



记者

杨颖琦

从上桩“腿抖”到父亲的“黄金搭档”

鼓点敲到第三通时,2.8米高的梅花桩在灯光下缩成一道影子,一头“雄狮”突然腾空跃起,在高高的梅花桩上轻盈跃动。台下观众屏气凝神,看到“雄狮”稳稳落地后才回过神来,爆发热烈的掌声。周末在岚山根·运城印象景区(以下简称岚山根),张湉湉和父亲张杰照例进行舞狮演出,这是他们当天的第二场演出。演出结束,摘下“狮头”的她,头发已被汗水浸湿,与父亲相视而笑的默契里,藏着10年“狮艺”传承的酸甜苦辣。

“对舞狮最早的记忆,是小时候看爸爸在高高的台子上跳来跳去,感觉很帅,我就说也想学。”2015年,彼时才4岁的张湉湉第一次自己试着举狮头,却重心一歪摔在道具箱上,狮头绒毛蹭得她脸颊发痒。第一次上梅花桩时,湉湉的脚刚接触到桩面就忍不住发抖。“别怕,我扶着你呢。”就这样,她跟着爸爸踩桩的节奏一步一步向前挪。

这份“勇敢”的背后,是父亲张杰数十年的“狮艺”积淀。幼时痴迷武术的他,2003年北漂做武行时与舞狮结缘,为精进技艺南下佛山,拜师学艺南狮梅花桩技术。次年创立自己的舞狮团队后,他的狮子从北京各大景区舞到上海世博会,2011年回到家乡运城,传艺授徒。带女儿入门,也是希望“狮艺”能够让孩子更健康、更坚韧。

此后的日子,练习场的灯总为父女俩亮到很晚。“太松狮子会‘耷拉脑袋’,太紧手臂会酸”,父亲握着她的手调整狮头姿势;“探桩要提胯,飞跃要

梅花桩上的青春跃动

记者 杨颖琦

张湉湉的舞狮梦

张湉湉

▶初学舞狮
▼父女合影

盯落桩点”,父亲纠正她落地时的脚步发力……训练结束后,张杰维修受损的狮头道具,湉湉则会抓紧时间学习。

有人问“学舞狮难吗?”她会认真回答:“难,但每次完成一个动作,都特别开心。”从梅花桩上跌落的次数早已记不清,膝盖的淤青消了又起,手指也被重重的狮头骨架磨出厚茧,但湉湉从未想过放弃。“记得那次演出时,人很多,我就特别紧张,害怕摔倒,也害怕演砸了被人笑话。但演过三四次之后,这种紧张感就消失了,我开始享受演出。”回忆起第一次在岚山根正式演出,她的眼里满是兴奋,“观众看到狮头下是个小姑娘,都很惊讶,但当我完成高难度动作时,大家热烈的掌声能盖过所有的疼痛。”

到今天,学习舞狮10年的张湉湉,已经能够与父亲在2.8米高的梅花桩上自如腾跃。狮头的灵动与狮身的沉稳配合默契、相映成趣——她知道父亲下一步会向左挪,父亲能预判她跃起的高度,10年时光,让这对父女成了梅花桩上的“黄金搭档”。

“想让更多同龄人了解舞狮”

岚山根的文化广场、解州关帝祖庙的表演现场、央视《丰收集结号》的舞台……如今,张湉湉与父亲舞狮的身影遍及运城各大景区,甚至走向全国舞台。

抖音直播和短视频的传播不仅让河东狮艺被更多人看见,还吸引了不少舞狮爱好者慕名前来学艺。表演间隙,张湉湉会像父亲教她那样,指导学员练习桌面基础动作,分享握狮头的技巧。有个小朋友说:“湉湉姐姐,我

在第十五届全国运动会上,舞狮、舞龙首次被纳入全运会群众展演项目,吸引了不少观众的目光。而在运城,一段父女同舞的短视频在今年经《中国青年报》抖音号传播后,32万粉丝在屏幕前看见了河东舞狮父女张杰与张湉湉的跃动身影,也见证了河东舞狮在青春血脉中的鲜活延续。近日,记者采访“10后”张湉湉,听她讲述与醒狮共舞的10年成长。



生活风向标

消失的“文化体力”

□杨颖琦

“地铁上打开电子书,没读两页就刷起短视频;收藏夹里躺了半年的纪录片,点开后不到10分钟又开始划拉手机……”最近,“我的文化体力去哪儿了”的话题让不少年轻人产生共鸣——那种能支撑深度阅读、专注艺术欣赏的精力,好像在悄悄“溜走”。

什么是“文化体力”?在社交媒体上,网友对它这么定义:探索精神世界的力量条,即人们在完成必要生存任务后,利用闲暇充实和巩固精神世界的精神体能。回到生活中,标记“在看”的公众号文章、收藏夹里“吃土”的电子书籍和电影、折了角的纸质书……日常里的种种“隐形消耗”,正在悄悄拉低我们文化体力的阈值。

在相关话题中,网友们也各抒己见,分享着自己的“文化体力”经验。朋友茂琳是一位初中班主任,从前经常和我们一起围坐聊电影,现在却连重温喜欢的老片都成了奢望。“上周特意提前做完工作,点好外卖准备看,结果刚播十几分钟就接到工作电话。”她说,挂断电话后再看屏幕,之前攒的兴致全没了,最后只能关掉电视早睡。而更多年轻人则被碎片化信息“夺取”了注意力:微信消息不停弹窗,社团活动占满课余时间,专业课老师推荐的书读了一年多,进度条还停留在第30页,“现在能安安静静坐半小时都觉得难得”。更普遍的是当下“爆炸式”信息环境的影响:短视频的即时快乐、搜索引擎的“现成答案”,让大家渐渐习惯了“短平快”,面对需要沉下心的文化活动,自然没了耐心。

