



里约残奥会圆满落幕，残奥健儿载誉而归。107枚金牌、239枚奖牌，51项世界纪录，把第二名英国队的147枚奖牌远远甩在后面，更是两倍于传统奥运强国美国。这个成绩当然值得国人为之喝彩。

要知道,这些奖牌不光是来自乒乓球、羽毛球、射击等传统强项,在奥运会长期没有突破、甚至被怀疑不适合亚洲人的田径、游泳上,中国残奥运动员也展示出超强实力——我国残奥运动员从游泳池中“捞”起了37枚金牌,连男子盲人足球都打进了半决赛。

在欢呼雀跃之余,我们也忍不住好奇,中国残奥运动员为什么这么牛？特别是对照顾扶不起的中国男足,哑了火的游泳田径,难不成残奥运动员有什么特别的训练方法？

英国媒体将奖牌总数与我国庞大的残疾人基数挂钩,这当然是原因之一。我国有8500万残疾人,这个数字比很多国家的全部人口还要多。从中选拔出308名运动员参加里约残奥会,不是万里挑一,而是27.6万人里

## 香蕉蘸盐

## 北马滋味

□ 张 頔

热钱的涌入为行业的快速发展创造了优越的环境，同时也加剧了电影市场的浮躁与泡沫

香蕉蘸盐这道“硬菜”依然位列众多补给之中,只不过“风光”不再

如果有人说起香蕉的时候要蘸着盐吃,你会有什么反应？当笔者上周末站在北京马拉松的起点准备出发时，听到周围跑者这么说之后，第一反应是，“这能好吃吗”。“好吃吗？能吃着就不错了！”周围几个跑者异口同声。

看出笔者身上浓浓的菜鸟气质，几个跑友立刻七嘴八舌描述起来。大体的意思是，在馬拉松42.195公里漫长的过程中，跑者会流失大量的能量和体液。香蕉和盐是补充能量最有效的食物，因此为了节省时间，一般都一同下咽。此法虽简单粗暴，但直接有效，堪称北马“第一硬菜”。并且由于参赛选手有3万多人，往年的北马，这道“硬菜”经常供不应求。

不得不说，这两年马拉松确实火了，几个数字就能证明，2010年全国的马拉松赛事只有13场，而到了2015年这一数字飙升到134场，5年间增长了近10倍。今年仅上半年各级别赛事已经过百。究其原因，这当中既有2008年北京奥运会后全民健身意识的提高，也有各个城市、各种企业借举办马拉松赛事推广自身的考量。

以北京马拉松为例，创始于1981年的北马，直到1996年第16届比赛时，参赛人数也只有1000余人。而今年的北马参赛者有3万多人。而且这3万多人还是在报名的6.6万人当中抽签产生的幸运儿。在这个跑马拉松都要摇号年代，众多像笔者这样头回参赛的跑者，担心的不仅是能否在6小时15分的规定时间内完成比赛，更苦恼于能不能抽中一个珍贵的参赛名额。

而随着赛事举办数量和参赛人数规模的飞速增长，赛事服务和保障的水平也急需迅速提高。其实除了香蕉蘸盐这道硬菜是头次听说外，笔者对北京马拉松往年的诸多“传说”也都有所耳闻。“厕所少导致参赛选手长安街边‘尿红墙’”“沿途补给严重不足”“混乱的赛后领袖流程”等等。

不过亲身参与了今年的北马，笔者和众多参赛跑者都切身感受到了赛事服务水平的提升:“尿红墙”的奇景近乎绝迹，因为沿途光移动厕所站就多达17处；赛前赛后存取物品方便快捷，因为志愿者人数多达6000人；本届北马也没有发生跑者猝死的不幸，因为有救护车和移动医疗保障人员全程随行。

值得一提的还有沿途的补给点，不仅数量多而且补给种类丰富，除了水和运动饮料，还有盐丸、能量胶等“高大上”的高端补给。赛后和其他跑者交流时发现甚至有跑者还吃到了应景小月饼。而香蕉蘸盐这道“硬菜”依然位列众多补给之中，只不过“风光”不再。出于好奇，笔者还是在比赛途中品尝了一下：确实别有一番滋味在唇间。

