

谭嗣同的妻子原来这么了不起

湘剧《夫人如见》反响热烈，不少观众感动流泪

长沙晚报3月2日讯(全媒体记者 黄能 通讯员 刘婷)“手写信,我尚为世间一人;君看此信,我已成阴曹一鬼。生死契阔,亦复何言……”2月28日和29日晚,湘剧《夫人如见》在梅溪湖国际文化艺术中心大剧院连演两场,省市领导和专家观看了演出。一种东方式的舞台轻奢感,一段如泣如诉的伉俪情深,塑造了栩栩如生的谭嗣同、李闰舞台形象,引人入胜。演出反响热烈,不少观众看得泪流满面。

一位鲜为人知的杰出女性
“既传统,又现代”的表演,演“活”人物

《夫人如见》是以维新派人士、“戊戌六君子”之一谭嗣同的夫人李闰生平事迹为素材,创作的一部近代历史题材湘剧。生活于晚清的李闰,虽然光芒曾被谭嗣同遮掩,却是一位值得后人永志纪念、永怀尊敬的杰出女性。她是谭嗣同的妻子,也是最早觉醒的中国女性。“夫人如见”四字,是谭嗣同生前写给李闰私人信函的抬头。谭嗣同与李闰结婚十五年,每封书信皆依此例,朴素、自然、亲切。该剧以书信体的方式,既娓娓道来又慷慨激昂,既细致入微又纵横捭阖,把大时代中仁人志士的儿女情长,旧时代里闺阁女子走向精神解放和人格独立的心路历程,通过“信”的细节展示出来。

《夫人如见》由湖南省文化和旅游厅、湖南省文学艺术界联合会指导,中共长沙市委宣传部、长沙市文化旅游广电局出品,长沙市湘剧保护传承中心、长沙市艺术创作研究院创作演出。剧目汇聚了省内外实力雄厚的主创团队及省市湘剧表演艺术家,由著名戏剧导演、戏剧教育家曹其敬担任艺术指导,当代著名剧作家、国家一级编剧罗怀臻担任编剧,上海越剧院优秀青年导演吴佳斯担任导演,国家一级演员周帆、邵展豪、罗志勇分别饰演剧中主要人物李闰、谭嗣同、谭继洵,一众湘剧优秀青年演员饰演其他角色。

李闰是一位从传统“旧道德”走向现代“新风尚”的湘湖女儿,被康有为、梁启超称为“巾帼完人”。剧中,李闰有幸福的厮守,有大义的离别,有深情的想念,有痛苦的忿怨,也有绝望的沉沦,更有“忍死须臾”的坚韧和超越自我的觉醒。

周帆表示,李闰这个人物形象非常饱满,文本赋予了角色极大的表演空间,要灵活、准确地掌握不同年龄段人物的内心活动和形象姿态,是一个极大的挑战。“我觉得表演风格要‘既传统,又现代’,它是古典的神韵,要有程式化的放大和夸张,又要有话剧般的真实性反映和体验,一切的程式化演唱都必须有真实的心理体验支撑,不然就会为表演而表演,为程式而程式。”



一场很好的文化洗礼和熏陶
演出反响热烈,触动观众内心

演出反响热烈,观众席不时响起阵阵掌声。湖南省音协新兴音乐群体工作委员会副主任王浩远表示,剧中对于女性在历史中的地位和力量进行了深入探讨,展现了女性在逆境中的坚韧与伟大。同时,《夫人如见》在艺术表现形式上颇具创新。湘剧这一古老的艺术形式与现代舞美、灯光和音效技术的完美结合,使得整场演出既传统又现代,给人耳目一新的感觉。

