

专访

华宵一：

羊城晚报记者 王莉

原创舞蹈节目《锦鲤》惊艳亮相今年中央广播电视总台春晚。舞者以锦鲤之姿，演绎出飘逸唯美的水下画卷。这次艺术加技术创新的创作背后，是11位来自北京舞蹈学院的舞者攻克威亚加弹力绳的自我挑战。

近日，《锦鲤》的领舞华宵一接受羊城晚报记者采访，回忆起排练过程，她笑言：“一个字‘练’，两个字‘克服’。”说起来容易，个中艰辛恐怕只有经历过的人才知道。

在龙年总台春晚领舞《锦鲤》

靠的是苦练 幻化成唯美锦鲤



舞者们美妙的舞姿

一个字“练”，两个字“克服”

除了对舞蹈动作精雕细琢，《锦鲤》的服装造型和舞台效果也颇费心思。舞者的裙摆长度将近两米，用最轻盈的材质打造出水中曼妙的效果。舞台背景的蓝绿色系和舞者裙摆的红色交相呼应，舞者脚底的水波纹采用实时交互技术，地屏的水波粒子会跟随舞者的动作变化而变化。

美妙舞蹈的背后，是对舞者的考验和挑战。华宵一透露：“舞者很担心服装道具会成为动作过程中的牵绊。裙摆太长，有时候我们会被绊倒，会踩到裙子，腿都伸不出来，会影响我们往前跑，一个人出状况整个排面就不行了。但是我们在空中要有很飘逸的效果，要有像鱼尾和鱼鳍一样的感觉，就必须有这样的服装去加持。所以要练到你能够驾驭它，克服它的影响。”

除此之外，姑娘们需要克服的还有腰间的“宝藏”。“大家看到我们一条条‘锦鲤’很美，其实我们的腰部藏了很多东西。”华宵一透露，“为了安全和动作的平衡，威亚裤一定要勒得很紧，但勒得越紧越遭罪，和地屏互动的追踪器也绑在腰上。这些东西非常影响我们的发力，但没办法，还是一个字‘练’、两个字‘克服’。”

“春晚的舞台表演是非常严苛的，每个节目多长时间，上台和台下都是精准到秒的。对于舞蹈动作来说容错率更低，每次跳都是打起十二分的精神，每一次跳没有100%也要有99%保持一致，这个精准度对于我来说，又是一次历练。”华宵一表示，每次跳《锦鲤》，都感觉像跑完了一场马拉松。

从无到有，尝试过上千个动作

《锦鲤》从去年9月开始创作排练，是为龙年总台春晚打造的原创新舞。整个舞台空间幻化成鱼塘，舞者化身锦鲤畅游其中。在依靠威亚实现直上直下移动的基础上，主创团队颇为创新地将一段弹力绳接到了威亚的钢丝绳上，让舞者的移动有了灵感和荡漾感。为了更好地展现舞蹈艺术的表现力，主创团队将常规的两根钢丝绳的威亚改成单根，这给高空舞蹈表演带来更多不稳定性。

“这是一次从无到有的过程。”华宵一介绍，《锦鲤》的舞蹈动作融合了现代舞和古典舞等多种元素，是一种写意的表达，由于没有任何参考，编排前期试了许多动作，“最后大家看到的可能只有几十个动作，但其实是上千个动作里选出来的。整个过程特别艰难，要一个一个动作试。”

“今年是龙年，鱼跃龙门、好运连连的锦鲤一定会给大家留下深刻印象，这也是我们创作的出发点。”在华宵一看来，技术手段的加入，诠释了舞蹈另一个维度的美，“我觉得好的作品和好的技术是相得益彰的。但更重要的还是舞蹈本身的立意和动作元素，我们借《锦鲤》表达中国东方审美，我们飘在空中如同水墨一般。最后10位‘锦鲤’手脚拉成一个圈，我在中间转，就像鱼在水里原地打圈，然后咕咚跳出水面，就紧扣了鱼跃龙门这种状态。舞蹈的美是带意象的，可以给人想象的空间。”

