

非 遗故事



麻布制的画板,麻布染色后的材料,一群七八岁的孩童围坐在长桌旁创作着。五彩斑斓的麻粉末在他们的手指间捻搓,最后化作了可爱的兔子、俏皮的哆啦A梦、随风轻舞的荷花……

看到这般童趣的画面,常德市新阶层联谊会理事、麻质画非遗传承人李健鹰的笑意更浓了。“古老的麻质画,在孩子们的手中是如此有生命力!每当看到有新鲜的力量来体验麻质画,我都会特别高兴!”



麻布上的诗和远方

本报记者 徐金玉



有色彩的原麻

这个暑期,李健鹰就是这般幸福而充实地忙碌着。迎来送往一拨又一拨游人、访客,在他们好奇的目光中,将常德特有的麻质画的前世今生娓娓道来。

“麻质画是以麻布为载体,以纯天然的麻纤维上色,纯手工绘制而成的画。它的历史最早起源于春秋战国时期的夏布印花,到北宋时期又发展为夏布绣(俗称麻布绣),到清朝时期慢慢分支出一种以麻纤维为主的粘贴画,麻质画由此而来。”李健鹰说。

几个重要的步骤,最终让一根原麻有了色彩,成了一幅画:选麻、染色、晾干、筛选、准备画布、调胶、打底、构图、上色、上色、勾勒……

色、勾勒……

“我们需要用毛笔蘸上特制的胶水,粉刷在麻布上,然后再在上面手撒染色后的麻纤维,如此粘贴成画。麻质画的创作节奏感强,跟随灵感创作,会像泼墨写意般酣畅淋漓。麻质画敛锋守拙,画面朴实沉静,无论从哪个角度欣赏都不会出现反光点,而且和空气接触自然氧化后,更具古色古香的雅韵。”李健鹰笑着说。

前不久,画室就迎来一位年轻的赏识者。一位青岛女孩来河街游玩时,第一次听说了麻质画,迅速被它所展现的素净、质朴感所吸引。“几日后,她特意为麻质画折返常德,并亲手体验创作了一幅竹子。”李健鹰说,“还有一些准大学生来我这里体验创作,有一个男生专门定制了一幅人物肖像,要回去给女朋友惊喜。”

恍惚间,李健鹰仿佛看到了20世纪八九十年代时,在常德司空见惯的场景。“那时,麻质画市场火爆,可谓一画难求,还曾作为礼物送给国际友人,并远销海外很多国家。”谈及盛况,李健鹰不免失落,后来由于体制改革,工厂关闭,麻质画因此消失没落。

一个人的“折腾”

在画室外、河道旁、屋檐下,李健鹰摆放了一张桌案,这里便是她创作时的一方天地。她常常一坐就是数小时,一身旗袍,一袭长发散落腰间,不施粉黛,略显柔弱。可一旦听了她的故事,人们会恍然发现,她这段重现麻质画光彩的过往,没有勇气、韧性和魄力,是做不来的。

“我对麻质画的喜欢,说不清道不明。”李健鹰常说,她的这份情感,难以用言语恰如其分地表达,但也正是源于这份力量,让她在工厂关闭后,没有再去找

单位上班,而是一边兼职美术课外辅导,一边潜心延续这项非遗技艺。

寻找原料是她面临的第一道关口。“我当时根本找不到货源,就在电脑上盲目搜索,眼睛都快看瞎了,也没有头绪。还是朋友辗转介绍,认识了一位省外的做国际贸易的老板。一打电话,人家第一个问题就把我问懵了!”此时回想,李健鹰还有些不好意思地笑着说:“老板问,你要几吨啊?原来,他们的货都是用火车皮来拉的。我只好小心翼翼地,买100斤可以吗?电话那头,一阵沉默。我就一咬牙,又问道:200斤行不?”

