

26小时,129公里 香港女大学生重走长征路

文/羊城晚报记者 张晗 图/受访者提供

今年是中国工农红军长征胜利90周年。如今,越来越多人选择以徒步、骑行、自驾等方式重访于都、遵义、泸定、会宁等地,重温红军长征的历史。在一些红色景点周边,时常能看到背着行囊、带着国旗前行的旅者。

6月底,20岁的香港女大学生 Sophia从四川石棉县安顺场一带出发,沿着红军飞夺泸定桥的大致方向徒步。原定91公里的行程,因道路中断、绕行翻山,最终走了129公里,从第一天下午出发、连夜赶路,到第二天白天翻山,再到第三天下午抵达泸定桥,行走约26小时。7月19日,她又从中央红军长征翻越的第一座大雪山夹金山五道拐的冲峰号浮雕起步,沿着红军翻雪山、到达维会师的方向走了约36公里。

Sophia在香港长大,目前就读于香港中文大学商学院酒店旅游相关专业。此前,她在课堂上学过红军长征,而飞夺泸定桥、翻雪山过草地等细节则是她课后自行查阅资料深入了解的。今年夏天,她来到大渡河边,用脚步丈量了其中两段。

“我们只是短途绕行都如此煎熬,更能体会当年红军翻山越岭的无畏和坚毅。”她说。

的通道。

Sophia的这次行程最终累计走了约26小时、129公里。“今天有公路、导航和补给,无法与红军当年的行军相比”。她说。可正因为真正走了一段,她才对“一昼夜奔袭240里”有了更具体的认识。

翻过4114米垭口,走到达维会师桥

结束泸定桥一线的行程后,Sophia回到成都休整。7月19日,她和同伴再次出发,前往夹金山。两人从夹金山五道拐的冲峰号浮雕出发,一路攀升至海拔4114米的王母寨垭口,随后翻过夹金山,经过小金县达维镇夹金村抵达达维会师桥,全程约36公里。

她曾在四川挑战过两座海拔5000米左右的雪山,也走过多条高原路线,因此对这次行程的海拔有所准备。一路上天气阴沉,山雾不时遮住前路。经过山间村庄时,她看见孩子们在路边玩闹,牛羊散落在坡地和草场间。眼前已不是红军翻山时人迹罕至、风雪阻隔的道路,村庄和公路沿山延伸,山下也有了为徒步者提供住宿和补给的民宿。走在其中,她放松下来,唱起《映山红》,“若要盼得哟红军来,岭上开遍哟映山红……”

1935年6月,中央红军翻越长征途中的第一座大雪山夹金山。6月12日,中央红军先头部队红四团——即前文飞夺泸定桥的那支部队——翻越王母寨垭口,在夹金山北麓的达维地区与前来接应的红四方面军先头部队会合。6月18日,中共中央、中革军委和中央红军主力到达懋功地区,中央红军与红四方面军由此实现主力会师。Sophia沿着这一方向走到达维会师桥,也由此完成了计划中的第二段行程。

目前,她把下一站放在“过草地”一段。红军长征所经过的松潘草地,包括今天阿坝藏族羌族自治州的松潘县、红原县、若尔盖县等地。Sophia尚未确定具体路线,准备延续此前的方式,选取其中一段徒步,并继续记录自己沿途看到的风景。

“哪怕只走一小段也好”

Sophia对祖国山河和历史的兴趣,并非始于这次徒步。2024年12月,她独自来到西安,参观兵马俑、华清宫等地,并把这段经历发到社交平台。网友在评论区告诉她,内地还有许多地方值得走一走。此后,她陆续前往武功山、三清山、黄山等地,也开始持续记录自己的徒步旅行。

她的旅行兴趣也在变化:“最开始

可能是跟着网红打卡点逛走走,后来想了解自然、文化,再后来想去感受历史。”这次走向泸定桥和夹金山,是她第一次以徒步方式接触红色历史。

在她之前,另一位香港徒步者也曾踏上长征路。2024年10月,时年73岁的香港人郑镇炎从江西于都出发,分两阶段历时255天,徒步6036公里,跨越10个省区,最终抵达陕西吴起。郑镇炎归来后向公众分享沿途见闻,他曾对羊城晚报记者说,希望更多年轻人了解这段历史,“哪怕只走一小段也好”。

Sophia也在网上看过郑镇炎的故事。她敬佩这位香港长者走完全程的毅力,并亲身践行了他所说的“走一小段也好”,她说,今后再出发时,也想像郑镇炎一样背上一面旗帜。

一个出发时73岁,一个20岁;一个走完了6036公里,一个刚走完129公里。这条路上,从来不缺后来的人。

“我现在是一名大学生,也是一个小小的旅游博主。我希望把祖国的大好河山和历史文化记录下来,让更多像我一样对历史、对旅游感兴趣的年轻人走出去,在安全和风险可控的情况下,了解不同地方。”

