



华侨华人的冰雪热情

□ 徐文欣 金旭

北京冬奥会掀起的冰雪运动热潮感染了不少华侨华人和留学生。他们在为奥运健儿加油喝彩的同时,纷纷用实际行动共赴“冰雪之约”,乐在其中!

“冰雪运动是勇敢者的游戏”

大年初一,在韩国生活8年的李泓锐用一场滑雪开启了虎年第一天。作为一名“发烧友”,李泓锐接触滑雪已有近十年,他喜欢用酣畅淋漓形容滑雪:“还记得2020年,我去买雪具的路上受伤住进医院,出院后我就去了雪场,本来计划看看雪景和雾凇,没想到后来还是忍不住滑了个舒服畅快!”

在他看来,冰雪运动是勇敢者的游戏,冬奥赛场上,运动员们闪耀赛场的背后,凝聚了训练场上一次次不惧危险的打磨和积累。

“融入自然才能体会到滑雪的乐趣”

旅居日本的工程师侯嘉怡2014年作为志愿者,在索契冬奥会上见证了速度滑冰第一枚冬奥会金牌的诞生,还在索契奥林匹克公园参加收集助力北京申办冬奥会的签名活动。

在她眼中,滑雪是融入自然的的活动。“滑雪道大多依山而建,

需要依赖大自然地形,只有融入自然,才能真正体会到其中的乐趣。”

谈到冬奥会,侯嘉怡表示:“2014年,我在索契冬奥会看到中国在冰雪运动上还有很大潜力,但随着北京冬奥会接近尾声,我深刻地感受到祖国的强大,中国人在冰雪项目上也可以做到第一,这是令人骄傲的!”

“滑雪?一个字就是‘爽’”

数据显示,从北京冬奥会申办成功至2021年10月,中国参与冰雪运动的人数为3.46亿,冰雪运动参与率超过24%。

“如果不是亲眼所见,真的很难相信曾经印象中属于‘小众’的滑雪运动正成为一种新风尚,受到越来越多人的喜爱。”在德国留学的刘云明称,自己借着在北京实习的机会,和朋友一起过足了“滑雪瘾”。

2021年12月,刘云明在北京怀北国际滑雪场第一次接触滑雪,就成了滑雪爱好者。“寒风拂面,脚踩松软白雪飞驰而下,任



莫德在社交媒体展示与北京冬奥会志愿者的合影

意的回转带起一片雪花,所有的疲劳和压力也随之散去,一个字就是‘爽’。”他说。

“一百次摔倒,一百次爬起。滑雪的技巧基本上是靠摔出来的。”刘云明说,学习滑雪的亲身经历让他更理解运动员背后付出的艰辛,“北京冬奥会上冰雪健儿们用完美的表现和顽强的拼搏不断突破自我、刷新纪录,让我深刻感受到竞技体育的魅力,相信北京冬奥会一定能带领冰雪运动进入一个新的时代。”

(中新社报道)

天下美食



□ 孙丁

舌尖上的冬奥会

到家没几天,美国单板滑雪运动员特莎·莫德已经开始想念中国了。近日,这名在北京冬奥会数度感动落泪的美国姑娘在社交媒体发文,再次对赛场内外收获的支持表示感谢,并表达了想再回中国的愿望。

“迫不及待想再回去”

18岁的莫德刚刚结束职业生涯首次冬奥会之旅回到美国。“从抵达中国起,我就感受到了热切的关爱与欢迎。”莫德回国后在社交媒体上发布了一组回顾北京冬奥会经历的图集,在配文中写道,“我迫不及待想再回去,走走看看。”

图集中,莫德展示自己与奥运五环标志、北京冬奥会吉祥物“冰墩墩”的合影,还分享了同中国工作人员和志愿者们同框的照片。“我非常喜欢中国人和中国的美食及文化。”她说,“谢谢你们的支持。”

北京冬奥会期间,莫德一边备战和比赛,一边更新个人社交媒体账号,发布了一系列在赛场内外的体验和见闻,“圈粉”无数。

其中一条视频里,莫德记录了自己和队友在中国国家体育场“鸟巢”参加北京冬奥会开幕式的情形。“你好!”莫德在随美国队入场时用中文向热情的中国志愿者们打招呼。“欢迎来到中国!”边跳舞边挥手的中国志愿者用英文回

应说。“每次看这段视频,我都会哭。”莫德在配文中描述说。

舌尖上的北京冬奥会

如莫德所说,她对中国的美食情有独钟。据记者统计,莫德在北京冬奥会期间至少制作了8条“吃播”视频。

2月14日晚,莫德在社交媒体平台直播时,当记者提问“你在奥运村时最爱吃什么?”她的回答出人意料:“米饭,因为米饭很简单,我是一个单纯的女孩儿。”

除了莫德,美国传奇单板滑雪运动员、三届冬奥会金牌得主肖恩·怀特也是“舌尖上的北京冬奥会”短视频外国运动员制作团队的一员。

“黑椒牛柳、咕咾肉、蒜蓉菜花、宫保鸡丁、担担面、白米饭。”怀特在其中一条视频中得意地向粉丝们盘点桌上的大餐。

他坦言,没有比赛的时候,自己一直在吃东西,因为奥运村的食物实在太棒了!一名粉丝“气愤”评论:“你为什么给我看美食,我这里可是后半夜。”

从抵达北京到参赛结束,怀特一共发布了20条相关视频,其中多条观看量破500万。除了莫德和怀特,在社交媒体上为北京冬奥会“代言”的运动员不胜枚举,他们制作的内容让全球更多人得以从电视镜头和媒体报道以外的渠道感受北京冬