当李健鹰雇了一辆货车到常德火车站,将四大麻袋原料运回家里后,她心里有种说不出感动。“我和这位老板素不相识,是我决定做麻质画以后认识的第一个人,因为他的帮助,坚定了我的信心和决心。”

原料来了,上色又是一道关口。于是,风风火火的李健鹰,又骑着电动车转遍了整个常德市,最后只找到了一家有染衣服服务的干洗店。“试过几次都不理想,我就开始自己学着染,有时是染不出想要的颜色,有时是染上了又不持久。”就这样,她不停问、不停学,常常一染就到凌晨两三点,用了一两年时间,总算把染麻技术融会贯通。

“那时候太累,一上床倒头就睡。我爸爸就会一早来帮我烧火、煮水,染麻必须要用滚烫的水才行。我做麻质画,一方面是美术基因遗传自我爸,另一方面,也是家人无条件地支持。”李健鹰说。

这两项准备,已用了近3年时间,可没想到原料这一关还未过去。染过的原麻,还要剪成细细的粉末做成作画材料。她就用剪刀一点点剪,没过多久,手指就磨出了水泡。“那是我第一次感到绝望,一根两米长的原麻要剪成不到1毫米的材料,要剪到啥时候是个头啊?”回想起那段时光,李健鹰不免一声喟叹。感慨归感慨,她再度行动,四处联系工厂的科研人员,终于在数年后为她成功定制出了一台干麻机,自此心无旁骛的创作之旅总算开启。

期间,她也曾诚邀老同事合作,但90%以上都反对,认为做这事没前途。李健鹰内心却很清楚:“我不是问这件事要不要做的,而是问他们要不要和我一起做。他们的反对对我的决定没有影响,我自己喜欢,谁都是雷打不动!”

深夜里的创作

渐渐地,李健鹰的作品迎来了欣赏的目光。2004年,她的一幅《孙中山戎装像》走出常德,走入澳门。“当时,澳门国父纪念馆的工作人员主动联系我,想要收藏这幅作品。没想到有一天,常德麻质画的本土作品,还得到了澳门同胞的喜爱和欢迎。”

她的创作也渐入佳境,所涉题材丰富多元。“麻质画被誉为千年不烂软黄金,篇幅尺寸不受限制,既可绘制上百米巨幅长卷,也可做小品衬于家中。它既可以是工笔写意,也可以是花鸟山水,人物肖像更显其味。”

“新冠肺炎疫情刚暴发时,80多岁的钟南山院士临危受命,连夜赶去武汉。我当时看到电视中的他,累得两眼通红,心中特别感动。我想创作一幅人物肖像画,用自己的专业来讴歌伟大时代里的人。”创作是忘我的。半夜三四点钟,她忽然有了灵感,就直接从床上爬起来去修改。

“一直改到早上七八点钟我满意了才去睡觉。有些不谦虚地说,这确实是我的得意之作,里面饱含了我的敬佩之情。最后这幅作品也送到了钟院士手上。”李健鹰笑着说。

在她看来,麻质画就是有这般神奇的魅力。“由于材质的关系,它独具凹凸感,会呈现不同的层次,进而会展现创作者丰富的精神世界。每次用手指去撒麻粉末时,也会很有意境,它考验创作者的审美、对色彩的搭配、对力道的掌控,创作过程中很有趣。”李健鹰笑着分享道。

采访过程中,李健鹰带有常德方言味的普通话亲切、浓重,时不时地就会传来她质朴又爽朗的笑声。不过,如此乐观的她,也有自己的苦恼——招徒。

“最起码要扎扎实实学1年”,我的这句话,一下子就把对方吓到了。”李健鹰无奈地说,“现在,我想通了,要先让大家认识麻质画,对麻质画感兴趣。如若喜欢,可以先开一个兴趣班,让他们花1个月先上手工学习、体验。从传播到感兴趣,再来讲传承,这件事不能心急,估计还要有很长的路要走。”

李健鹰时常在心中畅想一幅美丽图景:“未来,常德有很多人来做麻质画,大家的力量比我一个人不知要大了多少倍!到时做成一个响亮的民族品牌,一提到湖南非遗,人们都能想到麻质画!”

科 学健身

服贸会上的冰雪力量

本报记者 徐金玉

9月5日,2022年中国国际服务贸易交易会(以下简称服贸会)落下帷幕,作为本届服贸会九个专题之一,体育服务专题迎来自己的高光时刻,不仅面积位居专题展区之首,国际化率达到67%,且首次设置奥运成果推广服务展区,让观众近距离感知冬奥成果的同时,进一步加快促进冰雪事业发展进程。



本报记者 贾宇 摄

专家建言中国冰雪未来

在国际体育服务贸易发展大会暨国际冬季运动(北京)博览会主论坛现场,北京冬奥会和冰雪产业成为关注的焦点。

国家体育总局副局长、党组成员李颖川表示,长期来看,依托我国超大规模的市场优势,体育服务贸易的发展潜力巨大。特别是近几年,借助北京冬奥会成功举办契机和“带动三亿人参与冰雪运动”目标的实现,冰雪产业的“冷资源”正在转化成“热经济”,这将为体育服务贸易增添新的发展动力。