目前,Sophia仍在成都休整。9月开学后,她将升入大学三年级。她打算在不影响学业的情况下,利用今后的假期继续出发,“每次可能走几十公里,分段走完自己计划中的长征路线”。



7月下旬,黄玄霖如愿获得中国传媒大学录取通知书

涌上来的时候,和你想象的完全不一样。能选的学校少,容错率极低,不是真心喜爱,真没必要来挤这座独木桥。”

“考”比“艺”重要得多——这话,是一个刚刚在“考”里拿了全国第一的人说的。

她见过太多人抱着“艺考是捷径”的心态来考,最后摔得很惨。在她看来,艺考从来不是文化课不好的退路,反而是天赋、努力、运气缺一不可。“社会上对艺考生有刻板印象,觉得我们是混文凭、成绩差。但我认识的艺考生,都在为自己的前途拼命。”这也是她非要考到特控线的原因——用成绩打破偏见,证明艺考生也能靠实力拿到高分。

对于未来,她满期期待。听说中传在AIGC(人工智能生成内容)领域实力很强,她希望系统学习人工智能影像创作,做些有意思的作品。

说到给还在犹豫、备考的学弟学妹留话时,她收起了玩笑,语气认真:“别把艺考当成你的全部,尤其是导演艺考,一定要给自己留后手。要提前想好考不上的结局,降低期待,抓住所有能抓住的机会。多去搜集信息,别困在信息茧房里。不要因为别人的评价轻易放弃,也不要因为一点成绩就自视过高,你唯一能完全相信的,只有你自己。”

从统考失利到全国榜首,从被否定到被簇拥,18岁的黄玄霖站在这条“造梦弯路”的终点,没有沉溺在掌声里,而是清醒地看向了更远的地方。她在日记里写上“成功登顶了那座一直眺望的雪山”,而登顶之后她才明白,雪山从来不是终点,只是第一处能看清远方的地方。

一条没有捷径的“造梦弯路”

广州女生“逆袭”拿下中传戏导全国第一

文/羊城晚报记者 陈亮 实习生 曾文洁 杨月华 图/受访者提供

绷了三年,总得喘口气。”她说起假期规划时格外坦诚,原定的剪辑技能学习也排在了休息之后,“先把觉睡够再说”。

她把“第一”放回了它该在的位置:一个节点,而不是一个身份。

“1米6要减到80斤”:她没听,也没留下

很多人只看到她逆袭登顶的结果,却少有人知道,她踏上导演艺考这条路,本身就带着几分“误打误撞”。

黄玄霖从小练书法,考到了十级,最初想过走书法艺考,可又觉得太过枯燥;试过美术素描,只画了一天就自觉“要窒息”。兜兜转转,她开玩笑说自己“什么都懂一点,但什么都不精通”,于是一头扎进对综合素质要求高的导演专业。

“一开始我和爸妈都以,导演艺考和美术、播音差不多,能选的学校很多。”现在回想起来,她把这称作“信息茧房挖的坑”。等真正深入备考,她才了解到,省内开设导演专业的院校屈指可数,统考如果考不到全省前50名,基本没有好学校可读;校考的头部门校也就那几所,千军万马过独木桥。可那时候已是“离弦之箭”,只能硬着头皮往前走。

路上的坑远不止这个。据黄玄霖回忆,她最早在广州一家机构学习,没等到考完,机构就倒闭跑路。她转去深圳一家大型机构咨询,对方听完她的身高体重,当场泼了一盆冷水,话里话外全是外貌羞辱,甚至要求一米六的她减到“80斤”。

“真的太过分了。”提起这件事她依旧有些生气,“导演专业确实看形象,线上考试镜头里显肿,状态好会加分,但也不该是这种畸形标准”。她没有留在那家机构,也没有照那个数字去做。备考期间她确实瘦了下来,镜头里的状态清爽了很多,但停在了远高于机构要求的地方,“健康范围内就够了,没必要为了考试糟蹋身体”。

外婆去世那段时间,悲伤与压力之下,她的状态肉眼可见地滑落。难过是真的,可她也把悲伤拧成了劲:“外婆生前最大的愿望就是看我考上大学。她没

看到,我就更要考上,她一定会知道的。”那时候她甚至想过,如果三试考官问“考不上明年还来吗”,她就直白地说:“我今年一定能考上,因为我外婆等着看。”

她把悲伤换算成了考场上的分数。这不算励志,这是一个女孩能想到的、唯一的纪念方式。

比体重反弹更打击人的,是她的统考成绩只排在中等偏下。她当时没哭——第二天就要考上戏复试,“哭肿了眼睛没法考试”。可等到几大院校出了校考规则,她才发现,以这个统考成绩,中戏也“没戏”。“说不崩溃是假的,但那时候北电、上戏的校考也接连失利,手里只剩中传这一根‘独苗’,反而没什么可输的了。”

