



责编/张辉东
美编/吴志立 校读/肖应林

很久以前的一个场景了,但偶尔还是会冷不丁地跳出来:“看——它真生得不是地方!”

顺着朋友伸出的手指,我定住了自己的眼睛,只见在那固定枕木和那铁轨的螺丝眼中竟然长着一根小草。小草笔直的。螺丝眼中满是黄锈,它却嫩得十分可人。

“它怎么就偏偏在这种地方生根呢?”我走近它,蹲下身,很惊诧。它的一面迎着夕阳,闪着不可名状的光亮,另一面则饱含着极其温柔的暗绿色。

“也许是随着哪一阵风吧。”朋友说着,弯下腰,想将它移植到铁路边的护坡上。

“唉,算了,算了,你算了!也许它就喜欢这里!”我生怕他伤了它。

朋友慢慢站起身来,默默地看着那被那钢轮擦亮的铁轨和那灰黑色的道碴。

四下里是一片沉寂。

铁路下方,田刚犁过,晚风送来阵阵清香。

“什么时候老实的呢?”双手交叉,放到脑后,手下面是柔软的枕头,又大又厚又白的枕头。

三当风来的时候,我们弯下腰,是的,我们是些草。当风过去的时候,我们又直起腰,是的,我们是些草。我们总是面临着风,面临着带着雪的风,面临着夹着冰的风,面临着含着霜的风。可是,只要我们不死,面临春风还会复生。

是草,当然就是杂的,有的高,有的矮,有的贴着地面生存。高的未必就是好的,矮的未必就是不好,怕的就是总是觉得自己总比别人要好,怕的就是总是觉得无论高矮终归是草。

是的,我们只是些草,是那些轻的,最后一根,压垮那头骆驼的草。

草

周实

时间生的蛋

时间生的蛋。在大围山上它们有一个共同的名字叫第四纪冰川漂砾壮士石补天遗石中流砥柱听法海龟大佛石风动石……山风山泉呼唤它们变幻的小名喊了近四千万年依然喊不起身等我来喊的时候它们顽皮地学舌大山回声石蛋……石蛋……我听出大围山在喊它足不出户的宝贝儿子

九月转山

(组诗)

张辉东

雾中神仙

山顶高山草甸被大雾淹没我在浏阳河源岸边转动轱辘取井水回头惊艳偌大的草甸分毫毕现浓雾不见踪影

错过了映山红却见证了一次神奇我聊发少年狂一口气登顶最高处在大雾漂流的大围山顶做了一回神仙

大围山之夜

这一山的蟋蟀纺织娘金钟儿弹琴蛙蟾蛤夜鹰灵猫青鹿在夜里制造各自的声音或求偶或自娱将大山围住

山泉声响在夜色中突围凉风呼啦啦扯起旗帜从山岭向山岭突围我半生的尘埃已被洗净从围拢的乡愁中醒来决然天亮从大围山突围



全剧的音乐既有宋词的古典韵味,又不失现代音乐剧的节奏感。尤其值得一提的是,音乐与剧情的结合不是简单的“配乐诗朗诵”,而是让音乐参与叙事、推动情感,许多段落仅凭旋律和演唱就能让观众落泪。

好在哲思的安顿之间。

一部好的剧,应该与时代紧密相连。而真正有时代感的作品,显然不是简单复述历史,而是让历史照亮当下。

这里不得不提到总编剧清风先生的功力。清风先生的创作,历来呈现出一种“大主题,小切口”的自觉追求,不论是《祝福祖国》,还是《老师我想你》,都很擅长为宏大的时代情感找到一个可亲、可感的表达出口。《心安东坡》正是这一创作理念的集中体现,《心安东坡》最动人之处,是它回应了现代人的精神焦虑:在变动不居的世界里,人如何安顿自己?当外部环境无法选择,命运把人抛向“孤岛”,我们还能不能找到“此心安处是吾乡”的力量?

