



记者 薛志雄 摄

在基层泥土中聆听吕梁声音

□ 本报记者 罗丽

去吕梁英雄故事馆采访。这座藏着9600余位英雄名录的场馆，用流动的光影、生动的讲述与沉浸式的体验让吕梁英雄的故事“活”了起来。在VR沉浸式剧场里，我“遇见”了抗日英雄段玉、韩昌泰、李玉柱等等，为了民族解放和国家独立，他们用自己的血肉之躯和不屈精神筑起了抗击日寇的钢铁长城。离开展馆时，身边的初二学生柳卓廷拉着我的手说：“记者阿姨，我以后也要给大家讲英雄的故事。”那一刻我知道，吕梁的声音里，藏着永不褪色的精神密码。从“觉醒年代”的革命先驱，到“奋斗当下”的普通劳动者，9600多位英雄的名字，不是冰冷的文字，而是能让孩子听得热泪盈眶的故事，是让我们奋发向前的精神力量。

上个月，我在交城县卦山景区遇见了环保志愿者武武傲。他正蹲在地上，用夹子夹起缝缝里的纸屑，嘴里还哼着吕梁民歌《交城水》。“你听，这首歌里唱‘交城山，交城水’，咱得让山水一直这么美。”那天，他和20多位志愿者不仅帮游客指引路线，还清理了12袋垃圾。夕阳西下时，来自太原的游客王霞举着相机，拍下了志愿者们蓝马甲的背影，并发了条朋友圈：“吕梁的风景美，人更美。”原来，吕梁的声音里，还有普通人传递温暖的声音——是志愿者的耐心讲解，是游客的真诚点赞，是“无痕出游”的理念在你一言我一语中慢慢扎根的声音。

而最让我难忘的，是在方山县杨家塔村，听见的“馍香里的振兴声”。曾因采煤陷坑搬迁的村民，如今靠着“书包包”面食项目，重新找到了生活的底气。58岁的张改亲戴着工作帽，在加工坊里揉面蒸馍，手上的动作麻利又熟练。她笑着说：“现在在家门口每月能挣2000多，还能照顾孙子，心里真踏实！”我还记得项目负责人曹旭红跟我讲过的一个细节：为了做出好吃的馒头，他们反复调试配方，家里人跟着吃馒头都“吃伤”了。如今，“书包包”不仅日产量达7000个，还把非遗花馍做成了新品，40多位村民在家门口实现了就业。在加工坊的蒸汽里，我听到的不仅是面团发酵的声音，更是留守妇女找回自信的笑声，是村集体账本上数字增长的声音，是乡村振兴的脚步之声。

有人问，为什么要执着于“聆听”？因为我们知道，每一次认真的聆听，都是为了更好地讲述；每一个被记录的故事，都是时代新篇章最生动的文字。我们是记者，是“时代的记录者”，更是“声音的传递者”。吕梁的声音里，有历史的回响，有发展的脉动，更有民生的温度。每一种声音背后，都藏着一个鲜活的故事，都藏着吕梁的变化。当我们把屈产河的生态故事讲给更多人听，就会有更多人关注黄河流域的保护；当我们把英雄的故事讲给更多人听，红色基因就会在代代相传中永不褪色；当我们把产业转型的故事讲出去，就会引来更多发展机遇；当我们把老百姓的幸福故事讲出来，就会凝聚起更强大的奋进力量。

9月30日，烈士纪念日。当天，我

好记者讲好故事



肖继旺 摄

近日，方山县北武当镇来堡村上空，激昂的《义勇军进行曲》声穿透云霄，回荡在成龙廉政文化园的青砖黛瓦间。方山县年轻干部能力提升“铁肩计划”学员们齐聚这片浸润熏陶的土地，开展“承廉史风骨 铸铁肩担当”主题党日活动，一场涤荡初心的精神洗礼、一堂沉浸式廉政文化课，就此缓缓铺展。



多棱镜

党员干部助秋收怎么看？③

乡村振兴战略的具体落地

□ 冯海砚

秋收的镰刀划过金黄的谷浪，留下的不仅是丰收的喜悦，更是党群同心、共赴振兴的深刻印记。在这片镌刻着革命记忆的土地上，新时代的党员干部正以躬身为民的姿态，书写着乡村振兴的吕梁答卷。

党员干部助秋收看似一桩小事，实则和推动乡村振兴战略不无关系。

乡村振兴不是抽象的概念，而是由一个个具体的行动支撑起来的——助秋收，就是乡村振兴战略在“产业振兴”与“人才振兴”维度的生动落地。一方

面，粮食产业是乡村振兴的基础产业，确保颗粒归仓，才能稳定农民收入、夯实农业根基。另一方面，党员干部深入田间，既能为乡村注入“临时劳动力”，更能为乡村发展带来“新思维”，助力破解农业发展中的痛点难点。

吕梁山区特有的地理环境造就了各地不同的耕作条件。有的地方的党员干部创新推出“田长制”服务模式，将群众的责任田划分为网格责任区，党员干部包联到户、精准施策。针对红枣裂果、马铃薯晚疫病等突出问题，组织农

