可以牛刀小试。

或许我不吃辣,但我愿意学你拌上一点老干妈;或许我没你那么爱吃酱鸭腿,但不妨碍我陪你一起看球赛直播。

各美其美、美人之美。饮食如是、生活如是。

## 零距离享受电影

□ 吴学安

让每位众筹者实现自己的电影梦,同时又有理想的收益,这才是电影众筹最奇妙的地方

一部以工人诗人为主角的纪录片——《我的诗篇》正在全国影院上映。值得关注的是,该片当初的拍摄制作就是通过众筹实现的,此次放映仍然得益于广大网友的众筹。制片方希望在全国范围内以众筹观影的方式实现1000场影院放映,影响10万观众,用“诗意”点亮一座座城市。

与传统的融资方式相比,众筹更为开放,门槛低,项目多样化,并且注重创意性,为普通投资者和创作人提供了更多可能。不过,众筹观影也引发了不小的争议。不少网友认为,众筹观影不过是个噱头。也有网友认为,市场原本就该是多元的,现在的排片都是商业大片唱主角,简直不给文艺片留活路,太糟糕了。众筹观影,起码是一次探索,还是值得鼓励的。

过去的2015年被业界称为“众筹元年”,众筹行业在这一年迅猛发展,众筹平台如雨后春笋般涌现。从众筹150万元的动画电影《大鱼·海棠》到获得2.8万名粉丝支持的“快乐男声”主题电影,都为大银幕贡献了新鲜血液。电影众筹有不少项目取得了成功,包括《大圣归来》、《叶问3》,新《寂静岭》等爆款影片都超额完成筹资目标,收益也十分可观。这些影片的成功问世,不仅说明了影片在资金的筹集上获得巨大成功,更是让很多普通的影迷或观众有了一种直接参与电影投资的机会。

在讲究体验消费的时代,亲自参与的吸引力不言而喻。好的参与不仅仅在于推动电影及周边的多方向消费。对电影前期立项选择、电影投资、电影宣传等更核心的参与将会成为未来的主流形式,在这方面,电影众筹显示了它独特的优越性和生命力。众筹可以让电影从制作到上映的全程都能得到宣传,还可以通过奖励众筹做很多电影的衍生品,同时还可以对观众进行专项调查,了解观众对电影喜好类型,年龄层次等,更好地制定后续电影拍摄类型,也能更贴近观众的需求。

以往传统的电影产业没有标准的行业流程和制作规范,一味追求大导演名演员的名牌效应和票房保证,有想法有创造力的年轻电影从业者缺少机会,有才华而无处施展。电影众筹平台的诞生给了更多真正有想法的从业者更多的创作机会,线上线下结合,让志同道合的人走到一起,你出钱我拍片,好故事得以释放。

电影众筹在参与感之外,还让投资人享受了成就感和满足感。在众筹网站上,项目的每一步进展都会及时通知投资人,从剧本立项到集资建组,不同的投资级别有不同的待遇,比如一份精美装订的剧本、一张演员的签名海报、拍摄现场围观甚至客串群众演员等等,多元化的名目让投资人不仅仅是投资,也让每位众筹者实现自己的电影梦,同时又有理想的收益,这才是电影众筹最奇妙的地方。

可以说,影视众筹不仅能带动观众参与影视制作,与电影“零距离”,同时也是一种新兴投资方式的出现,标志着大众参与电影的时代已经到来。



教育是柔软、温性的存在,不应该什

么都用数字来

统管

做文化更

应该有一颗精

益求精的心,

因为文化影响

的是我们的精

神生活

心境

读书不会

太迟,也不会

太早,携手相

看的风景还藏

有太多未知的

惊喜

前两天,一个大学同学来看我,打的时说是到“市一中”,结果司机把他拉到了十一中。辗转许久见了面后,我觉得很不好意思。不料,他却哈哈一笑,说:你这里学校少,要是在省城,从一中排到五十儿中,哪个是哪个我都搞不清。

