

爆火国际舞台后，青年杂技“教头”们回归故乡

文化中国行

中青报·中青网记者 樊江涛
通讯员 赵健 李坤霖

近日，第二十届中国吴桥国际杂技艺术节落下帷幕。但在“杂技之乡”河北省吴桥县，杂技节“回家”带来的热度依旧高涨。今年这项国际杂技盛会首次将主场设在吴桥县，以“回归本真、回归街头、回归故乡”为主题，为国家级非物质文化遗产代表性项目吴桥杂技的传承发展注入了新动能。

与这场盛会主题不谋而合的，是一场关乎非遗传承的青春接力。当杂技节的聚光灯亮起，刘旭、辛泉伯等一批从吴桥走向世界的年轻杂技人才，已沿着“回归故乡”的轨迹回到母校河北吴桥杂技艺术学校。他们从舞台中央转身走进训练厅，将国际赛场积累的经验与技艺，融入这项古老非遗的当代传承中。

90后在家乡实现“大满贯”

9月的莫斯科，马戏院后台的幕布微微颤动。25岁的辛泉伯屏息凝神，透过那道狭窄的缝隙注视着舞台——他的学生正完成最后一个高难度动作。当雷鸣般的掌声骤然响起，这位曾经的国际金奖得主终于松开了紧握的拳头。

镁光灯下，接受荣誉的是他的学生。第三届莫斯科尼库林国际马戏艺术节“少年组金奖”的桂冠，被来自中国吴桥的年轻人摘得。此刻，距离辛泉伯回到母校执教，恰好一年。

从闪耀舞台到默默耕耘，这位00后教师完成了职业生涯的华丽转身。作为教练组最年轻的成员，他见证了自家的学生在国际赛场上续写辉煌，这成为他执教路上的首座里程碑。

时光倒回2017年。辛泉伯辞去武汉杂技团稳定工作的决定令许多人错愕。“就想出去看看。”这个质朴的念头，引领他踏上了一段探索之旅。只是这一次，他面对的“江湖”，早已不是老一輩撸地卖艺的模样。

在广西柳州的游乐场，他与观众零距离相遇——当小观众跑上台触摸滚环，他顺势抱起孩子转圈，收获满堂喝彩，从此领悟互动的魅力。转战西安的剧院，他在优胜劣汰的市场上站稳脚跟，掌握新技能，读懂了观众期待。而在北京环球影城，通过外企规范的流程和外籍导演的严格指导，他完成了从杂技演员到角色演绎者的转型。这段横跨南北的闯荡，让他深刻意识到：当代杂技演员不仅要掌握杂技技能，更要懂得与观众沟通、理

中青报·中青网记者 王海涵 王磊

这几天，合肥工业大学青年“乡村CEO”调研团的工作间里，键盘敲击声、讨论声此起彼伏，队员们正推进假期调研成果转化工作。近百份问卷被学生按“科技应用”“产业困境”“人才需求”等核心主题分类码放整齐，每段回答背后，都藏着乡村发展的真实脉动与村民的殷切期盼，团队成员深度剖析，不过放过任何一个鲜活的细节。

为何瞄准青年“乡村CEO”这个群体？据悉，农业职业经理人——被人们形象地称为青年“乡村CEO”，其本质上是乡村振兴中的专业化运营管理者，承担农村集体资产保值增值的关键职能，帮助村集体提升面向市场的运营管理能力，他们既是乡村产业的“催化剂”，也是连接政府、市场与村民的桥梁。连续3年，学生们带着标准化问卷，前往浙江省杭州市余杭区、安徽省合肥市长丰县、安徽省滁州市定远县等地的438个村（社区），探访活跃在各地的青年“乡村CEO”。

学生们褪去青涩，化身田间地头“研究者”：在果园里跟着新农人学习分辨果实成熟度，记录智能设备使用频率；在合作社与年轻负责人交流，探寻产业升级面临的技术瓶颈与资金难题；在乡村企业参观生产线，见证科技从“概念”到“实效”的转化……“这不是一次走马观花的实践任务，而是青年学子用专业知识，为乡村发展续写成长答卷的开始。”团队负责人表示。

今年盛夏，团队探访了杭州市余杭区仙佰坑村科技赋能的推动者——余杭区人大代表陈波，他曾经在海外留学，回国后投身农业发展，杭州市余杭区仙佰坑村盛产蜜梨，但由于种

温暖的
Diao Bao 六边形

青春上善好活法

陈波



刘旭、辛泉伯等90后00后蜚声国际杂技舞台的年轻人才陆续回到母校河北吴桥杂技艺术学校执教，为吴桥杂技——这项国家级非物质文化遗产代表性项目的传承发展注入新动能。



受访者供图

解市场需求，并且具备跨界表演的综合能力。

一年前，母校向他发出邀请。在经历了国有院团、商业演出、主题公园的多元历练后，这个曾经不顾家人反对执意走上杂技之路的年轻人，带着对杂技艺术的崭新理解，回到了梦开始的地方。