“心无妄,念无垢,任我千里行走。身无病,梦无疚,任我沧海泛舟。无妄无垢,无病无疚,惟我心安,俯仰无忧。”东坡在儋州所面对的,不只是贬谪、疾病、贫困与敌意,更是如何不怨、不惧、不碎。他把荒岛变成书院,把苦难变成著述,把流放变成归来……

反噬让剧情反转,以整人为乐的章惇最终自食其果,被贬雷州染病,东坡不计前嫌施以药方。这不是政敌的握手言欢,而是君子对小人的以德报怨,更显东坡心安中的心善与心宽。这对今天被内卷、漂泊、焦虑裹挟,甚至可能遭遇诬告、陷害的观众而言,不是遥远的古人轶事,而是一种可资借鉴的生存哲学。剧目因此具有鲜明的时代感:它问的是东坡,答的是今人。

当然,我们也许可以由《心安东坡》出发,开拓出更为宽广的创作天地。一个62岁的老人,被贬到天涯海角三年,却没有沉沦,反而在绝境中活出了另一番天地——“九死南荒吾不恨,兹游奇绝冠平生”。“问汝平生功业,黄州惠州儋州”,东坡一生三次被贬,却最终完成了立德立功立言的不朽事业。东坡海南三书《易传》《书传》《论语说》,让他“即觉此生不虚过”。北归途中过海遇风浪,他叹曰:“所撰《易》《书》《论语》皆以自随,世未有别本。”继而长叹,“天未丧斯文,吾辈必济!”这样的故事,不只属于苏轼,也属于每一个在困境中寻找“心安”的你我。



文体

《心安东坡》，安在何处？

易鹰



宋绍圣四年(1097年),苏轼被一贬再贬,直到天尽头的海南儋州。

在当时,海南被看作最惨烈的流放地——孤悬海外,化外蛮荒,米比珠贵,“连岁不熟,饮食百物艰难”。

古代官员被贬,并不是罕见之事,但被一贬再贬直到天涯海角,却是少见的。唐代被贬为崖州司马的杨炎,就绝望地说:“一去一万里,千知千不还。崖州何处在,生度鬼门关。”

被贬海南,政敌的意图显而易见,是要置苏轼于死地,东坡先生也作好了死于此地的打算。就这样,时年62岁的苏轼,在朝廷的催迫下,从上一个被贬地惠州,跨过浪高风急的琼州海峡,跌跌撞撞,踏入了这片“九死南荒”之地。

直到三年后,新皇即位大赦,苏轼才得以返回北方。翌年在北归途中病逝于常州。

音乐剧《心安东坡》,讲述的就是苏东坡这段南渡北归间的海南故事。

该剧近日在长沙梅溪湖大剧院巡演。观剧前,我便对该剧充满期待,因为苏东坡的海南岁月,是开启海南文脉的一件大事,留给了海南丰厚的文化财富;如何讲好这段故事,对于推介海南,具有重要的现实意义。习近平总书记考察海南时,多次引用苏东坡诗句,特别强调保护好传承好历史文化、革命文化、海洋文化、民俗文化资源。作为东坡迷和文旅人,我也一直在思考长沙悠久历史文化的创造性转化问题,所以对于这个“他山之石”,自然不能顾厝。但心中同时隐隐不安,因为要讲好海南东坡故事,尤其是要把他搬上艺术舞台,深觉不易,个人觉得有三难。

一是缺少冲突。戏剧本身要讲究冲突,冲突越尖锐,故事越精彩。苏轼的流放本身就是边缘化,远离中心,对于帝王将相而言,就是没有了舞台。苏轼的处境,就是一个荒江野老,所谓“半醒半醉问诸黎,竹刺藤梢步步迷。但寻牛矢觅归路,家在牛栏西复西”。把这些日常搬上舞台,如何建立那种“针尖对麦芒”的戏剧对抗?

二是文心难演。苏东坡作为文学家的核心魅力在于他的诗词、他的文章、他的思想。但写诗本身是一个很个人化的行为,虽然存在外在环境的诱发,但更多

的是情感独立的自我抒发。如何让他的精神活动获得外部的戏剧形式?

三是心理设防。苏东坡是一个观众热爱喜欢并熟悉的文化符号。他的形象、他的轶事、他的名句,早已深入人心。如果只是重复这些已知的亮点,观众的心理投入会很低。但如果为了制造戏剧性而虚构冲突或过度煽情,又可能破坏观众对这位文化巨人已有的情感联结。

但显然这种担心是多余了。这部由一级导演赵京生担任总导演,词作家清风担任总编剧,张渠、钱雷、王艳梅等众多音乐人联袂担任作曲,由夏振凯、蒋倩如、左炜、李想等国内音乐剧实力派演员领衔,廖裕文、赵媛等海南本土优秀演员参演的作品,创造了精彩和惊喜。

如果说看前有不妥,但看后用了一个“安”字来总结感受,或许是最贴切的。这个字既是剧名,也是贯穿全剧的灵魂,更是散场后留给观众最深的心灵回响——遗憾被安放,情绪被安抚,最终归位于“此心安处是吾乡”。为何能达到这样的艺术效果?

