



# 艺术,让铁窗泪化作向上向善的力量

中青报·中青网记者 王焯捷

位于上海市浦东新区周浦镇的上海市南汇监狱,是全国第一家专门收押老病残服刑人员,并与大型监狱医院合并建设的监狱,这里的老病残服刑人员约占60%。这两天,这座监狱里的服刑人员有的忙着排练吹奏曲目,有的忙着练习打鼓,还有的忙着刺绣。他们将举办一次正式的艺术展演活动,展示各自的才华——服刑期间,每一个监区都有一个艺术品牌项目,均为非物质文化遗产项目,他们每周都有固定的时间进行相关技艺的学习和创作。

有人拿一堆废纸、塑料袋设计新潮的服饰,有人一把年纪拿着五线谱学吹葫芦丝,还有人喜欢刺绣,准备出狱后做针线活儿挣钱。

这次展演的名称是“南汇监狱艺术节”,观众是上海市监狱管理局的民警、负责区域安保工作的武警官兵、社会上热心参与监狱改造工作的嘉宾,日常为服刑人员看病的上海市监狱总医院的医生们。



上海市南汇监狱艺术节现场展出的服刑人员手工作品。周冠岭/摄

### 特殊的艺术节,特殊的讲师

布展人,是南汇监狱的民警。他们已经为此忙活了快一个月,一点一点收集服刑人员的优秀作品,在偌大的会议大厅里进行各种布置、摆放。每一个监区都不能漏。那幅六卷轴、超长的描绘中共建党百年历史故事的水墨画,他们精心用好几张桌子拼在一起让它充分铺开展示。

“我们所做的一切,都是为了提高改造质量、降低再犯率。这些服刑人员最终是要回归社会的,如何改造好、回归好,是重要命题。”南汇监狱教育改造科科长汪承诺告诉中青报·中青网记者,从监狱进行的服刑人员出狱后情况调研来看,艺术矫治配合下的改造工作,能大幅度降低服刑人员出狱后的再犯风险。

“艺术矫治”是指服刑人员在参与绘画、雕刻、书法等艺术创作活动的过程中,净化心灵、转变思想、矫正行为的监狱教育矫治方法。

艺术节当天,汪承诺和同事一起忙活,力争让这些作品得到充分展示。这其中,包括南汇监狱首次百人太极拳表演。100名服刑人员,画上简单的妆容,整理好表演服装,整齐划一地打太极。

民警要提前帮他们布置好舞台、观众席,还要把大音箱摆好,连接上电源,确保背景音乐响亮且没有杂音。表演时,民警、武警、医护人员七七八八地站在内场,表演结束后,他们还上台表演了一个节目《擒敌拳》。

25岁的民警王震宇毕业于复旦大学法律系,他现在还有一个特殊的身份——民警讲师团讲师。他讲课的特色内容是养生保健和传统文化教育。

他平时会给服刑人员上《太极拳教学》课,“教他们打太极是一方面,另一方面还要通过课程引导他们如何面对失败,如何在失败中吸取教训从而遵守规则”。王震宇说,教学中一招一式动作的标准习练,能提醒服刑人员,动作没做到位就会失之毫厘,谬以千里,“细微的失误最终导致巨大的差错”。

此外,他还有一门《从伟人诗词感悟人格美》的课程,尝试用中国传统文化中的诗词,帮助服刑人员读史明理,积极改造。

据悉,在南汇监狱,像王震宇这样的兼职讲师共有30多人。

### 这辈子总算当了一回“老师”

上海市监狱管理局曾在某社交平台上发布一条有关上海监狱开展篆刻艺术矫治工作的小视频,该视频引起了网友们的关注和讨论。有人为监狱创新做法点赞,也有人认为“矫治服刑人员何必如此”。

在南汇监狱,一些服刑人员的改造故事,或许能回应有关“何必如此”的质疑。

南汇监狱关押对象以老病残服刑人员为主,其中年龄最大的服刑人员将近90岁。这类人群的心理较之普通服刑人员有所不同,潜藏极端情绪的可能性更大。

2009年,39岁的无业人员卫明(化名)因罪入狱。当时,卫明一方面对自己量刑结果不满意,另一方面本身脾气暴躁、言论消极,认为自己出狱无望,抵触情绪严重。他多次在监狱里不服管教、顶撞民警,还常常与其他服刑人员产生矛盾。

到了2023年,53岁的卫明站上了南汇监狱艺术节葫芦丝表演舞台的C位,他自编自导自演的曲目《希望》“正式上线”了。“葫芦丝表演队的队员们都叫我‘老师’,我从没想过自己有一天能被这样称呼。惭愧又激动。”卫明现在是南汇监狱葫芦丝表演队的带头人,每周他都要带着