而面对这样的精神困境,有人担忧,也有人坦然接受。网友韩月是一个音乐剧爱好者,学生时代靠泡图书馆“充电”,现在则选择周末去北京、上海看音乐剧,最多时一天连看两场。在她看来,“文化体力”并没有消失,只是随着生活、工作状态的变化,转向更适配的地方。诚然,严肃文学是文化载体,但不一定是唯一的“出口”,而现在的年轻人也正在用自己的方式拓展着边界——逛博物馆、到手工坊制作一次手工作品或是到户外“吸氧”,只要能获得精神触动,新形式同样能承载这份“体力”。

其实,文化体力从来不是“非此即彼”的选择题。它不是只有伏案读大部头才算“充沛”,也不是看短视频就等于“流失”。从书页间的文字到剧场里的旋律,从学术著作里的观点到流行歌词里的共鸣,变化的只是文化消费的形式,不变的是对精神滋养的追求。当我们不再焦虑于“体力去哪儿了”,转而学会在生活里为自己创造小的精神角落,那些看似“溜走”的精力,终将更贴合当下的方式重新聚集。

重拾文化体力

day 7

重拾文化体力 day 1 完成

情况: 时长: 54min...

风车车嘞 10-30

2

重拾文化体力 day 7 完成

 时长: 阅读 13min+...

风车车嘞 11-05

赞

重拾文化体力 day 7 完成

 时长: 阅读 13min+...

风车车嘞 11-05

赞

重拾文化体力 day 7 完成

 时长: 阅读 13min+...

风车车嘞 11-05

赞

重拾文化体力 day 7 完成

 时长: 阅读 13min+...

风车车嘞 11-05

赞

重拾文化体力 day 7 完成

 时长: 阅读 13min+...

风车车嘞 11-05

赞

重拾文化体力 day 7 完成

 时长: 阅读 13min+...

风车车嘞 11-05

赞

重拾文化体力 day 7 完成

 时长: 阅读 13min+...

风车车嘞 11-05

赞

重拾文化体力 day 7 完成

 时长: 阅读 13min+...

风车车嘞 11-05

赞

重拾文化体力 day 7 完成

 时长: 阅读 13min+...

风车车嘞 11-05

赞

重拾文化体力 day 7 完成

 时长: 阅读 13min+...

风车车嘞 11-05

赞

重拾文化体力 day 7 完成

 时长: 阅读 13min+...

风车车嘞 11-05

赞

重拾文化体力 day 7 完成

 时长: 阅读 13min+...

风车车嘞 11-05

赞

重拾文化体力 day 7 完成

 时长: 阅读 13min+...

风车车嘞 11-05

赞

重拾文化体力 day 7 完成

 时长: 阅读 13min+...

风车车嘞 11-05

赞

重拾文化体力 day 7 完成

 时长: 阅读 13min+...

风车车嘞 11-05

赞

重拾文化体力 day 7 完成

 时长: 阅读 13min+...

风车车嘞 11-05

赞

重拾文化体力 day 7 完成

 时长: 阅读 13min+...

风车车嘞 11-05

赞

重拾文化体力 day 7 完成

 时长: 阅读 13min+...

风车车嘞 11-05

赞

重拾文化体力 day 7 完成

 时长: 阅读 13min+...

风车车嘞 11-05

赞

重拾文化体力 day 7 完成

 时长: 阅读 13min+...

风车车嘞 11-05

赞

重拾文化体力 day 7 完成

 时长: 阅读 13min+...

风车车嘞 11-05

赞

重拾文化体力 day 7 完成

 时长: 阅读 13min+...

风车车嘞 11-05

赞

重拾文化体力 day 7 完成

 时长: 阅读 13min+...

风车车嘞 11-05

赞

重拾文化体力 day 7 完成

 时长: 阅读 13min+...

风车车嘞 11-05

赞

重拾文化体力 day 7 完成

 时长: 阅读 13min+...

风车车嘞 11-05

赞

重拾文化体力 day 7 完成

 时长: 阅读 13min+...

风车车嘞 11-05

赞

重拾文化体力 day 7 完成

 时长: 阅读 13min+...

风车车嘞 11-05

赞

重拾文化体力 day 7 完成

 时长: 阅读 13min+...

风车车嘞 11-05

赞

重拾文化体力 day 7 完成

 时长: 阅读 13min+...

风车车嘞 11-05

赞

重拾文化体力 day 7 完成

 时长: 阅读 13min+...

风车车嘞 11-05

赞

重拾文化体力 day 7 完成

 时长: 阅读 13min+...

风车车嘞 11-05

赞

重拾文化体力 day 7 完成

 时长: 阅读 13min+...

风车车嘞 11-05

赞

重拾文化体力 day 7 完成

 时长: 阅读 13min+...

风车车嘞 11-05

赞

重拾文化体力 day 7 完成

 时长: 阅读 13min+...

风车车嘞 11-05

赞

重拾文化体力 day 7 完成

 时长: 阅读 13min+...

风车车嘞 11-05

赞

重拾文化体力 day 7 完成

 时长: 阅读 13min+...

风车车嘞 11-05

赞

重拾文化体力 day 7 完成

 时长: 阅读 13min+...

风车车嘞 11-05

赞

重拾文化体力 day 7 完成

 时长: 阅读 13min+...

风车车嘞 11-05

赞

重拾文化体力 day 7 完成