# 残奥辉煌 国家铸就

□ 余 颖

金光闪闪的残奥奖牌凝聚着世人目光。不过残奥会后,我们期待更多目光投向残疾人事业

挑一。中国残奥运动员可选基数大,可塑之才多,拿奖牌多也说得通。

但是,人多不一定运动员多,更不能保证奖牌多。2000年以前,我国每次参加残奥会的选手不过数十人,在残奥赛场上的表现远逊于美国。而且看过里约残奥会比赛的人就知道,残奥比赛同样激烈,里约残奥会田径男子1500米T13级比赛,前四名运动员甚至比里约奥运会男子1500米冠军跑得还快。可见要在残奥赛场拿到奖牌并不容易。

中国残奥运动员能有如此出色的成绩,主要是因为他们的背后有整个国家的关怀和帮助,有科学的选拔体系和康复训练。

我国对残疾人运动的重视始于2000年前

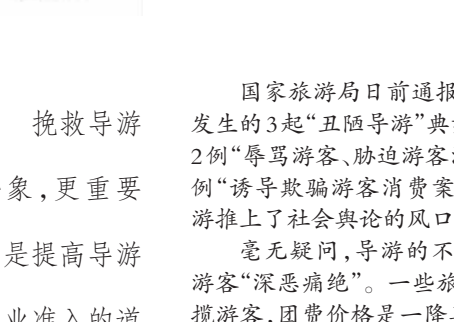


刚刚过去的几个月着实给炙热的中国电影市场泼了冷水。90多部各种类型的国产电影在暑期档院线扎堆上映,却没有一部票房突破10亿元。相比去年同期,今年暑期档票房三甲的票房收益和口碑评分反差甚大。整个暑期档既没有中小成本的黑马,也没有可以支撑起市场的大制作。

豆瓣电影和猫眼专业评分的数据显示,绝大部分暑期档上映的国产电影普遍得分在5分左右,甚至低于5分,极少数能挤进7分以上,其中很多影片还得靠粉丝和水军来支撑口碑。在这个异常热闹又异常冷清的暑期档,每天的电影新闻头条充斥着各方互撕的内容,对于电影本身谈得越来越少。比起质量,中国电影人现在更在意热度。

票房的起伏可以看作市场的自发调整,不必过于担忧;但烂片迭出的现象不得不引起警惕和反思。烂片不仅损害中国电影的品质,更伤害观众对中国电影的信心。

烂片迭出反映出影视圈浮躁的创作心态。传统产业的衰退让大量热钱



国家旅游局日前通报了中秋期间发生的3起“丑陋导游”典型案例,包括2例“辱骂游客、胁迫游客消费案”和一例“诱导欺骗游客消费案”,再度把导游推上了社会舆论的风口浪尖。

毫无疑问,导游的不文明行为让游客“深恶痛绝”。一些旅行社为了招揽游客,团费价格是一降再降,甚至出现了零团费、负团费的旅游产品。不过旅行社从来不会做赔本的买卖,俗话说堤内损失堤外补,旅行社只能通过游客在购物环节购物后获得商家的回扣或提成得到补偿,导游也因此扮演了不光彩的角色。

为惩戒导游不文明行为,国家旅游局制定了《旅游不文明行为记录管理暂行办法》,目前已有1名旅游从业人员被列入“黑名单”。除了制度的约束,文明旅游更需要自律、自觉,如果每一位导游都能使文明旅游成为根植

按照传统思想,教师的幸福感,首先应该来自生命的创造,先成己,也就是取得个体生命的成就,然后成物——对社会或文化作出自己的贡献。西方哲学家也认为,创造的欢欣是职业最高的欢乐。这个提法,不但适用于天才,也适用于每一个人。创,造之始也。日常生活中,凡能够运用新的方法对旧的问题做出有成效的改善,都属于创造。

倘若将它落实到一位老师的教育教学生涯中,那么,创造就被赋予了更为广泛的内涵:它可以是对涉及教育问题的崭新理解和不断掘进,也可以是对工作性质焕然一新的认识,还可以是对所教授内容换一种角度的剖析和把握。这样的创造,既包括思想上的,也包括行为上的。其中的每一种创造,都带着超越自我的性质,都是一种对陈旧的突围。

## 周 束

# 残奥辉煌 国家铸就

□ 余 颖

金光闪闪的残奥奖牌凝聚着世人目光。不过残奥会后,我们期待更多目光投向残疾人事业

后。当时,为了备战北京奥运会,全国建起了众多训练基地,培养出成千上万名残疾人运动员。目前,我国有16个省市建立起残疾人训练中心,甚至在青藏高原上也有一座占地近400亩的多巴中国残疾人体育训练基地。遍布全国的训练场馆为残疾人运动员的训练、康复提供了有力保障。