他说的是事实。我常去省城的学校开会,若是在以前,常有因“按数索校”而跑错学校的事情,想起来都发憷。现在是好多了,信息发达,出门前一查,大体位置就知道了,但同一所学校,如果下次要去,还得查一下,那些千瘪的阿拉伯数字代表的学校,没有鲜明的名称上的特征,根本对不上号。

我不知道这是从什么时候开始的现象:教育越发达,管理越缜密,校名也越来越数字化。小学,就是一小、二小依次排下去;中学,就是一中、二中依次排下去。按理说,这样命名,或者将原有的名称改成统一的数字,应该是为了便于管理。但在办公条件如此优越的情况下,“一中”与“育才”各两个字,前者换作后者,似乎也不存在不

近几年,随着旅游业的发展,全国各地涌现出一大批实景剧,以恢弘的气势、壮观的场面、震撼的布景而风靡一时。

实景剧之风不仅吹遍了全国各有条件的著名景区,也吹上了雪域高原,吹开了西藏首部大型山水实景剧《文成公主》。以星空和大地为幕,融入了布达拉宫、大明宫等宫殿元素,采用了特技和特效,全场700余名演员参演,将松赞干布派使者求亲大唐以及文成公主克服千难万险进藏的故事表现得淋漓尽致,堪称近年来大型山水实景剧的典范之作。该剧已被打造成为大型的藏文化史诗剧,不再单纯是一部实景剧。但无论是史诗剧还是实景剧,终究是一部剧。再华丽的服装道具,再炫酷的特技特效,终究还是要靠剧情来支撑。

随着西藏对文化产业扶持力度的

像是一种补偿心理,自己童年求之不得的东西,特别想加倍给孩子。嗜书如命的小时候仅有的读物是地摊上的过期画报,于是相对的,孩子还没出生,我已买回一大堆装帧精美的绘本。

当然,我很早就开始给孩子读绘本了。几个月大的孩子能听懂什么呢?连我自己心里都没底。很多情况下,都是我在绘声绘色地朗读,贝儿在一边玩玩具。只要他不反抗,我就当“润物细无声”了,日日耳濡目染,兴许贝儿会认为阅读是生活的一部分吧。何况现在的绘本做得都考究,成年人读来都觉得好看,我倒也不生厌。

没想到,惊喜这么快就来了。贝儿半岁的时候去乡下玩,陌生的环境人多嘈杂,贝儿显得焦虑又没有安全感,到了临睡的点还是哭闹不止。我想尽浑身解数,忽然瞥见小蛇玩偶,想起念得最频繁的绘本《小蛇散步》:“下了很长时间的雨终于停了,小蛇要出去散步了……”话音刚落,贝儿瞬间安静下来。我扭动着小蛇玩偶,继续背着绘本内

## 请给校名留些温情

□ 李尚飞

方便的问题。现实中却宁可用“一中”而不用“育才”。这到底出于一种什么样的心理,实在让人费解。

原来的许多学校名称可谓多种多样,异彩纷呈。学校借以取名的最主要方法,么是根据学校所在地或者隶属单位,么是根据学校的办学意愿和精神,么是根据一个名人或者学校建设的资助者的姓名。不论怎样的命名,都有一种或朴素或崇高的文化内涵蕴在里面。

比如我小时候,邻近有一个“小间小学”,有一个“五个墩”小学。都是根据所在地取名的。看到前者,总让人想到那儿有一条清清的渠,渠中有一道小小的闸门,上学放学的孩子从那儿走过,活泼可爱的影子倒映在水中;看到后者,仿佛看到夕阳下被彩霞染红的五个废弃了的古代的烽火台,马上就会产生一种厚重的历史感。带着这样的上学印记哪怕走向远方的孩子,也始终拥有一种鲜明的乡土背景,始终是有根的人。而后来我看到的“励志”“树德”“勉仁”“向学”这些校