好在故事的巧妙安排。戏剧本身要讲究冲突,冲突越尖锐,故事越精彩,苏轼对手当朝宰相章惇,远在朝廷,无法构成舞台上的面对面交锋,如何构建张力?

音乐剧《心安东坡》的解法是,将苏东坡“缺少旗鼓相当对手”的艺术困

境,转化为一场外部迫害与内在心魔的双重围剿。

外部迫害,是让政敌的意志代理人市侩恶吏“董才”在现场执行的。一是剥夺安身之所,将苏轼逐出驿馆,使他从“官身”沦为无处容身的流民;二是阻断精神命脉,为阻挠苏轼著书,董才抢夺他借来的典籍,致其坠崖遇险;三是毁灭毕生心血,董才纵火焚烧苏轼的著作。这三重迫害环环相扣、步步升级,将冲突推至顶点。全剧冲突的真正枢纽,也正在这里,正是外部迫害不断剥夺苏轼的“安”,而苏轼的每一次回应,都是在重新定义“安”的含义。于是,一个原本缺少面对面敌人的流放故事,被组织成一场“如何心安”的精神历险。

好在形式的安众可亲。

塑造苏东坡这个舞台形象,需要让熟悉的形象重新变得陌生,让陌生的历史重新变得可感。音乐剧有一个大胆的创新,以AI叙事与跨时空视角构建起一座“陌生化”的桥梁。

这样做的一大好处,就是直接将千年前的东坡,拉回到了现代人的身边。舞台上呈现的不是那个被标签化的“旷达圣人”,而是“复活”一个“有泪有痛、有惧有坚守”的普通人。当观众看到一个会因书稿被焚而失声痛哭、会面对迫害感到无助彷徨的苏轼时,舞台上的苏东坡,不是一个遥远的文化巨人,而是一个有血有肉的灵魂。

比满六项,助力中国体操男团收获亚运会三连冠

赢日本 张博恒已有心得

长沙晚报9月23日讯(全媒体记者 赵紫名)9月23日,爱知·名古屋亚运会体操男团决赛在名古屋市综合体育馆展开角逐。21日已经拿下男子个人全能金牌的长沙伢子张博恒,携手队友邹敬园、兰星宇、孙炜和田昊,凭借稳定出色的发挥,以255.095的总分力压东道主日本队的254.026分,帮助中国队拿下体操男团冠军。张博恒作为队长,扛起核心重任比满全部六项,是队伍夺冠当之无愧的头号功臣,他拿到了个人在本届亚运会上的第二枚金牌。



扫码看辣视频
中国体操男团卫冕



张博恒(左)和田昊庆祝夺冠。

爱知·名古屋亚运会奖牌榜

(截至9月23日20时)