与此同时，另一位从吴桥走出的杂技人，已在这条传承之路上默默耕耘。

1994年出生的刘旭，2018年就从上海杂技团回到母校任教。在他看来，师弟辛泉伯的回归之路与自己如出一辙：扎实的基本功奠定基石，国际大赛的历练开拓视野，最终都选择回到原点传递薪火。

2010年，尚在学员时期的刘旭凭借《追梦·蹬人空竹》在法国“明日”世界杂技节斩获金奖；加入上海杂技团后，他以《抖杠》问鼎“杂技奥斯卡”蒙特卡洛国际马戏节最高奖“金小丑奖”；2018年回到母校，他将严谨态度和专注精神融入教学，参与创排的《凌云狮秀——蹬人流星》荣获第十七届中国吴桥国际杂技艺术节“金狮奖”。

至此，刘旭完成了一项令人瞩目的成就：学员时期获法国“明日”世界杂技节金奖，演员时期获蒙特卡洛“金小丑奖”，教师时期指导节目获中国吴桥国际杂技艺术节“金狮奖”。这位从吴桥走出的杂技人才，在家乡实现了世界三大杂技赛场的“金奖大满贯”。

00后重新“定义”吴桥杂技

不久前，第三届莫斯科尼库林国际马戏艺术节组委会向河北吴桥杂技艺术学校发来一份技术问卷，要求精确计算节目中支撑架对舞台地面的压力数据。这份看似寻常的表格，考验的不仅是技艺功底，更折射出中国杂技教育的科学素养。

豹变

跟青年“乡村CEO”面对面



青年团队在果园里和农户合影。

受访者供图

种原因，过去“好梨卖不上好价”。2023年，陈波带领种植基地团队与浙江大学团队共建“科技小院”，为蜜梨产业装上了“智慧大脑”。走进基地，团队成员眼前一亮：铺着铁轨的小火车穿梭在梨林间，自动运输刚摘下的蜜梨；分拣车间里，机械化的设备通过重量、糖度、色泽等维度进行分选；大数据平台实时监测土壤湿度、光照，提醒村民浇水、施肥的时机。

接过陈波递来分拣好的蜜梨，合肥工业大学土木与水利工程学院2024级学生孟禹彤感慨万分，“那一刻，我真正明白‘科技是第一生产力’不是

抽象概念，而是让农户实实在在增收的‘金钥匙’”。这次经历也让孟禹彤重新定位所学专业价值，从认为专业知识只能应用于城市水利工程，到主动关注乡村水利案例。

今年年初，孟禹彤便逐一沟通梳理青年“乡村CEO”联系方式，形成包含“调研时段、访谈对象、核心议题、场地需求”的工作清单。作为队长，她观察到，团队获取的不只是数据与案例，大家实现了从“观察”到“实践”、从“理论”到“应用”的蜕变。

7月，管理学院2023级的吴春晓跟团队走访了合肥长丰县马郢村青年创客

业特色——运用训练中的“二节托举”技巧轻松翻越高墙，骑着独轮车前往3公里外的县城，只为买一包干脆面、几根火腿肠。月光洒在乡间小路上，少年们骑着独轮车的身影轻快而矫健。

如今，在学校的训练厅里，已是教师的辛泉伯正在指导学生完成倒立动作。“不要只用蛮力，要感受核心肌群的发力。”他轻触学生的腹部，“这里收紧，动作才会稳”。

独特的成长经历，让这代杂技人形成了全新的杂技观。在热爱健身和跑酷的辛泉伯看来，“杂技是开发身体的艺术。”他解释说，就像健身要锻炼特定肌群一样，杂技训练是在系统开发身体的每个部位。“我们要精准控制身体的每一个部分。”这一理念也正悄然改变着他的教学方式。

对新一代吴桥人而言，杂技早已超越了谋生手段的范畴，成为生命绽放的独特方式。

从舞台“尖子”到传承“柱子”

2019年，《凌云狮秀——蹬人流星》排练陷入困境。一个需要兼顾舞蹈美感与高难度造型的角色，始终找不到合适人选。正当创作团队一筹莫展时，刚从上海返校的青年教师刘旭，让所有人眼前一亮。

刘旭早年在校期间就参与过学校与上海戏剧学院合作的杂技音乐剧创排，接受了系统训练。后来在上海杂技团的舞台历练，更让他成长为技术全面、表现力强的复合型人才。导演当即决定：这个既能执教又能登台的多面手，正是节目需要的关键人物。

回首刘旭的成长路，启蒙老师王洋记忆犹新。那个曾经在家点燃烟花包后一跑了之的调皮孩子，被父母送来学杂技，希望严格的训练能管住他的“无所畏惧”。没想到，这个顽童一接触杂技就显露出过人的天赋。在需要高空托举的节目中，他胆大敢拼的性格成了独特优

势——毫不畏惧地担任最顶端的“尖子”，在最危险的位置上表现得出奇稳定。

从翻跟头到拿顶，都是王洋手把手带着刘旭练出来的。“那些年跟老师在一起的时间，比跟父母还多。”刘旭感慨。这份亦师亦父的情感，在2021年创排《龙跃神州——中幡》时得到了延续。