国际奥委会可持续发展部主任玛莉亚·塞洛斯基表示,北京冬奥会是一次集体征程的里程碑,不仅成功传递了遗产,而且让3亿多中国人参与了冬季运动,最终为人们的健康与福祉作出了贡献,产生了众多社会效益。

国际冬季两项联盟主席奥勒·达林认为,北京冬奥会后,中国将开启冬季两项运动的新时代。北京冬奥会激励了更多人去体验这项运动,现在大家需要将其转化为有意义的传承,保持良好的发展势头。

多位专家对此深表认同,他们纷纷表示,随着北京冬奥会的成功举办与“带动三亿人参与冰雪运动”目标实现,更多的普通人关注冰雪,走进冰雪,也将助力我国冰雪服务与贸易实现有效拉动,续写“后冬奥时代”冰雪产业的新篇章。

《报告》释放重磅信号

在活动期间,《2022中国冰雪

产业发展研究报告》(以下简称《报告》)的发布,为做好北京冬奥会后冰雪运动发展的文章释放了重磅信号。该份报告指出,中国冰雪产业市场规模在2021年达到5788亿元,今年有望增长至8000亿元。

《报告》显示,自2015年北京获得2022年冬奥会和冬残奥会举办权以来,至2021年10月底,中国参与过冰雪运动的人数为3.46亿,冰雪运动参与率达到24.56%。同时,我国冰雪产业规模在2021年逐步走出疫情影响,较2020年增长51.88%,按照目前的增长速度,预计2022年将超过8000亿元,并有望在2025年突破万亿规模。

《报告》对冰雪运动场地与参与情况进行统计,截至去年底,我国拥有冰雪场地2261个(滑雪场1450个、滑雪场811个),场地面积0.77亿平方米,占全国体育场地面积的2.26%。冰雪运动参与人数与参与率方面,江苏省、山东省均达到2600万人,北京(55.24%)则在参与率上仅次于黑龙江省(57.80%),排名全国第二位。

而作为冰雪运动普及与推广的重要支撑,冰雪旅游在2021至2022雪季逐渐恢复,3.12亿人次(超过疫情前2.24亿人次的高点)为整个行业带来3900亿元的收入。其中,北京贡献12%的冰雪旅游客源,占全国首位。

在“后冬奥时代”,中国冰雪产业发展仍有极大潜力待开发。目前我国滑雪人口达到1500万人,占总人口约1%,不仅远低于欧美国家,也明显少于日本(9%)、韩国(6%)两个亚洲国家。《报告》认为,随着北京冬奥会的成功举办,以及优质冰雪资源的深入开放、新技术的广泛应用,未来我国冰雪产业将有至少10年的高速增长期。

休 闲 窗

守护“创新之火” 燃动青春舞台

——第31届中国真维斯杯休闲装设计大赛圆满结束

本报讯(记者 刘圆圆)9月7日,第31届中国真维斯杯休闲装设计大赛总决赛亮相2023SSS中国国际时装周,于北京751D·PARK 79罐正式拉开序幕。本届大赛以“燃”为主题,呼吁新时代服装人,用创意点燃青春,向社会传递积极拼搏的正能量。

18组入围作品强势亮相,一如本届赛事主题“燃”,来自全国各地的优秀年轻设计师,用创意燃动舞台,为青春交上一份满意的答卷。活动当天,真维斯代言人张若昀作为第31届中国真维斯杯休闲装设计大赛推广大使首次亮相,与现场观众近距离互动,并为参赛选手加油打气。

经专业评审团的严格打分,最终来自江西服装学院的李文瀚以一组《逆流执炬 勇毅笃行》问鼎第31届真维斯杯金奖。作品设计灵感源于后疫情时代的生活方式蜕变,变化来势汹汹,但不影响生活的延续,传递出人类极其渺小,但生命绝对伟大的内涵。设计师对面料的选择别出心裁,通过反光感材料展现未来感和科技感,表达对生活寄予希望,对生命的坚韧致以敬

