



■ 勇攀高峰

文体人物

穿一条大圆裙,弯腰驼背、摇头晃脑地走路……帆船奥运冠军徐莉佳毫不介意分享自己的“自黑照”。这是在北京刘天池表演工坊,徐莉佳和50名即将或已经退役的运动员,在此上了3天形式多样的表演课,获益匪浅。“以前当运动员时,我的性格比较内向,如今转型做媒体人,我需要从方方面面提升自己。”破圈、跨界,是徐莉佳退役后的关键词,通过身体力行推广,她希望更多运动健儿在退役后,开启人生新篇章。

佳人为何演『坏人』

奥运冠军徐莉佳转型媒体人从表演课开始



■ 冰上起“壶”

“上岸”采访 学无止境

首期课程结束后,徐莉佳意犹未尽,下周,她将再赴北京参加新一期课程,这次的主题关于媒体宣传,这令她期待万分。

回顾过去,徐莉佳坦言,“我无法想象自己离开帆船会怎么样,觉得离开就没法生活了。”的确,从事帆船运动整整20年后,她的“上岸”生活,充满了各种未知。

在选择做媒体人之前,她也想过其他职业,包括做帆船队的翻译、教练、领队。“后来都放弃了,一来是身体吃不消,二来是这些都没有像媒体能够让我那么兴奋。”

跨界转型初期,她遭遇过各种问题:“我完全能够感受到自己在采访时的词穷、使不上劲的那种尴尬感,所以更加想去学知识、融入社会活动。”

上海市体育局最近开启了《冠军与你一起学》项目,迄今为止,徐莉佳体验了超过10种不同的体育项目,从攀岩、柔道到击剑、冰壶,身体力行推荐运动爱好者通过领取上海体育消费券,尝试多种体育项目。帆船之外的人生,多姿多彩,她不仅体验到了不同运动带来的快感,也有了深入广大体育爱好者的机会,从中了解到他们真正想要什么,对作为体育媒体人的她而言,这又是新的收获。

拥有英国索伦特大学体育新闻播音硕士学位的徐莉佳,开设了《体坛佳音》栏目,专访过宋世雄、对话过吴敏霞……

尝试“破圈”、“跨界”的前提,是要面对那种因跨领域而带来的挫败感。她把这种挫败感视为一种目标:“就像帆船比赛,当你失败的时候,反而更清楚地知道下一步该去改进哪方面。”

或许哪一天,你真的能在某一档体育真人秀中,看到徐莉佳的身影,或者是她作为幕后制作人的名字。

本报记者 陶邢莹

“自黑”表演 释放自我

今年8月,徐莉佳加入了一项中国高水平运动员“焕新计划”,担任推广大使。首期课程主题为设计人生和社会影响力塑造,通过斯坦福大学人生设计课、表演课和社会影响力工作坊三大课程模块,探索并释放竞技体育中的能量,助力运动员发掘自身价值,为社会带来更多积极的影响。

对于这些运动员来说,最新奇的当属表演课。能得到中央戏剧学院教授刘天池的“真传”,令徐莉佳又惊又喜。经过抽签,徐莉佳和4个小伙伴表演一则以原始人为主题的戏剧,短短半小时内就要挑选好服装、策划好剧情。“剧中我演反派,强行拆散了一对情侣,即兴发挥的台词还蛮搞笑的。”徐莉佳说,以前当运动员时性格内向,总觉得生活中少了一点色彩。“所以我特别喜欢幽默风趣的元素,尤其是我现在转型当媒体人,我希望呈现的作品不总是同一个风格和调调,哪怕‘自黑’,只要观众想看,我不怕这样的装扮有损形象。”

唇舌训练课上,老师叫大家嘴里含一块葡萄酒瓶塞,朗诵文章,帮助大家改善演讲时的姿态,并纠正发音。徐莉佳觉得这堂课很实用,每天早起她都会花半小时,对着镜子朗读。“以前运动员的环境相对封闭,如今走向社会,这样的课程有助于我们学会从容面对大众,敢于表达自己。”

结业项目中,她结合自身经历,做了关于运动员英语培训的计划以及海洋环保的主题演讲,这也是她未来转型的一个目标。作为推广大使,徐莉佳寄语其他学员:“将来面临社会方方面面的挑战,我们需要秉持创新的理念,引领健康生活方式,传递体育人的故事和精神。”

记者手记

精彩还在远方

□ 陶邢莹

“欢迎大家收听《体坛佳音》,我是主持人徐莉佳。”广播里,传来帆船奥运冠军徐莉佳的声音。

迄今为止,《体坛佳音》已开播100多期,如果你是她的忠实听众,你会发现,她的主持风格已经从原先的内敛严肃变得更活泼风趣了。

当运动员时,因为一心一意的专注,她是个安静的“假小子”,20年后华丽转身,她开朗的笑声、女人味的造型,感染了更多人。“破圈”,是她转型路上认定的方向,如何更接地气、走近大众,徐莉佳一直在学习、思考、求变。

