

江山中专一毕业生
骑着单车去香港

本报讯(通讯员 姜安琪 郑江林 祝小刚)近日,江山中等专业学校毕业生何晨聪骑着单车,从江山出发,历时近一个月抵达香港。

为了这次旅行,何晨聪早早买了单车,办了港澳通行证,准备了衣物和简单的修车工具。炎炎夏日,在舅舅的陪同下,开始了这场“自驾游”。两人沿着国道,从江山出发,经廿八都进入福建,在厦门停留5日后抵达深圳,之后进入香港、澳门。“哪里好玩,哪里风景好,我们就在哪里驻足,玩上几天。”在何晨聪看来,这就是一趟骑行之旅。东南沿海的美丽风光使得他们的行程一再延迟。

高温天气是夏季骑行的一大挑战。骑行中最热的一天温度达到了42.8℃。“所幸平时锻炼得多,身体素质好,最后都挺了过来。”何晨聪说,一身黝黑的皮肤,是他这次骑行的勋章。

“在香港的那天晚上,吹着维多利亚港的海风,虽然累得不行,但却很满足。”何晨聪兴奋地说。今年高考,何晨聪以高分被浙江体育职业技术学院录取。“今年是香港回归20周年,即将踏入大学之门的我想以这样的方式来庆祝。”何晨聪直言,这是自己过得最有意义的一个假期。

湖州卫校志愿者
以实际行动情暖环卫工人

本报讯(通讯员 张末琴)近日,湖州中等卫生专业学校志愿者来到太湖和五丰垃圾中转站,为环卫工人送去价值约5000元的防暑、创伤急救及生活常用药品,以实际行动为环卫工人献上爱心、传递真情。

活动中,志愿者还从专业角度向环卫工人介绍了创伤处理、高温防暑、流感预防等知识,详细讲解药品的用法及使用禁忌。与此同时,他们还呼吁全社会尊重环卫工人的劳动,自觉维护市容环境,共同为全国文明城市创建作出贡献。

□本报记者 胡梦甜

反体字,史称“反左书”,因美妙绝伦,堪称艺苑奇葩,中华一绝。中国近代著名作家钱钟书说:“庾元威所称孔敬通创反左书,当时左行如卢而反构如镜映字。”遗憾的是,这一源于南朝的书法绝技长期失传、鲜为人知,尘封1400余年,成了中国书法史上的绝响。

林马余,兰溪市职业中等专业学校教师,中国非遗书画院理事、中国左笔书画家协会理事,自幼与反左书结缘,半个世纪矢志不渝继承衣钵。他殚精竭虑、苦苦求索,只为让反左书之花生生不息……他说:“莫让绝技成绝响,保护和传承反左书,就是守护民族和国家过去的辉煌、今天的资源、未来的希望。”

继承家学,守护濒临失传的绝艺

林马余的反左书传承于祖父林来均、父亲林炳根。6岁时,父亲就教他认“上大人,孔乙己,化三千,七十士……”,学写福、禄、寿、喜等字。“写字前,父亲总是先让我坐在他跳起的二郎腿上,带我哼唱‘唧唧唧,骑马过弄堂,来到大书房,展开红星宣,挥毫著华章’。那时的我是在家门口破板凳上认字写字的,用的纸是煤头纸,每写完一张,父亲就会指点一番,然后拿去晒干,等抽烟时拿它做煤头。”林马余回忆道。

就这样,林马余被领进了“反左书”的大门。“‘要把反左书传承下去,将它发扬光大。’父亲常常将祖父的嘱托挂在嘴边。”那时的林马余并不理解其中的深意,只觉得反左书好玩。“小时候村子里放露天电影,站在人堆里看不到银幕,我就站到银幕后面去看,看到的字全是反的,后来竟慢慢习惯了,还迷上了反字。”林马余说。

工作后的林马余在一次旅行途中,偶然发现南京东郊的南朝萧景墓神道西侧石柱上刻有一行反左书:梁故侍中中抚将军开府仪同三司吴平忠侯萧公之神道。这场与古迹的邂逅,深深触动了林马余:“原以为反左书只是长辈们自创的爱好,不想它竟有如此渊源。”回到家中,林马余



图为林马余现场展示双手正反榜书。

反复查找资料,终于明白,反左书是由南朝人创造并兴盛一时的瑰宝。“六朝是中国书法迅速发展的时期,当时的书法家受先秦印章和六朝石碑墨拓的双重启示,创造了反左书,反左书又催生了雕版印刷、活字印刷,可以说反左书在其中起到了承上启下的桥梁作用。”

至此,林马余终于领会受到祖父那番嘱托的深意。“余儿,好好练习反左书,努力将它传承下去,这也是你爷爷的心愿。”父亲的话如同千斤重担,沉沉地压在林马余身上。也就是从那时起,林马余在心里暗下决心,要继承家学,守护这濒临失传的绝艺。