B

每天吊威亚，感觉自己像腊肉

华宵一回忆，排练过程中，她们每天要练习8-12个小时，最高吊在半空十几米的位置，这对演员提出很高的要求。“基本上每天吊着，我们都感觉自己像腊肉一样，对我们生理上是很大的考验。每次只要吊上去，基本就是3个小时不下来。我们不能随便喝水，水喝多了会上厕所，就会影响排练，所以我们就集体喝水、集体上厕所。每天排练结束回到家里，我躺在床上感觉好像还穿着威亚裤，感觉腰椎都要拉断了。”

因为威亚只有一根钢丝绳，还加了一段弹力绳，舞者在空中根本没有办法控制方向。“像我一开场的那个动作，从半空落下来，几乎很难控制每次

都能落在同一个点上。”华宵一回忆，吊在空中时也没有办法借力，很多动作只能慢慢摸索该如何发力，每个人的身高体重不一样，发力也不一样，这无形之中也增大了排练的工作量。

然而第一次到演播大厅排练时，大家犹如遭遇了晴天霹雳。“因为我们平时的排练场地高度有限，威亚长度也有限，动作是根据当时的场地设计的。去演播大厅后发现，原来两个人能拉上手的动作，到那里拉不上了，原来四拍完成的动作，到那里要八拍才能完成……威亚的布线是不能动的，因为顶部还有灯。怎么办？”华宵一记得，主创团队重新调整了动作编排和音乐节拍，姑娘们也要重新适应威亚的力道，重新练习发力和控制。

排练不仅辛苦，还容易受伤。华宵一就曾因跟威亚的配合产生两秒的时间差，导致左肩摔到地上，好在没有伤及筋骨，通过针灸、按摩慢慢恢复，没有影响最后的现场表演。她的左脚脚后跟受过伤，吊威亚时会勒到腿部大动脉，血液不畅就会让受过伤的地方产生针扎式的疼痛感。除此之外，排练场地还很冷，姑娘们排练时都要多穿一条裤子、套上棉马甲和围脖，因为钢丝绳摩擦手，练习旋转动作时还要戴上手套。“我们想要作品带给大家新意，中间的付出是必不可少的，大家都没有任何埋怨。”华宵一说。



华宵一

D

舞蹈是真实的，来不得半点虚假

直播当晚，表演结束后，“锦鲤”姑娘们拥抱在一起哭了。“现在回想起来，我还挺激动的，又有点难过，难过的是这一段旅程就这样结束了，感觉昨天还在排练。”华宵一说，“大家都舍不得，很珍惜这一段日子，虽然苦，但结果是甜的。很感谢导演组对我们的信任和帮助，台上是我们11个人，背后可能是110个人的努力，这个作品属于台前幕后的所有人。”

除了华宵一，另外10位“锦鲤”都是北京舞蹈学院的大一新生。在妹妹们面前，华宵一默默背负起了压力。临上台前一个妹妹紧张得眼含泪水，她给予鼓励和安慰。排练过程中有几个妹妹因为动作做不到位而被“导演点名”，她就觉得：“我要起到表率的作用，做好这只‘头鱼’。妹妹们的心里才会更加坚定一点，觉得这个动作是可以做到的，而不是望尘莫及的。”

在华宵一看来，从选拔、排练到演出，“这一路也是我幻化为锦鲤的过程，值得我一生去回味。”“不管动作是不是舒服，裙子是不是影响动作，站上舞台的那一刻，必须要把最好的状态拿出来。为此一遍一遍地练，走不了捷径。舞蹈就是这样真实，来不得半点虚假。”华宵一觉得，舞蹈给予了自己很多精神层面的东西，让她看到了更多的自己。

“有时候也会想，这份职业这么辛苦、孤独，我还能坚持多久？但好在这一路有这么多人陪伴，看到了我的努力和付出，当大家会因为我的作品而流泪的时候，我好像又有动力了。”华宵一说。

这些植物为何属于“龙族”？

□苗苗

或者说，龙的形象本来是中国人的一种臆想，它似乎集合了蛇、猪、鱼等各种动物的形象于一身。但我们也知道，这种叫龙的动物在现实中并不存在。有趣的是，却有许多植物的名字里会有一个“龙”字，比如龙眼、龙舌兰、龙血树、龙胆花、龙吐珠，等等，它们跟龙又有什么关系呢？