节目创新遭遇了道具制约。“传统中幡太重，我们要做连续空翻接幡的新动作，原有道具完全不行。”刘旭说。在王洋统筹下，团队开始道具改革，刘旭成为关键的试练者。他们用新型材料替代竹竿，创排出“颺幡”“颠时”“双翻上三节”等新动作。首次参赛因视频未能完全展现现场气势只获银奖，师徒二人没有气馁。刘旭在深圳驻训，王洋坐镇后方，通过视频连线反复打磨。7个月后，《龙跃神州——中幡》一举夺得中国杂技最高奖“金菊奖”，并被评价为“开创了中幡表演的新境界”。2023年，这个节目登上央视春晚，向亿万观众展示当代吴桥杂技的魅力。

同样的传承故事也发生在青年教师辛泉伯身上。回忆起十多年前参演《童梦·独轮车技》的经历，他说：“那不过是单纯炫技，王洋老师想做的，是让孩子了解杂技、爱上杂技。”

这个充满童真的节目采用“戏中戏”结构。王洋扮演引路人，带着小演员从观众席走向舞台，一束光打在他们身上，讲述着杂技的历史。当所有小演员在台上齐呼“我们都要学杂技”时，辛泉伯记得台上的自己湿润了眼眶。那一刻，不仅是一场表演，更是一次对杂技热爱的真诚召唤。

从当年被老师引入杂技世界的少年，到今天站在讲台传递技艺的教师，刘旭、辛泉伯完成了身份的转变。那束曾经从观众席亮起的灯光，如今已握在他们手中，照亮又一代孩子的杂技梦想。



飞夜的
温暖歌

□ 林洁

在大学生当中，一种叫“零糖社交”的生活方式正悄悄流行。他们崇尚“零糖”，不仅表现在生理层面的糖分戒断，更流动于心理层面交往偏好；他们不是社恐，而是主动给关系“减糖”，把精力留给真正同频的人和事。

“零糖社交”的核心在于“真实”与“边界”，追求清爽、真诚的沟通状态，在社会互动中倾向于简单、舒适和干净的连接关系。它不追求社交关系的“糖分”——即那些华而不实的客套话、费心维护的“点赞之交”，以及令人疲惫的群体性合群。它更看重交往的“营养成分”——真诚的交流、志趣的相投以及彼此尊重的个人空间。

就像“零糖饮料”没有添加糖分却保留了解渴的本质，“零糖社交”也摒弃了社交中的“甜味添加剂”——如虚伪的客套、不必要的寒暄与内耗。它不拒绝互动，而是让每一次社交都更贴近“舒服”与“值得”的本质。年轻人追求无负担的社交模式，保持自我独立与适度边界，摒弃过度依赖、刻意迎合等“冗余糖分”，并非拒绝社交，而是让互动回归轻松本真。对于身处复杂人际关系和繁重学业压力中的大学生而言，“零糖社交”正逐渐成为一种被广泛接受和实践的处世哲学。

也许，“君子之交淡如水”说的就是“零糖社交”，这种社交方式能让大家都感觉舒服。减轻社交内耗，帮助年轻人摆脱“必须合群”的枷锁；筛选高质量关系，摒弃虚伪往来，提升社交效率，符合校园快节奏的学习生活需求；培育独立人格，让年轻人将精力投入自我提升，是应对成长不确定性的积极探索。

“零糖社交”的积极意义有三个层面：首先是对自我价值的确认，不再通过不断合群来确认存在感，而是把更多精力用于自我探索；其次是对真实关系的回归，摒弃刻意维护的甜腻，让友谊建立在真诚欣赏而非讨好之上；最终是对社交本质的阐明，健康的人际关系不是相互捆绑，而是两个独立个体的彼此尊重。

不过度猜测室友的言外之意，有疑问就坦诚沟通避免积累误解；尊重彼此的作息习惯，不过分追问隐私，偶尔独处看书、听歌也不会被质疑“不合群”。把精力集中于真正重要的连接上，减少社交焦虑与自我消耗，从而提升沟通效率与生活质量。

真正的社交舒适感并非来自外部的喧嚣与热闹，而是源于内心的丰盈与关系的真诚。作为大学生，学会为自己的际关系“减糖”，或许是他们走向成熟、学会自爱与被爱的重要一步。

“零糖社交”的意义在于：在信息爆炸、人际关系复杂的今天，减少无效社交，就是对自己时间和精力的尊重。同时，它也能促进人与人之间更深层次的理解与信任，形成更加健康、持久的社交网络。

有个明显的趋势，在社交平台，大学生逐渐减少为了“维持人设”而发的动态，更多分享真实的学习心得或生活片段，吸引同频的人自然交流。

最好的关系，是双向滋养。勇敢给自己的社交“减糖”，把最宝贵的能量，留给最重要的人和事，在人群中轻盈而自在地行走。

君子之交淡如水，『零糖社交』悄悄流行