参加运动员“焕新”计划中的表演课,并不意味着一定要涉足演艺圈,她的初衷,是想要学会自如的表达、多变的主持风格。远赴英伦攻读硕士,她想要弥补知识空缺,全方位提升自己。勇于尝试其他不同运动,她想要释放自我更多的力量。

她从来不是个按部就班的人,20年的帆船运动生涯,早已铸就了她坚韧的性格,即便已经登上过伦敦奥运最高领奖台,她仍不畏失败,执着挑战又一届奥运会。而人生下半篇章,她放弃安逸的生活,积极尝试多元化发展,挖掘自身潜力,这样的人生道路,不仅给那些即将退役的运动员带去启迪,也同样值得普通人借鉴。

如今,你不仅能在广播里聆听到她的声音,在微信公众号的文字里体会到她的心境,还能在视频网站上看到她的笑脸,更能在上海各个运动场馆见到她矫健的身姿。

人生不止赛场,精彩还在远方。充满未知的未来,等待你我发掘其中的奥妙。



■ 英姿飒爽



■ 舞台新人

后疫情时代 全球剧院“各显神通”

新冠疫情给全球剧场及表演艺术行业带来了前所未有的挑战。在前天由上海音乐厅发起的一场主题为“历弥革新——面向未来,剧场如何再出发?”论坛上,来自中国、英国、日本、新加坡、德国、法国等全球著名剧院剧团领军人物相聚“云端”,共同探索后疫情时代剧场的发展之路——有的继续做“家庭演播室”,有的开启教育模式甚至从胎教抓起,有的带上乐器云游四方让旋律走进名胜古迹……

家庭演播室

疫情暴发至今,世界各家剧院纷纷把演出搬上了云端。日本三得利音乐厅总裁、大提琴演奏家堤刚说:“当疫情试图拉开彼此距离的时候,互联网的在线表演反而拉近了我们和全世界的距离。疫情期间,三得利音乐厅通过尝试线上直播音乐会,意识到即使是在音乐厅外,也可以吸引潜在的观众踏入我们的音乐厅。”

也有音乐家在家里做直播,就像上海民族乐团团长罗小慈所说,“有一些艺术家在家里做直播,跟大家分享音乐、分享生活,分享他们对作品的感受。”“家庭演播室”让演出从来都没有因为疫情而停摆。

既然演出从剧场走进了家庭,演出的功能就越来越多。德国汉堡易北音乐厅节目总监芭芭拉·勒比奇说,因为欧洲第二波疫情的暴发,剧场要重新关闭了。不过有了第一次的经验,他们创新了一些模式,和教育部门合作面向青少年开设了一些项目和节目,“比如,每天早上为小朋友、小学生开设线上虚拟手工坊、手工艺坊等。此外还有一些胎教项目,给怀孕的妇女和她们肚子里的小宝宝听音乐。”

事实上,5G时代的“云端”生活不只在家感受演出。陕西大剧院、西安音乐厅总经理曹彦说:“大家知道西安有兵马俑,还有很多历史文化古迹,所以我们做了云上音乐会,都是直播,让乐手去各个古迹,比如在唐代的石刻‘昭陵六骏’前,这些都在很多国际艺术网站

音乐风光片

通过技术手段找到新的办法,让音乐走进大众,这是疫情影响下艺术家打开的脑洞。“这段时间以来我们当然也没有忘记主要目标,还是要让音乐会继续存在下去,让音乐会继续富有生命力。”上海音乐厅总经理方靓说,“两年前音乐厅新开放之后,就想着要把数字化更多融入到音乐会当中去,现在通过疫情也可以更好地测试哪些方法是行之有效的,哪些方法是需要改进的。”本报记者 吴翔

你做“胎教”我干导游

上有报道,还入选了全球“十大事件”,环球时报也有相关评论。”

“博物馆奇妙夜”开了好头,乐手的步子也就越来越大,曹彦说:“随后我们又带着乐团上了中国最险的一座山——华山,在华山的西山做了云海音乐会,演出当天就有5000万的播出量,第二天累计观看1亿。”国外有超过50家的媒体播出了这个视频。后来,曹彦还和乐团一起去了秦岭,“我们全部做直播,可以让更多人享受音乐和风光。”

通过技术手段找到新的办法,让音乐走进大众,这是疫情影响下艺术家打开的脑洞。“这段时间以来我们当然也没有忘记主要目标,还是要让音乐会继续存在下去,让音乐会继续富有生命力。”上海音乐厅总经理方靓说,“两年前音乐厅新开放之后,就想着要把数字化更多融入到音乐会当中去,现在通过疫情也可以更好地测试哪些方法是行之有效的,哪些方法是需要改进的。”本报记者 吴翔