奥会的风采。

突破偏见 亲身感知中国

有美国媒体专家预测,得益于海外民众对中国的广泛兴趣,以及北京冬奥会话题在社交媒体平台的热度,北京冬奥会相关视频或成为历史上观看最多的奥运视频节目。

居住在美国首都华盛顿市及周边区域的多位民众对媒体表示,他们都收看了北京冬奥会赛事。琳恩·埃利森表示,她和儿子凯尔都喜欢看花样滑冰,但喜欢的选手不一样。美国去年底一项民调显示,花样滑冰是美国观众最爱看的冬奥会项目,其次是跳台滑雪。

除了向粉丝们展示北京冬奥会赛场以及奥运村的生活,外国运动员在北京还获得突破西方媒体偏见报道,亲身感知中国的机会。

算上北京冬奥会,美国自由式滑雪运动员阿伦·布隆克已经参加三届冬奥会了。布隆克日前在一场记者会上直言,在美国,人们会听到一些关于中国很负面的报道,当他自己来到中国,发现这些完全是不实的。

“坦率地说,中国防疫工作一流。”布隆克说,“实际上,一切都很棒,所有人,从工作人员到核酸检测员,到住宿条件……这可能是我们参加的最好的奥运会之一。”(新华社报道)

怎样练好钢琴?

华裔青年钢琴家杨远帆分享心得

□ 杨远帆

理论和实践是讨论钢琴学习的一对重要范畴。理论性课程主要包括音乐原理、音乐历史、音乐流派、音乐审美等方面的课程。在中高级阶段,理论性课程想要培养的,不仅是弹琴者的知识,更是修养。因此,从功能的角度,实践性主要诉诸于弹琴的技巧性,而理论性主要体现于弹琴的音乐性。

技巧性是指弹琴者的基本技能技巧,在物理性上足以表现乐曲所达到的演奏难度,如手指触键的力度、速度、清晰度、圆润度,踏板与手指配合的和谐度等,符合乐曲表现的特点和要求。

音乐性是指作曲家所处的时代风格和作品所要传达的乐思、神韵和情感在演奏中的完整、准确的表达,它不是一个单纯的弹奏现象,而是一个综合的演绎现象。它体现了演奏者对乐曲“字里行间”及其内涵、情感的理解的深度,对作曲家时代风格和个人风格特质的把握,同时,它还显示了演奏者个人风格化的文化意韵、乐理素养和艺术特质。

理论性课程正是加强弹琴者在音乐性上的艺术涵养和心灵体验,它们对于实际弹奏钢琴的影响和帮助有的是直接的,有的是间接的。

“准确传达并让观众体会到一首作品的情感倾向”达到的是高品质的演奏效果,它的前提是技巧性与音乐性的高度统一。

怎样才能做到呢?要表现作品的音乐性,首先是理解作品的音乐性。演奏者需要深度理解、分析一部作品的内涵、神韵、结构、形式等。正像朗诵家朗诵一篇文学作品,如一首诗,对它的理解,不仅是认识它的字、词、语,而是要从内容上深刻理解它的主题、意境、涵义、情感,还要从形式上理解它的结构、意象、修辞、风格等,只有充分理解了这一系列的文学要素,调动相应的朗诵技巧,才能产生声情并茂、动人心弦的朗诵效果。

因此,对音乐性表现的高度,首先取决于对音乐性理解的深度。这种深度理解体现的是演奏者的乐曲鉴赏力。其次,与乐曲鉴赏力相关,演奏者还应该具备高度的演奏鉴赏力:当他理解

了乐曲的音乐性,他要知道怎样调动演奏的技巧和手段,或者调动怎样的技巧和手段,去精微、完美地表现乐曲的音乐性。演奏的高下之分,不在迥别,而在微妙。迥然之别,立下可判;但微妙之殊,更是演奏家需要着力去思考去表现的。

青少年朋友学琴,有两种方向,一是作为素质教育,爱好培养;二是作为专业发展,职业追求。对于前者,学琴主要从兴趣出发,在老师的指导下,主动地、认真地练琴,持之以恒,就会取得好的效果。对于后者,要求更高。

无论哪种方向,我的建议是,学习钢琴要从兴趣和潜质出发,理想的状态是:弹琴既是自己的所爱,也是自己的所长。

因为学琴离不开练琴的效率。关于练琴,核心是苦练和巧练相结合。苦练的涵义不需多说,但巧练有一些特点值得探讨。我的理解包括三种方式:

第一,结构化练琴。“结构化”包含三项内容:一是预习,二是练习,三是复习。“预习”是指老师上课之前,自己准备,将曲子弹练到习琴者个人可能达到的最高水平。“练习”是上课之后,按照老师的要求练琴,力求尽可能体现老师的理解和意图。“复习”则是曲子弹好之后,过了一段时间,自己再弹练,以巩固记忆,避免回生。预习、练习、复习三项内容彼此联系,互为依托;这种结构化练琴体现了练琴者的计划性,避免了盲目性,从而提高了练琴效率。

第二,研究化练琴。“研究”的对象分为两个层面:一是研究音乐作品,首先是研究乐谱本身,争取准确而全面地把握音符、附加符号、文字提示和加注本上的说明和要求。其次是研究乐谱以外的与作品有关的信息,例如作曲家生平、作曲背景、作品涵义、相关乐评等。

第三,重点化练琴。这是指练琴过程分难易轻重,要有重点地练琴。一般说来,一首乐曲对习琴者来说其技术难度是不平衡的,即有些地方容易,有些地方难。因此,要将难度大的部分标示出来,然后练琴时将重点放在难点上。

(《华裔新青年》)