更为关键的是,我国残疾人竞技体育建立了“县级发现、市级选送、省级培养、国家提高”的四级联动培养体系,不断输送人才。在这套体系的高效运转下,从2004年雅典残奥会开始,中国军队的奖牌数、金牌数一路看涨,强势占据第一名的位置。

而反观其他国家,他们的残奥运动员大



加速流动到文化、互联网等产业,一批新投资人跨界入局电影投资轻松获得回报。有些投资人完全不考虑项目是否成熟,也不考虑导演是否合适,过度依靠IP和粉丝营销获利。面对强势的投资方,很多创作者低头妥协,有意无意忽视文艺创作规律,跟风模仿甚至抄袭符合投资方要求的“理财产品”,赤裸裸的捞金野心已经拿到台面上作为电影谈资。令人尴尬的是,个别国产片在骂声中却收获了高票房。这无疑传递出一个错误信息:只要能赚钱,是不是烂片已无所谓。

烂片迭出也反映出优秀电影制片人的匮乏。烂片主要烂在内容上,但从现在的电影制作链条看,粗暴地把所有责任推给导演、编剧有失公允。艺术创作者理应耐得住寂寞,投入到无功利的艺术创作中。艺术创作转化成电影产品,需要专业的电影制片人权衡艺术和商业之间的关系,在艺术创作者和投资方之间牵线搭桥,将艺术的无功利性最大程度功利化、商业化。合格制片人不仅要懂资本、懂市场,也要懂创作、懂制



内心的修养,并外化于坚定的行动,那么游客在旅行途中一定能遇上最美丽的风景,留下最美好的回忆。

旅游,原本是一件美好的事情,如果导游无视规则,甚至任性妄为,不尊重他人,那么留给游客的便不会是“美好的回忆”,很有可能成为“深刻的教训”。这不仅伤害了游客的权益,同时也严重影响到旅游产业持续健康发展。

导游是服务,也是一门艺术。一名合格的导游除了要向游客提供介绍景点、安排行程和食宿等服务外,其实还承担着传播文明旅游的时代重任。记者注意到,随着经济社会的发展和人民生活水平的提升,如今的旅游已不仅是单纯的观光游,还是开阔眼界、获取知识信息的门路,也是陶冶情操、提高素养的途径。游客对出游的高品质期待,决定了对导游职业素养的高



## 职业至乐是创造

那么,当这样的创造因子渗透在一位老师的血液里并且支配了他的教育教学行为之后,他随之具备了怎样的状态了呢?他应该是变动不居的,思维永远处于一种活跃的状态,不愿意固守原有的教条和规范;他会经常面临自己创造的挑战,在挑战中选择积极应战的姿态,从而使他对职业充满了新鲜感;他不满足于已有的状态,时常审视自己,使自己努力超越环境的限制,每天以一种崭新的姿态出现在他所从事的工作之中。

教师的这种昂扬的情绪,也会感染他周围的人尤其是学生。这是一种积极的精神传递,它一扫颓靡之风,如清风朗月般莅临大地;他不断尝试用新的角度来看待自己的事业,不断探索新的适宜于不断变化的受教育者的方法,在这样的探求和开创之中,他获得了成就感和满足感。这样,他的职业生命得到了长

## 周 束

# 残奥辉煌 国家铸就

□ 余 颖

多没有举国体制的支持,只能一个人战斗。商业运作在体育运动中已经成为主流,但残奥选手商业价值有限,极少有企业青睐。他们的训练得不到保障,自然也很难有好成绩。

现在,连BBC都在建议反思,是不是还要继续把本该由国家和公益支持的残疾人运动推给商业。这也从一个侧面证明我国的残疾人运动事业走在了正轨上。

不过,能取得奖牌、甚至能站上奥运竞技场的残疾人只是二十几万分之一,赛场之外,数千万残疾人生存环境依然不容乐观。据中国残联的统计显示,目前我国8500万残疾人中,有1500万以上生活在国家级贫困线以下,占贫困人口总数的12%以上。许多残疾人在康复、教育、就业等方面还面临许多困难。

