

“森马”究竟给我们带来什么

崇明森林半程马拉松赛亲历记

□记者 丁沈凯 摄 张峰

10月24日上午8点半,上马系列赛·崇明森林半程马拉松赛鸣枪开跑。记者作为本次比赛数百名本地志愿者之一,全程亲历了本次赛事。

观赏高水平赛事

本次崇明森林半程马拉松赛的男女前50名能获得2015上海国际马拉松赛的参赛名额,这使比赛的竞争格外激烈,参赛的数千名选手中既有普通的长跑爱好者,也有在其他马拉松赛事上取得过佳绩的“高手”。

可别以为马拉松比赛就是选手速度和耐力的比拼,高手对决,其中的学问很深。如何热身,如何分配体力,如何补充水分,在比赛前后如何进食,什么时候吃什么东西,你的鞋子会不会让你的双脚起水泡等等。一个细节决定了一场高水平马拉松比赛的成败。在观看比赛时,也不要以为一时冲在最前面的就是实力最强的选手,可能领跑者只是出于战术需要,为掩护队友,打乱其他竞争对手的节奏,真正有实力夺冠的选手仍匀速跑在大部队中。

山东姑娘金玲玲以1小时23分的成绩,获得本次比赛女子组冠军,她看起来瘦瘦小小,其貌不扬,完赛用时却让很多男选手自叹不如。一位在场边的马拉松赛专业观众早已认出了她,“这不是金玲玲吗,她怎么也来参赛了,之前她已经拿过很多冠军了。”据了解,金玲玲不仅是一名优秀的马拉松运动员,成绩也很优异。1989年出生的她,毕业于北京石油化工大学,被誉为中国大学生运动员的代表人物之一,曾获得多项马拉松赛事前三名。

展示崇明风土人情

崇明森林马拉松赛,是上海首次在“富氧”赛道举行马拉松赛事,选手们从东平国家森林公园门口出发,沿北沿公路、长征公路、东风公路、林风公路,最终回到设在森林公园门口的终点,一路上绿树成荫,犹如置身于一个天然氧吧。获得本次比赛男子组冠军的牟振华表示,比赛过程中感觉氧气特别充足,给身体足够的能量,这为他取得好成绩提供了有利条件。

记者作为志愿者服务于马拉松起终点存衣处,然而,来存放衣物的



▲观众近距离观看马拉松比赛

◆短评

人是需要一点体育精神的

崇明森林半程马拉松赛落幕。让记者印象最深的是在选手们纷纷冲过终点后,他们最关心的不是自己取得了第几名,而是自己用时多少。有人为刷新了个人最好成绩而兴奋,也有人因为没有发挥出自己最高水准而叹息。可见,在这些选手眼中,他们需要超越的对手不是别人,只有自己。还有一位参赛者,在比赛开始半个多小时后,才匆匆赶到现场,但他没有放弃比赛,开始了一个人的马拉松。

自己的行动诠释了坚持到底,超越自我的体育精神。参与,就要全力以赴,你可以比不过别人,但不可以放弃自己。一个全力以赴者的失败不是没有意义,而是更有深意。正如1968年墨西哥城奥运会马拉松比赛中,受伤后仍一瘸一拐独自跑向终点的坦桑尼亚运动员阿赫瓦里所说,我的祖国把我从7000英里外送到这里,不是让我开始比赛,而是要我完成比赛。

从某种意义上说,失败者的投入,决定了胜利者的含金量,失败者的全情投入,也是对结果的尊重、对胜利者的尊重。设想一下,如果在每场比赛中,运动员一看获胜机会渺茫就毫无进取心,那么,多少令人动容的坚持到底乃至多少振奋人心的

人是需要一点体育精神的

逆转传奇就将不复存在。我们曾一度过分看重体育比赛成绩,以成败论英雄。运动员取得金牌时鲜花和荣誉如潮水般涌来,成绩不佳时无人问津甚至是遭来非议。如此体育观之下,只有举国体制下培养的运动健将才会参与体育运动,而缺乏广泛的群众基础。

可喜的是,当前正有越来越多的普通大众投入到各项体育运动中,毋庸置疑的是,体育运动及其丰富的精神实质对于增强全民体质、提高国民素质具有重要的作用。在这一过程中,我们更需要注重培养大众树立正确的体育观,发扬体育精神,从容面对体育比赛的胜负。

胜负之外,体育还有更广阔的天地,我们需要体育精神。

各乡镇和委办局的工作人员担纲,来自县建管委的施炜在听说有当马拉松赛志愿者的机会后,第一时间报了名。她说,自己也是一名长跑爱好者,只是还没有勇气参与到马拉松比赛中。作为一个土生土长的崇明人,为家乡的马拉松赛做点贡献,是一件义不容辞的事。施炜在马拉松16公里处当志愿者,看着选手们挥汗如雨,咬牙从身边跑过,感到一种振奋人心的力量。她决定下次也要报名马拉松比赛,当然,如果还有当志愿者的机会,她依旧热情高涨。

积案办大赛经验

崇明有着十多年举办国际自行车赛事的经验,但马拉松赛与自行车赛等其他体育赛事不同,有着更多的参赛者,这给赛事主办方提出了新的要求。从后勤保障、成绩记录到医疗救护,赛事的顺利举办离不开各部门的协同配合,尽管也偶有“手忙脚乱”时,但经过大赛的洗礼,崇明各方更有信心和底气在今后承办更高规格的赛事。

本次比赛的数百名志愿者由全县

选手数量却远远少于主办方预期,这又是为什么呢?