“孩子们又受到了一场很好的文化洗礼和熏陶!”长沙梦想花园演唱团团长、家长50人观看了《夫人如见》。演唱团负责人、长沙市音乐家协会副主席王利瑶表示,大家深受触动。

剧中的服饰道具也引发关注,从事非遗工作的刘琛告诉记者,《夫人如见》将李闰视为新女性典范,与其身份相关的服饰起

到了至关重要的效果。如果说身穿民国袄裙的李夫人成长为李校长,是继承了谭嗣同遗志,那么当垂暮之年李闰勇敢换上当时不敢穿的、为兴办女学置办的时装,则可视作女性自我意识的最终觉醒。

“演出现场,我和场内不少女同胞一样,泪流满面,也许是或多或少看到了自己的影子。虽然这部剧仍然有一些不完美待打磨的地方,但目前已经有了很好的基础,相信未来可期!”戏迷刘女士表示,无论是过去还是现在,女性作为独立的主体,要实现自我价值,一直存在许多的困境。时代在发展,女性在进步,但也会产生和面临许多新的问题,这就需要社会共同关注、关爱女性。

“原来,谭嗣同背后有位这么了不起的女人!”演出结束后,不少观众边走边谈论着剧情,意犹未尽。

据了解,湘剧《夫人如见》被列为长沙市2022年度文艺精品创作重点项目、2022年湖南省文化和旅游资金资助项目、2023年度国家艺术基金项目、2023年11月入选第十八届中国戏剧节,并获评“优秀剧目”。目前该剧已开展6场演出活动。

2023年5月,湘剧《夫人如见》在梅溪湖大剧院成功首演,连续两场每场演出观众达1100余人。首演完成后,剧方组织召开了专家研讨会,来自全国各地的10余位专家学者齐聚一堂,高度赞扬剧目思想精深、唱腔精美、舞台精致,是守正创新的一部剧目,并提出相关修改意见。剧方据此再次进行了提提打磨,参加第七届欧阳倩艺术节展演。

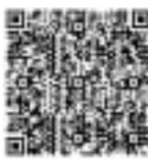
此次再登梅溪湖大剧院舞台,是《夫人如见》继参演第十八届中国戏剧节载誉回湘后,在长沙进行的巡演。主创团队表示,今年3月8日

是第114个国际劳动妇女节,李闰是首先觉悟的中国知识妇女之一,虽为女儿身,却巾帼不让须眉,用自己的实际行动为时代的发展做出了突出贡献。李闰身上所体现出的中国妇女自主、自尊、自信、自强的精神品质,使她成为中国新女性的典范,也将继续影响并启迪着今天的中国女性。

长沙市湘剧保护传承中心介绍,湘剧《夫人如见》是以现代价值对湖湘地区的历史文化资源进行的一次激活和创造性转化,是守正创新和双理论论在舞台艺术领域的实践,将力争把该剧打造成为留得下来的文艺精品,推动长沙文艺从“高原”迈向“高峰”。同时,将通过观众口碑和对外宣传,打造湘剧《夫人如见》品牌,以更广阔的视野、更开放的文化心态,创新推广地方戏曲走向全国,推动湖湘文化“走出去”,有效扩大湖湘文化传播力、竞争力和影响力。



《夫人如见》剧照
均为长沙市湘剧保护传承中心供图



扫码看视频

和非遗传承人“玩泥巴” 长沙非遗馆3月推出多场非遗传习活动

长沙晚报3月2日讯(全媒体记者 宁莎琦)3月,满城春色灼灼开,来橘子洲上的长沙非遗馆,与传承人老师们一起体验手工非遗之趣吧。

本周末,长沙非遗馆开启湘绣与铜官窑烙画传习。湘绣是中国四大名绣之一,是以长沙为中心的带有鲜明湘楚文化特色的湖南刺绣产品的总称。绣师们以针代笔,以线作色,将中国传统的绘画艺术融于湘绣之中,通过针和线将人物、山水、风景、花鸟等多种艺术融会贯通,进行再创造,从而使绣品栩栩如生。市级代表性传承人李杏芳正是个中高手,去看看她的手艺吧。