技专家开展专题培训，不仅帮助农民挽回经济损失，更为重要的是这样的实践真正将乡村治理的制度优势转化为治理效能，无形中推动了乡村振兴。

一些党员干部助秋收时发现，当地农户因缺乏统一品牌，粮食售价始终低于市场均价。帮扶结束后，他们牵头成立“粮食种植合作社”，推动农户统一品种、统一管理、统一销售，还注册了地域农产品品牌，让普通农产品卖出了“优质价”。有的地方利用当地网红，记录助秋收的过程，不仅宣传了当地优质农

产品，还吸引了在外务工青年返乡创业，为乡村人才振兴注入活力。这些案例证明，党员干部助秋收绝不是“一阵风”的帮扶，而是以点带面、举一反三的“催化剂”——他们在劳动中发现乡村发展的短板，在交流中倾听农民的发展诉求，进而将帮扶行动延伸为长期支持；从推广现代农业技术，到对接市场资源，再到培育新型农业经营主体，让乡村振兴的“蓝图”一步步转化为“实景图”。可以说，每一次党员干部的田间帮扶，都是乡村振兴路上的“坚实一步”。

党员干部助秋收实实在在地告诉我们，乡村振兴既需要符合政策需求的顶层设计，更需要每一步每一环节的基层实践。当党员干部始终与群众想在一起、干在一起，当党的旗帜始终飘扬在希望的田野上，这片红色土地必将绘就更加壮美的乡村振兴画卷。



我市第九届“体彩·羽协”杯羽毛球比赛收官

本报讯（记者 梁英杰）10月26日，为期两天的吕梁市第九届“体彩·羽协”杯羽毛球比赛在热烈氛围中圆满收官。来自全市各地的23支代表队、230余名羽毛球爱好者齐聚赛场，以球会友、奋勇争先，用灵动的步伐、精准的扣杀、默契的配合，共同奉献演绎了一场精彩纷呈的体育盛宴。

本次比赛以“奋进新征程 建功新时代”为主题，聚焦全民健身体育需求，精心设置了混合团体及混双A组、混双B组、男双A组、男双B组、女双等多个单项赛事，覆盖不同年龄段、不同水平的参赛群体。赛事组委会不仅为各组别前5名选手颁发了荣誉证书，还特别设立优秀组织奖、道德风尚奖、优秀裁判员等专项荣誉，全方位表彰在赛事中表现突出的集体与个人，让竞技魅力与体育精神双向赋能。

赛场上，选手们扣杀、轻吊、平抽，配合默契、攻防结合。随着小小的羽毛球在空中上下翻飞，比赛高潮迭起，双方你来我往，比分交替上升，每球必争的拼搏劲头感染着现场的每一位观众，掌声与喝彩声此起彼伏。“专业场馆配上浓厚氛围，和全市高手同台切磋过瘾了！”来自兴县代表队的牛建豪赛后难掩兴奋，他坦言此次参赛收获满满，“不仅锻炼了体魄，更结识了一群志同道合的球友，这份友谊和快乐比输赢更珍贵，感谢主办方搭建这么好的交流平台。”第三次参加此项赛事的张晨震则有着别样感悟：“能在这

个舞台上展示自我，赛出水平非常激动，希望通过我们的参与，让更多人感受到羽毛球的魅力，加入全民健身的行列。”

赛场上的每一次跳跃、每一次挥拍，都凝聚着选手们的热爱与坚持；赛场下的每一次欢呼、每一次握手，都彰显着体育精神的包容与温暖。吕梁市羽协副主席冯东辉说道：“此次赛事的举办既是对全市羽毛球运动发展成果的集中检阅，更是激发全民健身热情的重要载体。我们希望以赛为媒，吸引更多群众尤其是青少年拿起球拍，走进球场，在挥汗如雨间感受运动快乐，在切磋交流中传承体育精神，为推动我市群众体育事业高质量发展、建设‘健康吕梁’贡献羽毛球人坚实的力量。”

从《体育之研究》中悟中华武术之精神

□ 高宇峰

读完毛泽东同志于1917年发表在《新青年》上的《体育之研究》一文，结合百年中国的历史变迁与当今社会现实，更能体悟其“文明其精神，野蛮其体魄”核心论断的穿越性力量。文章将身体喻为承载德智的“车”与“舍”，直指“体魄不强，则德智无以依附”的根本命题。以此回望与审视中华武术，便知这一传统体育瑰宝绝非单纯的“打拳踢腿”技艺，而是在历史淬炼中形成的“体用不二”的生命实践，更是回应时代需求的精神滋养。