11名队员一起练习吹奏,曲目自己找、排练自己安排。

“2012年时,监狱引入‘非遗进大墙’,每个监区都有一个项目,我就参加了。”卫明告诉记者,自己从未学过任何乐器,过去数十年从未接触过什么艺术类的项目。但这次的葫芦丝体验,却很不一样。

跟着老师学了几天,他发现自己的心性、脾气变了,“一开始纯粹打发时间,学着学着发现自己能控制自己的情绪了”。后来受疫情影响,葫芦丝老师不能进大墙上课了,卫明学的最长,自然而然成了监区里的带练人。

据悉,卫明现在不仅是葫芦丝小组的组长,还是监区内多个兴趣小组的带头人。如今的他,可以与人沟通、交流,耐心地教人吹奏葫芦丝,变得不一样了。

### 总有一天要走出高墙

“我还有7年,希望出去后能成为社区老年表演队的一员。”

“6年后我66岁,我想继续做刺绣,做好看的包包、饰品卖钱。”

“两年后出狱,我会好好做人,争取对社会有用。”

采访中,记者听到最多的,是服刑人员

中青报·中青网记者 沈杰群

### 这九五后导演讲述的藏地寓言,像「剧本杀」

最近,一部独特的藏地电影《一个和四个》进入大众视野。不同于以往大家对藏地题材的印象和想象,这部电影以快节奏的悬疑感和高浓度的人性博弈,为观众带来一场暴风雪里的沉浸式“剧本杀”。

暴风雪夜,护林员桑杰的小屋突然闯进了一位自称是森林公安的持枪男子,埋伏并抓捕了疑似盗猎接头人的村民根宝。惊鸿未定间,一名男子持枪闯入,声称他才是真正的森林公安。谁是盗猎者?谁在说谎?这场荒野追杀暗藏哪些秘密?真相扑朔迷离,一时杀机四起,而屋外始终有一双眼睛在冷冷地注视着这一切……

《一个和四个》是95后青年导演久美成列的首部长片作品。他曾凭借这部影片入围第34届东京国际电影节竞赛单元、第46届香港国际电影节新秀电影竞赛火鸟电影大奖,获得第16届FIRST青年电影展最佳导演和第16届亚洲电影大奖最佳新导演奖。

日前,《一个和四个》导演久美成列接受了中青报·中青网记者专访。

这位26岁的藏族导演气质沉静温和,言谈尤为谦逊。他告诉记者,这部片子的灵感是在北京电影学院导演系本科的毕业作业中。

久美成列在北影念书的4年拍了很多偏类型化的短片。恰在筹备拍片的时候,他无意间看到了藏族作家江洋才让的短篇小说《一个和四个》,被其故事和气质所吸引。

久美成列脑海里浮现出了一个画面:几个看起来长相彪悍的人在冰天雪地中追逐,后在一个木屋相遇,整个氛围非常刺激紧张,又有男性荷尔蒙爆发的感觉。久美成列觉得,这是很久没能在电影市场上看到的类型,他决定尝试。

“这个小说讲了一个发生在西部的故事,你能看到人和人、人和自然之间那种非常直接的对抗关系。同时,这个故事又有谜一样的气质,像护林员那种分不清真假的复杂心理状态,很像我们平时生活中的某种心态。这个故事很有意思,我想把它拍出来。”

当被问及电影为何命名为《一个和四个》,背后究竟有何种隐喻意义时,久美成列谈了他的理解。“一个”即代表影片中的鹿,它是人类世界旁观者的存在,具有亘古不变的灵性,是更具分量的“一个”;而“四个”则是代表在木屋中最终决斗的四个人,反映出人类的复杂性。

久美成列提到原小说里写,在护林员的木屋前出现一块牌子,上面写着“人会撒谎,但是马鹿不会”,他觉得很有意思,想借马鹿这个意象表达更深层次的内容。

在电影最后,四个人激烈的冲突戛然而止,此时木门骤然打开,门外站着那只护林员救下的被盗猎者割去鹿茸的马鹿。久美成列说,这头马鹿凝视着屋中这一切,会让观众感到整个故事并没有那么“现实”,仿佛那头鹿才是整个事件的幕后操纵者。

而这种略显超现实的抽象表达,正是久美成列想赋予《一个和四个》的关键特征:这不只是一个精彩的悬疑故事,而是一个颇有深意的“寓言”,探讨了人和人之间的关系。

人性比悬疑更值得被表达。

久美成列并不想让观众被复杂的剧情带着走,而是想让大家跟着护林员一起,去感受他这一整天经历的内心变化:一开始怀疑大个子警察的身份真实性,慢慢建立信任,一起吃饭后甚至开始分享个人感情故事……可是又有其他人依次闯入内,此前好不容易建立的信任荡然无存。“这时候你会觉得,原来人和人之间的关系这么脆弱吗?”