北电落榜那天,她已经联系好了文化课补习老师,打算考完中传就彻底回归文化课,“就当艺考没发生过”。抱着背水一战的心态去的北京,她反倒卸下了所有包袱。

凌晨两点半,两个人互相拍醒对方

回头看那段辗转佛山、东莞集训的日子,黄玄霖觉得最珍贵的不是练会了多少答题技巧,而是交到了一群同路的朋友。

每天下课,四五个人结伴走向宿舍,半个多小时的路程,大家天南海北地聊天,偶尔还旁若无人地唱歌。“只有一起艺考过的人,才懂那种开心和难过。你考好了,他们真心为你高兴;你考砸了,他们也知道你有多难受。”

熬夜背文艺常识的深夜,是舍友和她互相“拍脸”提神。最晚的一次熬到凌晨两点半,困得头都抬不起来,两人就轻轻拍对方的脸,硬撑着把知识点过完。记不住导演和代表作,她就画简笔画辅助记忆,把抽象的片名变成具象的小图,最终比死记硬背记得牢。

凌晨两点半,两双年轻的手互相拍醒对方——艺考里最不像“艺”的部分,恰恰是这些。

创作瓶颈是每个艺考生都逃不过的坎。大考前夕,她常常盯着题目大脑一片空白,想一个点子就否定一个,到

最后什么都写不出来,越急越崩溃。这种时候她不硬熬,翻一翻自己以前写的故事,告诉自己“临场肯定能写出来”,反倒次次都在考场上超常发挥。中传三试的写作题《艺考记》,她就借用了之前构思的故事框架,把重心放在人物成长而非诉苦上,反而跳出了千篇一律的“卖惨叙事”。

家庭是她最稳的后盾。爸妈都是资深媒体人,她爱写作的习惯,说起来还有点“啼笑皆非”的起源:小时候犯了错,妈妈总要求她写800字的检讨,还说“怎么会没东西写?把犯错的过程写细一点就有了”。一来二去,她的写作能力就练了出来。爸爸也会突然翻她的作文,直言“写得很烂”,反倒激得她憋着劲提升文笔。

备考最焦虑的那段时间,她和妈妈没少吵架。妈妈看着她长时间脱离学校,文化课落下一大截,急得整夜睡不着,总担心她两头落空。可直到她情绪崩溃的夜晚,爸爸会陪着她出门散步,从十一点多走到凌晨一点多,不用讲太多大道理,只是陪着走,就足够让她平复下来。

学校里的积累也给了她底气。高一排英语课本剧《百万英镑》,她负责选角、调度舞台,二十多个人的剧组被她安排得井井有条。这些校园实践虽没给她的艺考加过分,却让她始终相信“我有当好导演的潜质”。

考到特控线,打破“艺考是捷径”偏见

每年数以万计的考生蜂拥而来,凡所头部高校所招的导演专业考生合计却不过百余人。拿到全国第一的成绩后,很多人来问她“导演艺考怎么准备”“要不要走这条路”,她的答案永远是“不建议”。

“说真话,导演艺考就是一条造梦弯路。”她说得格外坦诚,“一开始你会觉得很酷,每天看电影、聊导演、排小品,像在做一件很神圣的事。可真到了考试面前,‘考’比‘艺’重要得多,压力



Sophia到达泸定桥

漆黑隧道里,她唱起《海阔天空》

今年6月在四川旅行期间,Sophia看了电影《四渡》。影片讲述的是红军长征途中的四渡赤水战役,她由此开始查找更多长征资料,得知可以从安顺场一带徒步前往泸定桥,便临时改变了行程。

与她同行的是一名四川徒步博主,对方熟悉当地山路,也有较丰富的户外经验。两人按照导航规划路线,预计沿国道徒步约91公里抵达泸定桥。

行至31公里处,前方道路因早前地震发生塌方,无法通行。两人绕行穿过三条废弃隧道,其中两条没有照明。漆黑的隧道里,Sophia用粤语唱起《海阔天空》,给自己壮胆。

走出隧道后,大雨仍未停歇。若继续向前,他们要在深夜翻越一座海拔3000多米的山,部分路段还临近悬崖,风险太大。已经走了42公里的两人决定折返石棉县挖角一带,休整后重新寻找路线。

第二天中午,他们再次出发。前一晚的往返已经消耗了不少体力,眼前仍是陌生的山路,Sophia难免迟疑。真正走起来后,她想起《七律·长征》中的“红军不怕远征难,万水千山只等闲”。“这点苦和二万五千里长征比起来

羊城晚报

A5

漫读周末
· 人世間

2026年8月1日

星期六

责编 潘玮倩

美编 郭子君

校对 黄文波

有本版新闻线索
请扫码加群爆料



二维码有效期至8月6日