畏。“服装不仅是时尚的产物,更需要承载人文厚度。”这也是评委给到金奖作品的评价。

活动期间,真维斯发布了2022秋冬新品系列。休闲而不繁复的造型,舒适且温暖,展现了真维斯对“休闲”二字的不凡解读,给观众带来了精彩纷呈的视觉盛宴。

“我一直坚持一个观点,服装是衣食住行的基础,是关乎百姓的民生产业。打造国民品牌不是靠喊出来的,而是要靠我们一代代服装人脚踏实地地拼出来。”全国政协委员,真维斯董事长杨勤如是说道。“真维斯多年来在不断打造具有‘真维斯名片’效应的专业性设计赛事的同时,也在努力回应业界的期待。一步一个脚印,这也是十年如一日,踏实深耕服装行业的真维斯品牌的真实写照。未来,真维斯将不断开拓进取,锐意创新,成为推动国内休闲产业长足发展的常青力量。”

本次大赛由中国服装设计师协会、中国服装协会、真维斯国际(香港)有限公司联合主办,中国纺织服装教育学会、香港时装设计师协会和if时尚等多家单位共同协办。

科 学健身

习练太极 收获健康

罗帅呈

太极拳是我国民族体育的瑰宝,在全世界得到广泛传播,深受各国体育爱好者的喜爱,是中国走向世界的一张亮丽的体育名片。根据美国伊利诺伊大学研究报告,仅在美国练习太极拳的人数已超过500万。另有数据显示,目前太极拳已传播到世界150多个国家和地区,全球练习太极拳的人数超过3亿。太极这一发源于中国的古老体育运动,凭借其蕴含的深厚文化、养生理念以及防身健体效果,得到了世界民众的认可。

过去太极拳多为中老年人的专属运动,如今越来越多的年轻人也开始加入到练习太极拳的行列。习练太极拳者已不受年龄、性别、职业的限制,深受各类人群喜爱。

练习太极拳究竟有哪些好处?民间流传一句话“太极治百病,活络筋骨通”。我们根据太极拳的特点,认为它主要具有三方面的价值:

一是有利于身体机能改善。太极拳动作伸展性强,能提高柔韧性,同时配合呼吸,还可达到按摩内脏、畅通气血,促进新陈代谢的作用。而且太极拳动作变化多样,练习时讲究心神合一,通过大脑控制与身体配合,能够改善神经系统功能,可以提高灵敏与协调能力。同时练习太极拳需要采用腹式呼吸,以深长而均匀的呼吸,有规律地锻炼呼吸肌,可以提高肺活量。

太极拳练习时要求底盘稳、重心低、身体固定,可以锻炼腿部与腰腹的静力性力量,并且某些动作需要“寸劲”,可以发展爆发力。此外太极拳运动的强度不高,是一项有氧运动,长期练习能提高有氧能力和改善血液循环,对心脏起到保健作用。

二是有助于防治生理疾病。首先,练习太极拳有助于预防心血管疾病,能够有效改善心脏供血,从而减轻

心绞痛的风险,达到治未病的目的。其次,可以辅助治疗如肩周炎、膝关节疼痛、颈腰椎病等关节脊柱类疾病。并且太极拳练习强调周身的协同运动,通过拉长身肢、缠丝圆弧运动和将脊椎对拉拔长、伸筋拔骨,以及关节的圆弧形磨合、松紧卷放,能够充分锻炼关节脊柱的灵活性,达到康复、防治关节脊椎相关疾病的效果。

三是有益于心理健康。练习太极拳可以使人沉着、温和冷静,尤其是对中青年人群可以缓解抑郁、焦虑等症,并在短期内产生良好的治疗效果。还可改善睡眠,增加活力,提高工作和生活的自信心。

初学者在练习太极拳时,除了做好基本的运动准备外,还需要练好太极拳基本功。尤其是在练习过程中,最初阶段要注意控制动作的幅度和力度,用力不宜过猛,动作幅度不要太大,下蹲架式不要过低和太高。

在挥手迈足时,既不要刻意做作,又不要使动作呆板木讷。练习时也不要刻意调气、运气,否则会因方法不当,导致出现憋气、断气现象。

另一方面,练习的时间要适当。太极拳功前辈经常讲“20分钟入药”,也就是说低于20分钟的练习时间,相应的脏器、腺体、内分泌、免疫系统等的微循环系统尚未开始工作,此时身体刚刚进入准备状态,运动就结束了,不会对身体各系统起到明显的改善作用。所以练习太极拳一般以1小时左右为宜,最短也要达到半小时。

最后,练习太极拳贵在每天坚持,形成锻炼习惯。只有通过持之以恒的锻炼,才能够逐渐体现出练习太极拳的功能作用,才会保持良好的身体状况。

(作者系南昌工学院体育与健康学院院长、教授)