在电影《一个和四个》的首映礼现场,播放了一支特别的视频:从2005年《静静的嘛呢石》到《塔洛》,再到2019年的《气球》,气质凛冽的混剪画面记录了藏地电影不断的发展与变化,空灵配乐搭配着充满纯净感的镜头无不涤荡着观众的心灵。《一个和四个》像一声枪响,击破了静谧的雪山,一间隐秘的森林小屋内,一场充斥着未知与欺瞒的无情杀戮,4个身份不明的陌生人在此上演了一出难辨真假的“狼人战争”。

《一个和四个》首映礼,有人称赞这将续写藏地电影浪潮的全新篇章;也有人希望观众能跳出“藏地题材”的思维,而以成熟类型片的视角来看待这部作品。

久美成列表示,他盼望大家看了《一个和四个》之后,既能看到他们在这方面的潜力,也可以对藏族电影抱有更多的期待。

## 图知道



### 课间十分钟,回来

近日,“小学生连上厕所的时间都快没了”登上各平台热搜,引发网友热议。很多学校要求小学生课间不要下楼,不能高声说话、跑跳,被抓到还会扣分。课间十分钟,偌大的校园空空荡荡。家长担心孩子视力问题,希望他们多出去走走;而教师则为了安全,更倾向于让孩子们待在教室。孩子的健康成长需要各方共同努力,找到一个平衡,让孩子们在学习与玩耍之间找到自己的乐趣。漫画:程璨

## 一微心愿

团黑龙江省佳木斯市前进区委始终坚持以服务大局,凝聚青年、当好桥梁、从严治团为目标,依托青年之家实体阵地、校外少工委、校外实践基地等教育场所,积极开展敬老爱老、生态龙江、防汛救灾、普法基层行、春运暖冬行等志愿服务活动;举办“青耕龙江·爱尚三江”乡村振兴系列助农直播活动,聚焦“互联网+助农”新模式,进一步拓宽乡村特色产品销售渠道;组建“筑梦前进”青年讲师团,紧密结合共青团和青少年工作特点,创新开展“五讲”党史、团史学习活动,“升温”学习教育;2023年团前进区委被团黑龙江省委评为黑龙江省大学生志愿服务西部计划优秀项目。未来,团前进区委将紧紧立足党的助手和后备军这一根本政治定位,以“党建带团建”为抓手,实施创新举措,展现担当作为,为建设社会主义现代化新前进贡献青春力量。

团黑龙江省佳木斯市前进区委书记 石莹

河北高速公路集团有限公司承德分公司团委书记 吕慧

河北高速承德分公司团委以“奋斗青春、强企有我”为主线,开展了系列青春先锋学习活动,向团员青年发出“爱心企业”倡议,“强企兴企”的集结号,做激情先锋;定点开展爱老敬老、扶危济困、环境保护等志愿服务活动,做奉献先锋;开展“缅怀革命先烈,传承红色基因”活动,激发青年职工干事热情,做担当先锋;开展“青春飞扬·活力无限”活动,通过开展学习贯彻党的二十大精神、线上诵读、文明服务微笑展演等文体活动展示青年风采,做活力先锋。

未来,我们将发挥青年文明示范带动作用,开展岗位建功活动,团结和带领青年职工通过岗位练兵、劳动竞赛、组建青年突击队、青年示范岗、培树先进典型等活动,提素质、强本领、创效益、作贡献,以实干促强企,以奋斗致青春,为推进中国式现代化河北场景高质量贡献青春力量。

## 温暖一平方

实习生 王婧 中青报·中青网记者 齐征

# “每天自由一小时”传书活动,把温暖夹进书里

在快节奏的生活中,你是否愿意停下脚步,沉浸在书的世界里呢?