排名	国家和地区	金	银	铜	总数
1	中国	47	20	10	77
2	日本	15	24	27	66
3	韩国	8	8	25	41



2026爱知·名古屋亚运会特别报道

顶住压力,中国队完成亚运三连冠

自2000年悉尼奥运会以来的七届奥运会,有六届的体操男团冠军被中日两队获得(各获三次)。中日争霸成为奥运会、世锦赛等重大赛事体操男团团体比赛的最大看点。

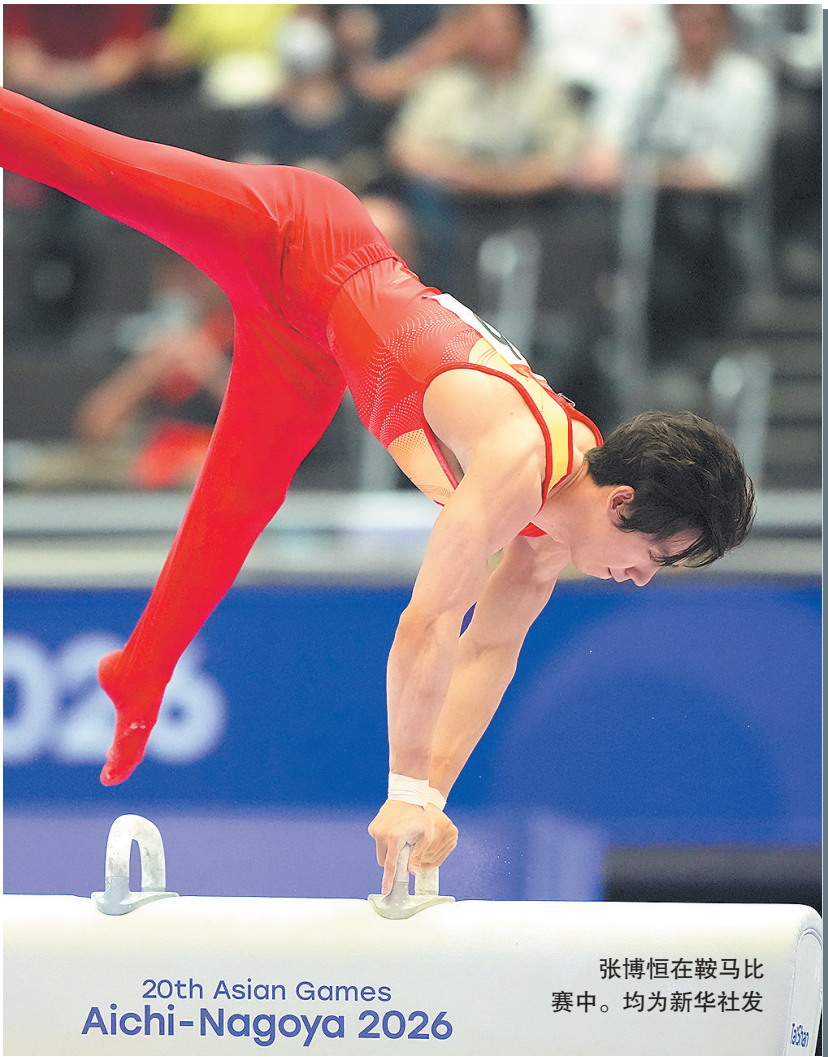
但在亚运会的舞台上,中国队此前共获得过12次体操男团冠军,远超日本队的1次(2014年仁川亚运会)。日本队此次主场作战,肯定希望阻止中国队,实现在本土夺冠的目标。

中国队派出了张博恒、邹敬园、兰星宇、孙炜和田昊的阵容,日本队则是由两位奥运冠军桥本大辉、冈慎之助领衔。其中,张博恒、桥本大辉、冈慎之助三人都要比满六项。

作为最强的两支队伍,中国队与日本队放在同一组,六个项目的出战顺序完全一样。首个自由操项目,日本队稍微占优,领先中国队0.334分;第二项鞍马,中国队追回一点分数,差距缩小到0.166分;第三项吊环是中国队的强项,比完之后,中国队直接反超日本队0.867分,升到第一位;此后的跳马和双杠,中国队稳定发挥,持续扩大领先,在最后一项比赛前,中国已经手握1.934分的领先,获胜的机会很大。

最后一项,孙炜出现掉杠的重大失误,一度让人联想到两年前的巴黎奥运会上,中国队也是因为单杠项目的连续失误导致丢掉到手的金牌。不过,日本队这边面临过分的压力也出现失误,冈慎之助同样掉杠,虽然随后出场的桥本大辉拿到15分以上的高分,但中国队最后出场的张博恒只需要顺利完赛,就可以确保金牌到手。

作为全场最后一个登场的运动员,张博恒顶住压力、稳定发挥,虽然落地向前跳了一小步,但瑕不掩瑜,14.200的得分足以保证中国队收下这枚金牌,实现亚运体操男团三连冠,同时也是第13次体操男团冠军。



张博恒在鞍马比赛中。均为新华社发

扛起责任,张博恒:团体放在第一位

在中国队最终分数出来的那一刻,对比两天前个人夺冠时的状态,张博恒明显更加激动,他和队友一一拥抱,庆祝这枚分量很重的金牌。面对镜头,他还不时比出1的手势。

“两天前其实也激动,今天当然更激动。”当被问到拿到两个冠军呈现出不同的状态时,张博恒很坚定地说:“中国体操队一直是把团体放在第一位的队伍,这一次参赛的五名队员也都是把团体放在首位,夺冠后我们都很开心。”