从师而学,以匠人之心钻研反左书

肩上了担子,反左书不再只是林马余的日常消遣。为了加深书法功底,他专程拜书法家王维权为师。告别了盲目练习,林马余开始了理论指导下的书法创作。一有时间,他就去听师父上课,接受师父的精心指点。

经过十几年的磨炼,反左书已经成为林马余生活中不可或缺的一部分。每天,即便工作再忙,他都坚持练习两个小时以上,兴起时甚至写到天明。为此,他还写了一首小诗自勉:老骥伏枥胸怀志,八旬不成再挑灯。

10余年间,林马余临遍历代百家经典

碑帖,不断汲取历代经典的营养,努力完善自己的笔墨意象和书法思想。“学写反左书并非只是怀古幽思,而是以这种直指人心的艺术,使人成为历史、文化、传统的倾听者和追求者,使人沉潜到书法文化的深层去对话、去问答、去释疑。”林马余如是说。

在林马余的工作室,只见他铺开纸张,蘸饱浓墨,左右手各执一笔,起笔如蚕头,驻笔似燕尾,正反两个“缘”字一气呵成,观者无不啧啧称赞。双手书写正反榜书是林马余的一大绝活。已故兰溪市政协副主席吴一峰对林马余的反左书十分赏识,他提议:“反体书法难认更难写,如果用正反书写的方法,可以更好地传承反左书。”受此启发,林马余开始潜心创作反左书法。

长年笔耕不辍的林马余,陶醉于反左书的艺术海洋中,练就了三大“绝活”:一为反左书绝技,左手写反字;二为反横书绝艺,反写正看,横着反写,正看正裱;三为双手正反榜书绝技,双手执笔、左右开弓、同时书写,所写正反书运笔流畅、潇洒纵逸、字体对称,美妙天然之神韵令人惊叹。

申遗与再传,让更多人感受反左书的魅力

“反左书书写难度大,失传已久,但只要有人传承,有佳作面世,为人们所喜爱,它就将和别的书体一样,有美好的发展前景。凡是美的书法艺术,能给人以美的享



守艺人

走进第十三届全国学生运动会②

烈火如歌,形动如潮

——中华人民共和国第十三届学生运动会探营

距离开幕式还有9天,第十三届全国学生运动会留给杭州的最后冲刺时间不多了。然而走在杭城街头,比日光更盛的,是这座城市对即将到来的这场运动盛会灼灼的期盼。

火车东站导视屏滚动播放着运动会系列宣传海报,公交移动电视上不时响起运动会主题曲《动如潮》的歌声,商场巨幕LED屏上轮番呈现运动员的矫健身姿,地铁1号线推出的运动会主题车厢,还有运动会主题音乐喷泉和灯光秀……浓郁的运动会氛围蔓延在这座城市的角角落落,所有的翘首以待,都在传达这样一个信号:杭州,已经准备好了!

竞赛场馆虚席以待,尽显杭州创意

【科技创新元素迭出 标准向世界场馆看齐 细节与人文并重】

12块大屏同时打开,25个竞赛场馆的画面瞬时呈现,如果需要,可以对任意画面进行局部放大,比赛时所有赛会信息都将汇集到这里……设立于浙江财经大学的学生运动会竞赛指挥大厅,俨然是第十三届全国学生运动会的信息中枢。从向22所承办学校、25个竞赛场馆提出统一的场馆信息技术建设标准,到对全部竞赛场馆进行逐一验收、联合测试,本届全国学生运动会处处蕴含着科技创新元素。

浙江大学全新投建的网球场远看像一只匍匐的白色巨龟,这是因为该网球场采用了新兴的气膜结构,以确保场馆内部的气压、温度、湿度、新风量和照明度都可以按需调控,从而为运动员提供最舒适的比赛环境。同样注重场馆的安全性及舒适度,浙江财经大学游泳馆着力改造顶部钢架结构,除了加固维修外,还重新刷了高强度的新型油漆,并在顶部架设隔音材料,以防止消毒剂的腐蚀和水蒸气的侵蚀、减少噪音。

作为场馆改建的重头戏,灯光改造一直是各承办学校的工作重点。浙江工商大

学斥资90余万元邀请专业的运动场馆灯光公司,使场馆内的灯光亮度保持在800~1000勒克斯之间,有效解决了羽毛球运动员抬头看球时的眩光问题。浙江外国语学院排球馆则全新启用金卤灯,并配以深照型、斜照型和泛光灯具组合,不仅能保证水平面和垂直面的照度,最大限度地降低了灯光对运动员的影响,同时又不影响现场观众的观赛效果和电视转播对灯光的要求。浙江工业大学“大小明珠”场馆内的照明度也达到了距地1米高度1300~1500勒克斯的标准。

除全方位改造灯光设备外,25个竞赛场馆还从新增移动看台、增加活动座椅、重铺地胶、翻修草皮、打造LED显示屏、改建功能用房等多个维度进行了改造。不少场馆还引入了国际标准,能够满足世界级比赛对硬件设备的要求。例如,杭州第四中学打造出拥有国际标准的CBA同款篮球馆;杭州师范大学仓前校区的田径场完全按照国际田径联合会的标准建造;学军中学足球场是按照中超联赛的标准打造的,他们邀请了绿城足球俱乐部的专家前来把关,选择了营养沙以保证场地的平整度和草皮的生命力。