在一个名为“每天自由一小时”的微信群中,有近500个年轻人因为热爱读书聚在一起。“群”如其名,它鼓励每个人每天能够自由地阅读一小时。群内会定期举办一些关于读书的活动,“传书活动”是其中举办最久的一个。中国青年报“温暖一平方”直播间对群主和群友们的故事进行了采访。

23岁的重庆女生向雪钰已经硕士毕业,第一次参加传书活动时她刚刚高考完。向雪钰介绍,传书活动的规则是群友之间传阅同一本书,每人阅读时限一般为一周。她认为如果没有时间限制,读完一本书需要的周期会很长,甚至可能半途而废,但是有了一周的时间限定,“准备考试、做实习工作”不再是借口。书寄到的时候,哪怕再忙碌,向雪钰也会每天挤出大块的时间认真地看完这本书。“像是一种信念支撑着你去‘特种兵式读书’”向雪钰说,“我很享受读完书之后那种自由、开心的感觉。”

每位读完书的书友都会把书里的小纸条上记录自己的体会感受、读书笔记,有时也会是一些互动,例如根据书籍类型发起的小游戏、提问箱。在向雪钰看来,传书最大的魅力就在于此,因为每个人的想法都是独特而珍贵的。“你不需要花费时间和精力去寻找看过这本书的人,阅读这些纸条也有额外的情感收获。”

“大家也会把想要留下的其他东西夹在书里留给下一个人,感觉像是产生了一种联结,让人觉得温暖。”向雪钰说,她在书里放过捡来的树叶和自己画的画。

25岁的高健来自河北省张家口市。由于工作是



书友们的交流笔记。受访者沈欣供图

怕被评判。我们好像都在书海里畅游!”高健说。

群友们能有这些收获,要归功于来自福建厦门的90后女生沈欣。

英国作家约翰·伯格(John Berger)在《我们在此相遇》一书中写道:“书将我们聚在一起。”受到这句话的启发,2017年5月,沈欣建立了“每天自由一小时”读书群。她希望大家能够通过这个社群拓展自己的阅读世界。“希望大家能够逃离到书里的世界,感受无限。每天能有一个小时这样的时光就足够了。”沈欣说。

和大家交流的时候,沈欣发现每个人的阅读方式、视角都不一样,她萌生了书籍传阅的想法,以便大家互动交流。

在群友的支持下,沈欣组织了一轮又一轮的传书活动。每期传阅的书籍都由不同的书主人提供,如果群友有想要分享阅读的书、杂志,就会被拿来作为候选传阅书籍。为了保证传阅质量和阅读愉悦度,沈欣都会先评估这些候选书籍的类型和内容,这需要花费大量的精力。

组织时间久了,沈欣总结出了选书经验:一般以300页以内的短篇小说或社科类书籍杂志为主。为了增加书籍类型的丰富性,适合传阅篇幅较长的书籍也会被拿来传阅,相应地,阅读时限会拉长。沈欣会尽量结合当下热点议题挑选书籍,可读性和互动性也被纳入衡量标准,以吸引大家书写感受、参与提问。

沈欣说,很多书友常常因其他书友想法的笔记激起心中的涟漪。未曾谋面的人们在细小的事情上找到共鸣,沈欣认为这种关系很纯粹:“比如我们传

阅关于分手的杂志,会在笔记里看到不一样的甜蜜、心碎往事。随着时间流逝,大家的笔记会变成像时间胶囊一样的历史文本。”

读书原本是读者和作者之间的情感流动,而传书活动让这样的情感在更多人之间传递绵延,从书籍,到生活,到人生。

“那个时候刚上大学,整个人比较浮躁,就觉得应该看点书。”23岁的赵昭说,遇到这些书友是改变她人生轨迹的一件事。让她印象深刻的是2018年社群周年活动,赵昭是那年群友中读书第二多的人。随后,她收到了一个让她感到十分震撼的奖品——“像厨房卷纸那样大小和形状的书,上面印满了群小伙伴‘安利’的书,都是群主自己整理出来的。”

看书给赵昭带来了巨大的影响,甚至让她考研时选择了跨学科从管理学考到汉语言文学。赵昭认为,读书带给了她纸质的浪漫,读书时触摸到纸张的具象感是电子书所不能超越和替代的。但奇妙的是,数字媒体又将她带到了一个志同道合的、单纯的群体中。赵昭有一个浪漫形容:“它就像是一个门把手,就像如果你的朋友拍了一张门把手的照片给你,你就会好奇那个房子长什么样子。我们在群里交流的时候也会拍纸质书,它虽然是碎片的,或者是只有一页,但是它起的作用和那个门把手是一样的。”

沈欣也在这个群体中获得了巨大的个人成长。“爱书的人因书建立起更多的联结,这是无法估量的力量。有时能在大家的笔记里感受到美好,应该不只有我一个人这样觉得。”沈欣说。