其实它们有些可能是生长的姿态有些像传说中的龙，有些却与“龙”字并无任何关联，本文中列举的只是其中部分植物。



龙吐珠

龙角

●龙眼

龙眼树为无患子科龙眼属常绿乔木。只要剥开它的果实，就会明白它为何名为“龙眼”，圆溜溜的球状果实与一颗深褐色的果核，与传说中龙的眼睛确实相似。

●龙舌兰

龙舌兰叶片坚硬带刺，能在干旱荒凉的环境中茁壮成长，据说形似龙舌，故得名。龙舌兰是一种原产于美洲热带的植物，约在6000万年前便已出现在地球上。它喜欢阳光充足、凉爽、干燥的环境，花茎粗壮，花黄绿色，也是南方常见的一种观赏植物。

●龙柏

龙柏其实是圆柏的变种，是一种常见的绿化带常绿植物。它的树冠呈狭圆锥形，树干和小枝都螺旋扭曲向上，犹如蛟龙腾转，给人一种气势磅礴的感觉。

●龙血树

龙血树与龙须树都是天门冬科龙血树属。通常情况下，当树高不足100厘米时，人们会称它为龙须树；而当植株高度超过100厘米后，它便被称为龙血树。

龙血树也被称为朱蕉，是一种多年生常绿灌木，其树皮剥开后流出鲜红色的汁液，因此得名。也有人认为它的叶片丛生，形似龙鬚，故得名。这种树适合在室内养殖，具有较

高的观赏性，是一种四季常青的木质花卉，具有净化空气的作用。

●龙爪柳

龙爪柳是旱柳的原变种。枝干不规则曲折或卷曲，恰似波浪卷发。柳叶尖端翘起，如龙爪尖得名。

●龙吐珠

龙吐珠其实是一种常绿小灌木，花冠深红色，雄蕊和花柱伸出花冠外，形似龙吐宝珠，故得名。

●龙爪槐

龙爪槐是国槐的芽变种，其因树枝扭转弯曲下垂，形似蛟龙的利爪而得名。它的树冠如伞，状态优美，同时因适应能力强，生长速度快，寿命长，耐修剪，抗烟尘，抗污染，耐移植，已成为很受欢迎的遮阴树和行道树种。

●龙葵

龙葵又叫白花菜、苦苣菜、野茄子等，在中国野外十分常见。“龙葵”这个名字中的“龙”字其实是因为其果实是黑色的小圆果，形似“龙眼”，因此得名。它的果实呈深紫色，变软的成熟期是可以食用的，但未成熟时仍泛青的果子中却含有大量龙葵素，食用过量会引起呕吐、腹泻、呼吸困难等症状，严重的还有可能致命。

●龙桑

龙桑是桑科桑属桑树的栽培

变种，因其树冠开张、枝条S形扭曲而得名，多产于我国中部和北部，是集观赏、鲜食、加工、养蚕于一身的树种。

●龙枣

龙枣，又称龙爪枣、曲枝枣、龙须枣，因其枝干生长姿态奇特，犹如群龙飞舞，故得名。

●龙骨

龙骨只是一个别名，它的正式名字叫彩云阁，原产纳米比亚。它长得像仙人掌，却不是仙人掌科植物，而是一种大戟科大戟属多浆植物。它的植株均喜直立向上生长，茎节有三棱，棱上有对生短刺；叶生长在茎棱边缘，排列整齐，看着像一条长长的脊骨，因此得名“龙骨”。

●龙角

多肉植物中也有些与“龙”字有关的品种，比如龙角，其茎分成四棱，易群生，看起来犄角交错如龙角，因此得名。花常具褐色斑点，颇有观赏性。

●龙胆花

龙胆花是龙胆或三花龙胆等植物的花，是藏医常用药物之一，常用于治疗气管炎、咳嗽、天花等疾病。其根及根茎名为龙胆，据说根茎像龙胆一样苦，所以得名。在中国有龙胆属240多种，多产于西南高山地区，耐寒，喜光，耐半阴。花呈漏斗形，深蓝色，非常漂亮。



龙舌兰

龙胆花

(本文图片均为资料图)