日本原装进口的地胶板、伦敦奥运同款绿色地胶、世锦赛标配乒乓球台……这些一流的设备在服务于本届全国学生运动会之后,还将惠及各大、中学校的学生,因为这些场馆日后都将用于常规教学。

赛会服务细致入微,展现杭州温度

【医疗救援多预案频演练 志愿者培训重礼仪强专业 后勤保障落到实处】

“用红、黄、绿、黑四色标签来区分伤员伤情,救援担架迅速到位,急救车辆场外待命……”8月14日,由杭州市卫生计生委组织的医疗卫生保障综合应急演练,分别模拟了当竞赛场馆发生意外踩踏伤亡事件和食物中毒事件时所要采取的医疗应对措施。

自今年4月以来,像这样的医疗卫生保障综合应急演练已经多达7次,相关的医疗急救业务培训更是超过了60次。

所有竞赛场馆、学校驻地和裁判员入住的宾馆都设立临时医疗点,杭州市卫生计生委选定了7家定点救治医院和一批备用医院,调配了37辆救护车待命。他们还组织专家细化了应急救护、疾病预防控制、病媒生物防制、精神(心理)卫生、卫生监督等5个专项工作方案,以应对各种可能出现的问题。

同样高标准、严要求的,还有志愿服务工作。自选拔阶段起要求就很严格,竞赛志愿者必须具备相关竞赛项目的专业知识,礼仪志愿者有严格的身高、形体要求,信息技术志愿者优先考虑网络安全、电子信息技术等专业的男生,这使得第十三届全国学生运动会志愿者的招募比例普遍超过10:1。

“礼仪引导员要做到一齐、二稳、三匀,引导牌举在头顶要一字线水平齐、不能左右晃动,前进步伐要匀速,与代表团队伍要保持恰当的距离。”每天坚持练习几个小时很辛苦,但“小艾特”们却甘之如饴,“我们不仅要练习基本的志愿者礼仪,还要接受基础的赛事知识培训,以及嘉宾引导、运动员指引、颁奖礼仪等一系列专业服务培训。”在他们看来,能被选中服务本届全国学生运动会,已经是最大的荣耀。

此外,第十三届全国学生运动会筹委会还对交通保障与安全,以及赛事承办单位的食宿条件、消防安全等后勤保障问题进行定期巡查,以确保赛会期间大家能吃得安心、住得舒心、赛得放心。

备战出征厉兵秣马,期待杭州拼搏

【因为热爱不惧训练艰辛 渴望突破勇敢挑战自我 超越梦想成就更快更强】

8月18日是浙江代表团出征第十三届全国学生运动会的日子。这一天,来自全



省20所高校和56所中学的553名运动员、教练员在浙江理工大学大剧院参加了出征仪式。为了在接下来的运动会上取得优异的成绩,运动员们已经做好了充足的准备。

整个暑假都没有间断训练,浙江理工大学田径队队员们一直活跃在田径场上。即将参加女子100米栏和撑竿跳两个项目的角逐,李婉文每天需要轮换训练项目,常常练得自己大汗淋漓。“因为是真的热爱,就觉得没那么累了”,李婉文的话道出了很多运动员的心声。同在田径队的徐崇志要参加的是男子十项全能比赛,10个项目交替着训练,让他每天都承受着比别人更大的训练强度,“因为训练,已经很久没有回家了”,徐崇志说,这是他唯一一次能够在家门口参加全国学生运动会,他一定要珍惜这次机会,赛出最好的成绩。

更高、更快、更强的体育精神激励着每一位运动员,比40摄氏度高温更炽热的,是他们面对训练和比赛时的投入与拼搏。浙江财经大学乒乓球队的运动员们已经封

团集训了好一阵子,每天在低压闷热的场馆里不停地训练,使他们承受着身心的双重考验。“训练虽不能放松,但教练也特别注重对我们身体的保护,防止意外的运动伤害,所以除了技术和心态训练外,我们还特别注重身体方面核心力量、肩部力量的增强,以及牵引、拉伸等恢复性和放松性训练。”队员李奕颖说。

作为浙江省高校中的羽毛球强队,中国计量大学羽毛球队也被寄予了厚望。曾拿下浙江省大学生羽毛球锦标赛女单桂冠的任天琪将参加本届全国学生运动会女子单打及混合双打两个项目的比赛,这个暑假,她一直在浙江工商大学参加集训。每天无数次的挥拍、跳起、扣杀,使得任天琪与小小的羽毛球之间建立起一种无言的默契,在她手上,球会“像飞燕般在天空中划过一道美丽的弧线飞向对方”。

不怕吃苦、绝不认输,运动员们奋勇拼搏的姿态无疑是对本届运动会“励志奋进,奔竞不息”口号最好的诠释。

第十三届全国学生运动会

The 13th National Student Sports Games

浙江·杭州