原来,不少选手都不是独自前来,很多来自市区的参赛者全家出动,在参加马拉松赛的同时,顺便来崇明旅游一番。比赛前一天,崇明各大酒店和农家乐基本爆满。浦东的陈先生陪同同事参加马拉松赛,他说以前好多次出差去江苏都路过崇明,这一次是真正意义上的第一次登岛,在同事完赛后,他们准备好去崇明各处看看。他向记者说,“崇明有什么美食?”,记者告诉他:“这个季节来崇明不吃崇明清水蟹,那真是太可惜了。”

积累办大赛经验

本次活动的主题为“享崇明美食·游生态绿岛”,美食嘉年华汇聚了丰富多样的崇明美食和崇明特色产品。美食区展销的产品包括崇明糕、圆子、芋艿、草头饼、羊肉、印糕等崇明传统美食;特色产品区展销的产品则是崇明老白酒、崇明金果梨、崇明大米、崇明甜芦粟等当季崇明特产以及崇明土布手工艺品等。活动吸引了大量游客前来品尝和购买。

本次活动吸引了大量游客前来品尝和购买。

庙镇举行沪剧专场演出

□通讯员 石方明

本报讯 由县文广影视局、庙镇共同主办,县文化馆、庙镇文化体育广播电视站承办的庙镇沪剧专场近日举行。

当晚的庙镇文化广场灯光绚丽,众星云集,数以千计的观众凸显了庙镇传统艺术节目的高人气。在由庙镇芬芳艺术团带来开场曲目——沪剧演唱《传统沪剧悠扬》之后,不少小有名气的市县沪剧戏迷票友与来自上海沪剧院的专业老师共同登台表演了沪剧折子戏《甲午海战》选段《祭海》,沪剧清唱《红灯记》选段《壮志凌云》等著名沪剧选段以及2014年崇明县小戏小品比赛第一名的原创沪剧小戏《隔墙泪》。现场掌声频频响起。

□见习记者 许聪 摄 张峰

本报讯 10月23日至25日,县旅游局和上海崇明旅游投资发展有限公司在东平国家森林公园商业街共同举办“2015上海崇明金秋美食嘉年华”活动。

本次活动主题为“享崇明美食·游生态绿岛”,美食嘉年华汇聚了丰富多样的崇明美食和崇明特色产品。美食区展销的产品包括崇明糕、圆子、芋艿、草头饼、羊肉、印糕等崇明传统美食;特色产品区展销的产品则是崇明老白酒、崇明金果梨、崇明大米、崇明甜芦粟等当季崇明特产以及崇明土布手工艺品等。活动吸引了大量游客前来品尝和购买。



▲全家老小共享美食

瀛洲论语

赞企业兴孝

文/大海

近日崇明媒体报道,重阳节前夕,一场爱心宴在陈家镇侯鸟度假村举行,企业家高宗保出资邀请当地敬老院的老人来到度假村共进午餐,还特地邀请沪上著名滑稽演员王文丽带来精彩节目,40多位当地敬老院的老人济济一堂,一边享受重阳午餐,一边观看精彩演出,个个笑得合不拢嘴,活动现场一派其乐融融的景象。老人们说平时不大出来的,今天出来特别开心;而度假村总经理高宗保则表示要把这样的爱心活动坚持下去,他说得很质朴,就是要把敬老爱老优良传统、孝敬长辈的家风孝道发扬光大、传承下去,让老人们多开心一点,在这方面企业同样可以有所作为。

高宗保想得细、说得好、做得实,他的言行就是一篇企业兴孝的好文章。其实,多年来,崇明在生态文明建设中,企业兴孝的感人事例不胜枚举。逢年过节众多企业家、老板带着员工看望慰问老人、为老人排忧解难的自不必说;近年来不少企业家出资帮助困难老人,还有企业逢年过节邀请本单位职工父母吃团圆饭,以此要求职工任何时候都不能忘记生养自己的父母等等类似的事也不计其数……笔者曾经看到过这样一则消息,说的是一位老板常带领员工为老人做好事、办实事,多少年来坚持为老年事业发展出资、出力,问他为什么这样做,他说他常常追问自己:“你会感到渴吗?你会感到饿吗?你会想要买自己喜欢的东西吗?你的父母会‘望子成龙’吗?”通过这些追问,他得出的结论是:“如果我做得会,那么我们的员工也应做得会。”正如此,他认为每一个人的父母把儿女拉扯大都不容易,就仅仅因为深感父母的“不容易”,所以他推己及人,所以他老吾老以及人之老,所以他常常带领自己的员工敬老爱老做好事。笔者觉得这样的情怀与境界委实让人感动,值得学习和发扬。

孝道可以家风传承,在企业、在单位同样值得大力践行。企业孝亲是充满人文情怀的企业文化,对于我们正在进行文明城市创建而言,更应值得发扬光大。

陆春涛2015 香港个展开幕

本报讯 日前,“心观万象:陆春涛2015香港个展”在保利香港艺术空间开幕。此次展览是水墨艺术家陆春涛继1997年香港回归前和2009年“墨变”巡回展香港站之后的第三次香港个人画展。

展览展出了陆春涛近两年的水墨力作,全面呈现其近期的创作实践和艺术思考。作为当代水墨艺术的中坚力量,陆春涛自从事水墨创作以来,一路探索,其每一步艺术实践都为中国当代水墨艺术领域提供了一种具有启示意义和可资借鉴的研究视角。现场的每一幅水墨作品,正是对陆春涛“心观万象”气量的例证。而这种气量得益于他对水墨“意境”的开拓与营造,作为其艺术探索的核心命题和原点。有人评价说,陆春涛作品的精神图式始终秉承了中国水墨的“写意精神”。 □美协