## 实景剧别忘了本

□ 代玲

加大,西藏各地挖掘当地历史文化故事的积极性不断高涨,涌现出不少表现当地民俗风情、历史文化的剧目。有时候,数量的增长并不一定和质量成正比。有的剧目打着实景剧的名目,却是不折不扣的歌舞剧,只有歌舞和民俗文化没有情节,没有故事,没有矛盾冲突,缺乏剧的元素,甚至只能说是歌舞展演的总汇。

西藏是文化的宝库,在灿烂的历史长河中,藏民族创造了中华民族文化大家庭中独特的歌舞和民俗文化,这些歌舞也是理应被传承和保护的,是能够给我们带来足够美感和愉悦感的。把这些歌舞和民俗文化元素用在实景剧中,不仅有利于它们的传承和保护,同时也有利于让更多的游客了解西藏的歌舞以及民俗文化。但是歌舞只是实景剧的一部分组成内容,并不是实景剧的全部内容。或者说融入

## 性之所至皆是欢喜

□ 乐倚萍

容,密切关注着贝儿的反应。他屏气凝神注视着小蛇,似乎捕捉到了熟悉的感觉,慢慢放松下来。或许他并不能完全理解故事的内容,但他一定在日复一日的读书声中不知不觉记住了其中的音韵和节奏,那是他熟悉且喜爱的。

如此“灵丹妙药”,让我对于亲子共读这件事更有积极性了。不同年龄段的孩子从绘本中汲取的东西是不一样的,然而他们都在以自己的方式探索和学习,找寻他们感兴趣的点,这一过程跟成年人理解或者说期望的有出入,却都会在不经意间显露出成果,予人惊喜。

譬如说,我以为一岁左右的孩子能够借助绘本认识生活。某次教贝儿小动物的叫声,他原先就知道猫狗之类常见叫声,我便随他一问一答。翻到羊那一页,我也随口问:“羊怎么叫的啊?”他回答如流:“咩咩。”这倒把我惊到了,我可从没教过他,他也没见过羊,难道瞎蒙可以这么准?疑问不日得解,当我再度给他念《肥肥》这个绘

歌舞民俗是为实景剧服务的,实景剧还应该注重剧的元素,注重情节和故事的打造,而不是仅凭将所有有地方特色的歌舞和民俗文化纳入就是一部剧了。这样不仅不能和传统的歌舞表演区分开来,更不能吸引游客的注意力,甚至那些冗长的歌舞表演会造成观众的审美疲劳,取得适得其反的效果。

窃以为,实景剧终究还是一部剧,是剧就应该遵从戏剧的原则和逻辑,要有统领全剧的情节,歌舞和民俗文化都应该围绕情节服务,而不是单纯地罗列当地民俗风情和历史文化。如果实在要把所有当地的民俗文化全部包容在一部剧里,那请务必充分地做好剧情的编排,精心地安排线索。

做文化更应该有一颗精益求精的心,要谢绝粗制滥造,因为文化影响的是我们的精神生活。

本时眼前一亮,有一页就是一只羊,配字:“咩咩叫的羊长什么样子?”我自己有口无心念了三四次熟视无睹,倒是贝儿不仅听进去了,还把其中的信息消化了。别小看了孩子,有时候他们的学习能力比大人还强呢!语言敏感期的贝儿大概是对这特别的声音特别着迷,才会三心二意地就记住了。

近两年时间的亲子共读,贝儿还给我过很多惊喜,有时是他对新事物的反馈,有时是他奇特的思维方式,有时是他改掉了那个根深蒂固的坏习惯,有时是他特别温暖的举动。我承认,我是带着些功利心坚持亲子共读,希望阅读成为贝儿一生的财富。但是,贝儿收获的已经超出了我的期许,让我扎扎实实见证了他的成长,再无需以世俗标准丈量,让我感觉一切都是那么幸福而有意义。

读书既不会太迟,也不会太早。我们要携手相看的风景还藏着太多未知的惊喜。这无关乎我的期待,但凭你的兴趣,性之所至皆是欢喜。