烙画起源于西汉末年的“烙印”文化,古称“烫画”“火笔画”“火针刺绣”,是木与火碰撞的结晶,运用“碳化”原理,需娴熟掌握温控技巧。区级代表性传承人周利娟将带你一起体验。

下周末,长沙非遗馆也是精彩不断。掐丝釉彩又称景泰蓝,是中国著名的特殊工艺品之一,居“燕京八绝”之首,以金属丝和珐琅彩为原材料,明朝景泰年间盛行,以珐琅釉蓝色为主,故名景泰蓝。区级代表性传承人陈厚兴是非遗馆的老熟人,他的手艺值得信赖。

拉坯是制作陶瓷的72道工序之一,也叫“做坯”,是陶器成型的最初阶段,它是将制备好的泥料放在坯车上,用轮制成型方法制成具有一定形状和尺寸的坯件。传承人陈琛将带你一起“玩泥巴”。

3月16日至17日,也有两位传承人将坐镇长沙非遗馆。面塑是指以面粉、糯米粉、甘油或澄面等为原料制成熟面团后,用手和各种专用塑形工具,捏塑成各种花、鸟、鱼、虫、景物、器物、人物、动物等具体形象的手工艺,俗称面花、礼馍、花糕、捏面人。区级代表性传承人胡敏的作品刚刚登上总台元宵晚会,现场来见证下捏面人的神奇吧。

长沙皮影戏是一种以牛皮或纸板做成的人物剪影,在灯光照射下用隔亮布进行表演的传统戏剧。省级代表性传承人何志明将带你看看大戏。

3月5日至10日,长沙非遗馆还将举行多场湘剧公益演出,包括《古城会》《双拜月》《小放牛》《救母》《仁贵回窑》等精彩剧目。有兴趣的观众快来看吧。



健康

孩子出现分离焦虑是缺乏安全感的表现,帮助孩子调整状态,需要家长和幼儿园一起努力

孩子入园哭闹,家长千万别偷偷溜走

长沙晚报全媒体记者 傅容容 通讯员 颜华 邓昭艳

新学期开学一周了,部分孩子难以适应从家庭到集体生活的转换,特别是幼儿园的孩子难以进入状态,甚至出现一些异常行为:哭着不愿去幼儿园、抵触社交、不好好吃、经常生病……这些可能都来自孩子的分离焦虑,家长和幼儿园如何帮助孩子调整状态?唯嘉儿科发育行为科主任医师孔莉芳教授为家长支招。

分离焦虑背后是孩子缺乏安全感

“我要妈妈,我要回家,我不要上幼儿园……”新学期开学了,送3岁的星星(化名)回幼儿园时,李女士遇到了难题。早上送娃入园,星星会缠着妈妈哭闹半小时以上。下午接娃回家,一见到李女士,星星哇哇大哭。晚上临睡前,星星怎么也不肯睡觉,抱着妈妈的胳膊一个劲撒娇,重复着一句话:“我不睡觉,睡醒了又要去幼儿园了,我不想去幼儿园。”

令李女士担心的不只是孩子反复哭闹。幼儿园老师说,星星最近食欲不佳,食量比其他小朋友少很多,还偶有咳嗽,似乎有些感冒……这让李女士很纠结,难道孩子真的不适合幼儿园吗?去年9月入园时哭闹几天便好了,为什么星星忽然又对幼儿园抗拒起来?

“很多小朋友进入幼儿园会哭闹,这是分离焦虑。”孔莉芳告诉李女士,幼儿入园一个月内,由家庭生活向集体生活过渡,与家人暂时性分离,生活环境、活动方式、行为规则都发生了变化。突如其来,情感上的表现包括哭闹、担心、害怕或想念父母,拒绝离开父母或看护者;行为上的表现包括拒绝上幼儿园、对环境和人员的排斥、拒绝与小伙伴玩耍、情绪波动、少言寡语、睡眠不安、进食减少,甚至会拒绝进食、身体不适等。