继个人全能后,张博恒再次比满六项,且六项总分又超过了85分,这还是在带伤的情况下完成的。对于自己的表现,张博恒认为还没有到最佳的状态:“今天的表现谈不上满意,也谈不上不满意,中规中矩吧,这差不多是我在伤病控制下能发挥出的全部实力。”

张博恒透露,其实在团体比赛之前,队里曾讨论过他要不要上全部六项:“比如不上吊环只比五项,但我自己的想法就是,只要团体有一点取胜的机会,我都会拼命去抓住它,我不想因为自己在某个单项的缺失,导致队伍与金牌擦肩而过,这是我不能接受的。”

说起这两年的进步,张博恒认为自己有了足够的耐心:“现在做准备会之前更细致,心态上也会更好,接下来还会继续完善自己的不足。”

在最重要的个人全能和团体夺冠后,外界认为张博恒有可能放弃后面的单项比赛,对此张博恒的说法是:“我的伤病没有想象中的乐观,但也没有那么悲观,需要调养、休息和治疗。不管怎么样,两枚金牌算是开了一个好头吧,后面也许我们会见到中国队更多的金牌。”

张博恒妈妈:相信他会继续努力 争取洛杉矶奥运会圆梦

长沙晚报9月23日讯(全媒体记者 赵紫名)9月22日,市体育局一行到张博恒家中,看望慰问张博恒家人。21日的亚运会体操男子个人全能决赛中,带伤上阵的张博恒,力压东道主日本队两位奥运冠军选手,为中国体育代表团拿到金牌,这也是湖南运动员在本届亚运会上的第一枚金牌。

“张博恒这一次表现非常不错,顶住了巨大的压力,这块金牌的含金量非常高。”市体育局副局长吴伟辉向张博恒的家人表示热烈祝贺,感谢他们培养出了一位优秀的运动员,为祖国、为家乡赢得了

荣誉,市体育局将一如既往地全力支持张博恒,做他的坚强后盾,希望他能继续在国内外赛场上为国争光、为家乡添彩。

张博恒的妈妈肖蓉说:“张博恒一路走来,非常感谢市体育局和市体操学校的培养和教育、支持和关心,去国家队之后,大家也一直鼓励他。这次亚运会夺冠对他的信心、对中国体操队的士气是极大的提升,我相信他也会在接下来两年继续努力训练,争取在2028年的洛杉矶(奥运会)上圆梦。”

据悉,张博恒亚运会比赛完之后将立马返回北京,投入世锦赛的备战中。

52名运动员将参与6个项目 省第十二届残运会长沙代表团出征

长沙晚报9月23日讯(全媒体记者 陈无忧 通讯员 周宇)9月22日,湖南省第十二届残疾人运动会长沙代表团出征动员大会于湖南省特教中专跆拳道馆举行。本届省残运会,长沙代表团共派出52名运动员、12名教练员,将参与田径、游泳、射击、击剑、柔道、举重、跆拳道、射箭、飞镖、乒乓球、羽毛球、象棋等11个项目,3天赛程预计产生金牌约500枚,全省14个市州代表团共计700余名残疾人运动员参赛。

动员大会为即将出征的全体运动员、教练员鼓劲加油,并对赛事保障工作进展部署。大会勉励代表团全体成员,要奋勇拼搏、勇创佳绩,全力冲刺既定目标,拿出最佳竞技状态,用过硬成绩展现长沙残疾人体育事业高质量发展成效;要文明参赛、恪守规则,赛出风格、赛出水平,用良好作风擦亮长沙文明城市名片,充分彰显省会残疾人体育健儿昂扬向上的精神风貌;各项目领队、教练员及保障团队要恪尽职守、做实细节,扎实筑牢后勤保障屏障,及时解决运动员后顾之忧;要严守赛风赛纪,牢固树立大局意识、纪律意识与安全意识,锻造作风优良的过硬队伍。

会上,运动员与教练员代表依次作表态发言,表示将大力弘扬自强不息、顽强拼搏的体育精神,尊重对手、服从裁判,展现良好风貌。

全体参赛运动员、教练员、领队以及随队医务人员、后勤保障等相关人员参加动员大会。