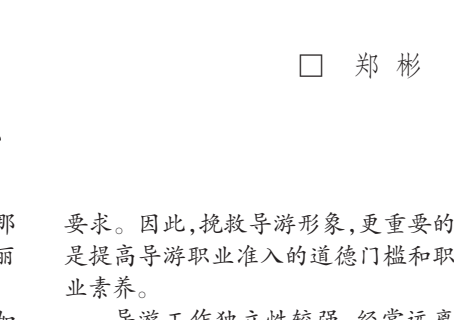
金光闪闪的残奥奖牌凝聚着世人目光。不过残奥会后,我们期待更多目光投向残疾人事业,为他们提供更加完备的服务,让残疾人敢于有梦,帮助他们在人生的赛场上勇创佳绩。



作,不合格的制片人只会造成电影创作者处处被资本牵着鼻子走。一些导演甚至成为“产品经理”,操心电影的发行和票房。

总之,烂片迭出反映出当前中国电影综合水平尚不稳定,专业电影人才依旧不足,难以连续提供高质量的影片。部分电影人一边享受着中国电影市场的盈利空间,一边以满足观众最低审美需求为自己的创作标准,烂片当道也就不足为怪了。

从长期利益来看,中国电影不应单纯追涨电影票房和电影数量,更不能沦为逐利工具和提供炒作话题的机器。资本是把双刃剑,热钱的涌入为行业的快速发展创造了优越的环境,同时也加剧了电影市场的浮躁与泡沫。中国电影未来要有更好的发展,必须回归内容,扎根本土、开拓创新,尽最大的努力来提升中国电影的品质。同时,也要遵循电影工业体系的规律,合理利用资本,补足人才短板,摒弃对“唯票房论”的错误崇拜,用高品质的电影引领观众,这才是对中国电影的真正担当。

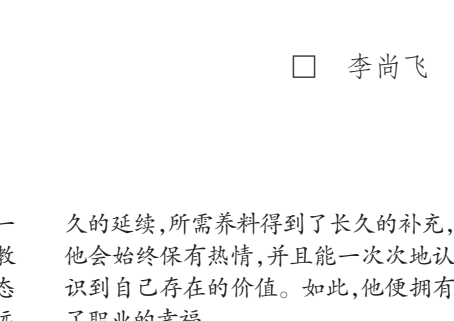


□ 郑 彬

要求。因此,挽救导游形象,更重要的是提高导游职业准入的道德门槛和职业素养。

导游工作独立性较强,经常远离领导和同事的监督,非常需要注重个人的精神修养。只有这样,在各种不良诱惑面前才能做到“出淤泥而不染”。作为一名导游,必须要调整好自己的情绪状态,因为导游的情绪变化会直接通过表情传递给游客,并使他们受到感染。此外,导游还应加强文化知识的学习,尤其是政治、经济、历史、地理以及国情、风土人情、民俗等方面的知识。

总之,既然选择了导游这一职业,就要有将职业当事业干的决心,不断提升自己的职业道德素养与知识文化水平。只有这样,导游才能以良好的职业素养、优质的服务态度引导游客享受旅行,让游客在旅途中感受文化的魅力。



□ 李尚飞

久的延续,所需养料得到了长久的补充,他会始终保有热情,并且能一次次地认识到自己存在的价值。如此,他便拥有了职业的幸福。

我们今天的教育,之所以看到这样的教师越来越少,原因是多方面的。我们完全也可以说,教育的滞后和困局,很大程度上就来自创造型教师的减少,大家都或情愿或不情愿地依附于目前已形成的定局,有不满,有抱怨,有忧虑,却就是没有创造。如此,教师的幸福感便随之降低了。

无论是从事关民族振兴的教育大计而言,还是从个人实现生命的价值而言,我们都需要创造。一个坚定的人,不应该被裹挟进洪流之中,而应该毅然担负起教育兴国的重任,“惟日孜孜,无敢逸豫”“虽九死而不悔”,为教育的发展开拓出一条新的路途。

## 周 束

# 残奥辉煌 国家铸就

□ 余 颖

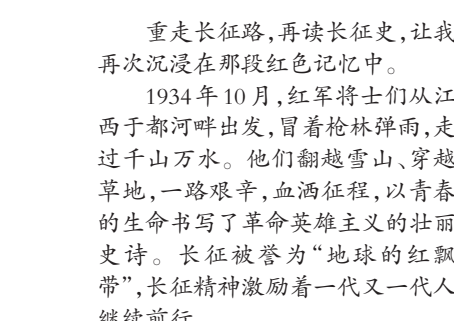
金光闪闪的残奥奖牌凝聚着世人目光。不过残奥会后,我们期待更多目光投向残疾人事业

挑一。中国残奥运动员可选基数大,可塑之才多,拿奖牌多也说得通。

但是,人多不一定运动员多,更不能保证奖牌多。2000年以前,我国每次参加残奥会的选手不过数十人,在残奥赛场上的表现远逊于美国。而且看过里约残奥会比赛的人就知道,残奥比赛同样激烈,里约残奥会田径男子1500米T13级比赛,前四名运动员甚至比里约奥运会男子1500米冠军跑得还快。可见要在残奥赛场拿到奖牌并不容易。