每到开学前后,孔莉芳便会接诊不少因出现异常行为而到发育行为门诊就诊的幼儿:有的幼儿经常发脾气,动不动就大哭,睡觉的时候会惊醒;有的幼儿出现行为倒退,比如已经不尿床了,此时又尿床;有的幼儿会自己吃饭、穿衣服、整理玩具等,现在完全不做;有的幼儿会生病,或有其他的不适。



插图/余宁山

不仅如此,不同幼儿表现的分离焦虑在程度和持续时间上会有差异。有的幼儿仅表现在与亲人分离的那一刻情绪很差,但亲人离开后很快就恢复正常;有的幼儿与亲人分离后很难适应环境,不愿意参加其他活动,整天情绪糟糕,容易哭闹。如何让幼儿开心上幼儿园,对于父母来说,是一道重要又必须越过的难关。

父母和幼儿都会产生分离焦虑

幼儿出现分离焦虑主要有两方面的原因:自身原因和家庭原因。

幼儿出现分离焦虑,是对“陌生”的本能恐惧。曾经有一个实验,让幼犬离开它熟悉的环境,换到另一个地方,幼犬会发出痛苦的声音,吠声也变了。只有当其他幼犬或熟悉的情境出现时,这种“情绪性苦恼”反应才会消失。这被视为一种本能反应,是对环境和同类的情绪。许多动物都有类似反应,人类也有。当幼儿离开熟悉的家庭生活,进

入陌生的幼儿园环境时,会产生恐惧感,特别是离开亲近的人(如妈妈)时,会出现分离焦虑。

幼儿出现分离焦虑与身体抵抗力下降有关。分离焦虑会导致幼儿生理发生变化,如多汗、拉肚子等,增加患病风险,生病则进一步加重分离焦虑。在幼儿园,老师无法像家长一样全心照顾每一个孩子,生病的幼儿既受身体不适之苦,又感分离之惧,焦虑表现会更严重。

许多人认为,分离焦虑主要体现在儿童身上。实际上,家长的焦虑程度不亚于孩子。“尤其是那些过度溺爱孩子、习惯包办一切事务的家长,他们的焦虑程度往往高于孩子本身。因此,无论是孩子还是家长,面对分离焦虑时,都需采取干预措施。”孔莉芳说。

家长产生焦虑的主要原因在于:对幼儿园的工作不了解,对老师照顾孩子不放心。家长的这种分离焦虑情绪也会感染到孩子,比如有些家长询问幼儿在园情况:“幼儿园好不好玩?”“你哭了没

有?”“有没有小朋友欺负你?”“喝水了没有?饭菜好不好吃?”“老师喜不喜欢你?”……过多的询问会加重孩子入园的紧张情绪;一些反面的询问会产生对幼儿不好的暗示,使孩子害怕甚至不愿意上幼儿园。

溜走、呵斥、打骂,家长千万别这么做

“孩子不愿意上幼儿园,家长不放心幼儿园老师的照料,我把孩子接回家是不是就行了?”李女士询问。

孔莉芳表示,幼儿园是孩子从家庭走向社会的关键阶段,有助于培养孩子的社交技能、适应能力、认知发展、情感成长和综合素养,为未来的学习和生活奠定基础。家长不应因分离焦虑而回避孩子上幼儿园的问题,应积极克服这种焦虑。因此,孩子上幼儿园“三天打鱼两天晒网”的行为是错误的,会让孩子无法适应集体生活。幼儿入园前,家长也应做好充足的心理准备,坚持每天送幼儿园,帮助幼儿迅速融入集体生活。

若孩子出现分离焦虑,父母不要偷偷溜走,更不能呵斥、打骂孩子,而是从以下几个方面积极引导幼儿适应集体生活:

调整育儿策略。孩子入园前,家长应教导其掌握基本生活技能,如独立如厕、穿衣、进食、入睡及洗漱等。在饮食方面,引导孩子不挑食偏食,使用杯子饮水和饮用牛奶,养成按时作息的良好习惯。此外,教育孩子分享食物、玩具等社交技巧,并学会如何协助同伴或老师完成一些力所能及的任务,培养孩子的自信心。