前沿发现

全球首个获批抗癌疗法“TIL”被称为“肿瘤治疗史又一里程碑”

当地时间2月16日，美国食品药品监督管理局(FDA)加速批准生物医药公司Iovance Biotherapeutics旗下产品lifileucel(LN-144)——一种肿瘤浸润淋巴细胞(TIL)疗法，用于治疗已尝试过其他疗法，耐药或失败的晚期黑色素瘤患者。

业内评价，lifileucel的获批

是肿瘤治疗史中的又一里程碑，未来可能会改变大多数侵袭性和晚期肿瘤的治疗方式。这也是免疫细胞疗法第一次获批用于抗击实体瘤。而相关专家称，TIL疗法的应用前景远不止恶性黑色素瘤，“肺癌、头颈癌、结肠癌、膀胱癌……TIL疗法的发展和迭代将在癌症治

疗中发挥重要作用。”虽然目前TIL相关产品的制备和给药过程还较为复杂，价格也相当昂贵，目前标价为515000美元，因此限制了其在全球应用的普及性，且有不少治疗期间的难点有待攻克，但该疗法的获批，仍为实体瘤治疗带来了全新可能。

云南发现兰科植物新物种盈江虾脊兰

云南铜壁关省级自然保护区管护局工作人员与福建农林大学专家团队近日在云南铜壁关省级自然保护区开展植物资源调查时，与当地工作人员一起，发现了一种与螳螂虾脊兰极为相似的虾脊兰。通过形态学及分子系统学研究对比，确定该物种为兰科虾脊兰属新种，并以其发现地命名为盈江虾脊兰。相关研究结果于日前在国际学术期刊《Phytotaxa》发表。

据了解，盈江虾脊兰与螳螂虾脊兰相似，但不同之处在于盈江虾脊兰的唇瓣中部有一个椭圆形的黄色斑点和四条紫色脉靠近柱体基部；唇瓣侧裂片三裂形相较于中间裂片明显更小；侧萼片向下弯曲。

目前，盈江虾脊兰仅在云南省盈江县发现有分布，生长于海拔1600米至1800米的林下。虾脊兰属在中国约有60个物种，其中23个为特有种。



2023年8月12日拍摄的盈江虾脊兰 苗林江摄

盈江虾脊兰的发现将为研究人员提供更多关于虾脊兰属的相关信息，有助于揭示其在演化过程中的适应性特征。

非常规反铁磁体——新型磁性材料有望革新磁存储领域

南方科技大学物理系刘畅副教授、刘奇航教授与中国科学院上海微系统与信息技术研究所研究员乔山团队合作，通过实验发现一类新型磁性材料——非常规反铁磁体。该磁体有望成为理想的

下一代自旋电子学材料，用于高密度磁存储器件等领域。该类材料具有反铁磁体高稳定性、高密度存储信息能力、超快自旋动力学等性质，还有易于探测和操控电子自旋状态、便于读写信息的功

能。它的发现，有望从信息密度和响应速度上突破目前自旋存储器件的极限，带来自旋电子学和磁存储领域的技术革命。相关研究成果发表于《自然》。

大规模队列研究显示，早上10点左右是运动最佳时间点

一项涵盖超8.6万人的大规模前瞻性队列研究显示，无论日常体力活动的总量如何，早晨锻炼(上午8-10点左右)与最低的冠心病和中风风险相关，能显著降低16%冠心病风险和17%中风风险，尤其对女性而言，“健康性价比”更高。

具体来说，早上8点左右锻炼能使冠心病风险降低

11%；而在早上10点左右进行体育活动则导致冠心病、中风、缺血性中风发生率分别显著下降16%、17%和21%。可见，早上10点左右才是运动的最佳时间点，尤其是在降低心血管疾病风险方面。

研究显示，早上运动的好处不仅是能改善心血管健康，甚至还有预防癌症的效果。与不

运动的人相比，在清晨8-10点锻炼对乳腺癌和前列腺癌均有保护作用，导致这两种癌症患病风险降低26%-27%。锻炼对绝经后女性有更强的保护作用，使罹患乳腺癌的风险降低38%。

总的来说，运动可以减少癌症的风险，挑选合适的运动的时间段会使运动的获益增加。

(浩源 整理)