中国残奥运动员能有如此出色的成绩,主要是因为他们的背后有整个国家的关怀和帮助,有科学的选拔体系和康复训练。

我国对残疾人运动的重视始于2000年前



加速流动到文化、互联网等产业,一批新投资人跨界入局电影投资轻松获得回报。有些投资人完全不考虑项目是否成熟,也不考虑导演是否合适,过度依靠IP和粉丝营销获利。面对强势的投资方,很多创作者低头妥协,有意无意忽视文艺创作规律,跟风模仿甚至抄

今天,走进瑞金、于都、兴国,走进通道、遵义、延安,我们看到的是日新月异的变化,是一个个美丽宁静的小城,是人民和谐幸福的日子。昔日炮声隆隆、流血牺牲的故事似乎已经远去,但只要你用心倾听,就会发现红色记忆并未褪色。

还记得“十七棵松”的故事。瑞金市叶坪乡黄沙村华屋小组是远近闻名的红军烈士村,这个村的后山上,有17棵参天的松树,枝繁叶茂。每一棵松树下,都有一个人的墓碑。当年,这个仅有43户人家的村组家家有人参加红军,参军前,17位青年每人栽下一棵松树。后来,他们全部壮烈牺牲,再也没有回来。83岁的华从碧告诉我,他的父亲、叔叔就是烈士中的一员,他没见过他们一面。从小,每到年节,他都会上山到树前祭拜,有什么心事,会对老树说一说。

还记得女教师林丽萍的泪眼。她是一名音乐老师,也是于都长征源合唱团的一员。这个合唱团的成员大多是红军后人,他们的长辈出征前来不及与家人告别,家人有的等来的是一张烈士证明,有的甚至不知亲人战死何方。林丽萍的爷爷当年送三个弟弟参加红军,后来一直杳无音讯。在广西演出时,她去参观湘江战役纪念馆,发现在此战中牺牲的于都籍烈士有1000多名,而自己小爷爷的名字赫然在列。多年的找寻终于有了答案,她给父亲打通电话,两人在电话里泣不成声。父亲叮嘱她:“你把小爷爷的名字拍下来,我要去拜祭他,让他落叶归根。”

还记得马前托孤的李美群烈士。她把未满月的女儿托付给婆婆,转入山区参加游击战争,三个月后在战斗中被俘,三年后牺牲在监狱里,时年25岁。后来,她的婆婆把孩子送给老乡抚养。为防敌人新草除根,老乡们带着她的女儿东躲西藏,终于把她抚养成人。她的女儿长大后才知道自己的生母是红军,从未见过妈妈照片的她来到展览馆,看着墙上妈妈在狱中挨打、脸部浮肿的照片,哭得跪地不起……

波澜壮阔的历史画卷,正因为有这些感人至深的细节而鲜活生动。只有亲耳听到这些故事,你才会理解什么是信仰的力量、什么是奉献与牺牲。在老区,这样的故事还有很多。妻送郎、父送子、兄弟一起参军,离别可能就是诀别。他们舍弃了小家的幸福团圆,为的是建设一个美丽的新中国。

遗憾的是,一些年轻人不熟悉这段历史,有的甚至对当年的流血牺牲感到疑惑,甚至问“这怎么可能?”这让我反思我们的革命史教育,除了告诉学生们时间、地点、人物名字,能否多讲一些生动的故事,讲一讲当年创业之艰难,讲一讲同为青年的他们为了创建一个新中国所付出的一切?

红色的记忆从来不是故纸堆里的文字,是鲜活的生命,是有血有肉的一个个生动的人。先辈们经历过艰难险阻,走过弯路,但最终走向了胜利。这胜利,影响了中国和世界的历史走向,创造了一段红色传奇。

铭记,是对英雄最好的告慰;传承,是对英雄最好的纪念。在价值多元、众声喧哗的今天,属于一个民族和国家的红色记忆只应加强,不应褪色。如何让红色记忆更立体更生动更持久,是我们共同的责任与使命。