家长可制订与幼儿园相似的作息时间表,培养孩子良好的生活习惯。在孩子入园前,带领他们熟悉幼儿园及其周边环境,使其逐渐产生对幼儿园的良好印象,有利于平稳度过入园适应期。

孔莉芳建议,幼儿园应营造轻松愉快的环境,提供新颖且丰富多彩的玩具,吸引孩子的注意力,缓解其紧张情绪。

幼儿园老师应树立家长对幼儿园的信任,细致入微地倾听家长对幼儿生活习惯和性格特质的描述,提示家长为幼儿做好入园准备。此外,幼儿园老师应营造安全的环境,理解并接纳幼儿,向幼儿传达关爱,培养幼儿对老师的亲近感,转移幼儿对亲人的依赖。在一定时间内,允许家长陪伴孩子,帮助他们逐步适应幼儿园环境,减轻分离焦虑。

“开学季 向健康”系列报道之六

近期关节痛患者 明显增多,如何预防?

长沙晚报3月2日讯(全媒体记者 杨云龙 通讯员 韩志鹏 张玉婷)76岁的伍爹爹身体比较硬朗,但最近双侧膝关节无故出现间歇性的疼痛,上下楼时特别明显,休息时症状缓解;饭后快走锻炼身体的习惯,也因为膝关节疼痛而耽搁。近日,伍爹爹来到长沙市第四医院就诊。经检查,他双侧膝关节稍肿胀、内侧关节间隙压痛,半月板旋转挤压征阳性,是典型的膝关节炎症状。

长沙市第四医院骨科一病区副主任、主任医师刘洪表示,早春时候乍暖还寒,气温波动大,早晚温差明显,加上前段时间雨雪天气偏多导致湿度大,近期因关节疼痛而来骨科就诊的患者明显增多,包括各种各样的关节问题如肩关节、膝关节、踝关节等,还有不注意关节保暖诱发的骨关节炎、类风湿性关节炎、痛风性关节炎、滑膜炎等关节疾病。

刘洪解释,外界气压、温度和湿度的改变,都会给关节造成不良影响。温度或气压骤降,关节囊受到变化刺激,可能诱发滑膜水肿,进而压迫敏感的痛觉神经,使疼痛加剧;低温导致关节周围的血液循环不畅,代谢产物聚集,会使关节周围的炎症加重,也会使关节液变得更加黏稠,降低润滑效果,增加关节摩擦,有可能出现疼痛、肿胀、僵硬等症状。春天雨水多,是一年中湿气最重的季节,空气中的湿气也会加剧关节肿胀、疼痛等症状。

因此,天气乍暖还寒时,科学的关节防护尤为重要,市民要注意以下几个方面:

加强保暖。保持关节的温暖是防止疼痛和僵硬的关键。无论男女老少,关节时一定要注意保暖,避免受凉受寒。在低温天气外出时,戴上手套、帽子,穿上保暖的衣服和鞋子,并适当给膝关节、腰部等易受凉的部位增加保暖措施,有条件的可以适当热敷、临睡前用温水泡脚。

适当运动。适量的运动有助于保持关节的活力,缓解关节僵硬。低温天气宜减少室外活动,可以选择在温暖的室内进行拉伸、伸展练习、平衡和协调训练,如抬腿、瑜伽、打太极等;同时,要重视运动前的热身,注意不要过度运动,以免身体疲劳。

均衡饮食。适度的营养补充,也是关节健康的重要部分。降温的时候,宜多进食富含Omega-3脂肪酸、钙、维生素C、维生素D的食物,同时注意适量补充水分,饮食忌粘硬生冷,应以温热为宜。

及时就医。如出现关节方面的相应症状,要及时到正规医院就诊,合理科学治疗关节病。