救亡图存：“体育救国”中武术的历史担当

1917年的中国正深陷“国力衰弱，武风不振，民族之体质日趋轻细”的危局，西方列强“东亚病夫”的污蔑如利刃刺心。毛泽东同志在《体育之研究》中疾呼体育的重要性，恰与当时“体育救国”思潮形成强烈共鸣，而武术则在这一历史语境中完成了从传统技击到民族复兴力量的关键转型。这一转型的核心是武术从个体防身技艺升华为群体强身救国的载体。1909年，英国大力士奥皮音在中国的演讲，激起了民众的爱国热情，成为1910年精武体操会成立的直接引线。精武会提出“爱国、修身、正义、助人”的宗旨，将“精”与“武”结合，明确以武术“泄此耻”“强国民”，孙中山两次视察并题词“尚武精神”，更凸显了武术在救亡图存中的战略价值，彼时的武术传承已超越技艺传授，成为爱国精神的培育场所。精武会创始人陈公哲说，其投身武术事业源于“爱国为心”，深知“无体育不足以强身，无体育不足以强民”。中共早期领导人陈延年1918年加入精武会，在武术训练中锤炼的意志品质，更成为其日后革命斗争的精神底色。这种将体魄锻炼与民

族命运绑定的传承逻辑，正是对毛泽东同志野蛮其体魄主张的生动实践，这种以武术回应外界羞辱的举动，完美呼应了《体育之研究》中“体育之效，至于强筋骨，因而增知识，因而调感情，因而强意志”的递进关系，使武术成为“体育救国”思潮中最具文化辨识度的实践路径。

具身实践：武术对传统哲学的彰显

毛泽东同志在《体育之研究》中暗含“动则健”的朴素认知，而武术则通过“内外兼修”的训练体系，将阴阳、天人合一等传统哲学成为看得见、摸得着的身体经验，形成了独具特色的“动的哲学”。这种“具身实践”让抽象哲学走出典籍，成为滋养身心的活的智慧。

太极拳的“刚柔相济、动静相融”堪称哲学身体化的典范。其“云手”招式的圆融轨迹，既是对天地循环的微观模拟，更是“阴阳平衡”辩证思维的肢体表达，起势时气沉丹田沉稳内敛，云手时舒展流动生阳外展。习练者在“以意导气，以气运身”的过程中，不仅能通过螺旋缠丝劲激活全身筋膜网络、提升神经肌肉协调性，更能在刚柔转换中体悟“一阴一阳之谓道”的宇宙观。这种“形神共养”的训练逻辑，将毛泽东同志“养乎吾生，乐乎吾心”的体育本质论具象化，实现了身体锻炼与哲学体悟的同步发生。

武术的“动的哲学”更体现在对“天人合一”的实践诠释中。站桩时要求“头正、颈直、含胸、拔背”，看似是体态规范，实则是让身体与“天行健”的自然节律对齐；长拳的“纵跃屈伸”模拟虎豹之姿，太极拳的“松静自然”呼应流水之态，都是在运动中建立人与天地的联结。现代研究证实，这种与自然节律契合的运动模式，能通过调节自主神经系统降低压力

激素水平、增强免疫功能，从科学层面印证了武术哲学的实践价值。而这种“在动中求静”“在身中见道”的训练逻辑，恰与《体育之研究》倡导的“主动体育”理念高度契合，彰显了中华武术对“动”的深刻理解。

体用不二：武术精神的时代转化

从救亡图存到强国建设，时代语境虽变，但毛泽东同志“欲文明其精神，先野蛮其体魄”的殷切期望从未过时。当今青少年面临的“营养过剩”与“运动匮乏”并存、“屏幕依赖”与精神浮躁共生的挑战，更需要武术“体用不二”的特质提供解决方案，以“体”的锤炼为基，达“用”的升华之境。

在“野蛮其体魄”层面，武术为对抗现代生活弊端提供了精准方案。针对青少年颈椎腰椎问题低龄化、体能下降等痛点，武术“外练筋骨皮”的训练能全面提升力量、耐力与协调性，“内练一口气”的调息功可优化心肺功能与循环系统。长期习练形成的规范体态，能有效矫正久坐低头导致的驼背、探颈等问题，而太极拳等慢运动形式，更成为快节奏生活中“未病先防”的健康智慧。这种对身体系统的系统性塑造，正是对精武会“野蛮其体魄”传统的当代延续，让“野蛮其体魄”有了可操作的实践路径。

在“文明其精神”层面，武术通过意志锤炼与价值引领实现灵魂塑造。“夏练三伏，冬练三九”的坚持，是对青少年毅力的极致打磨，千次重复的动作训练，能有效对抗“速成”心态与浮躁情绪，这与毛泽东同志所言“运动而有恒，第一能生兴趣，第二能生快乐”的规律高度契合。“习武先习德”的传承准则，将尊师重道、克己忍让的武德内化于心，成为抵御网

孝义崇文城市书房免费开放

本报讯（记者 王洋）连日来，孝义市崇文城市书房正式免费对外开放。作为该市新增的城市文化新名片，这座书房的启用，不仅为市民提供了便捷的阅读空间，更成为当地落实民生实事、完善公共文化服务体系的重要实践。

新建城市书房等公共文化空间，是2025年山西省政府确定的15件民生实事之一。此次开放的崇文城市书房，是孝义市图书馆分馆，其建设与运营，是孝义市委、市政府深入贯彻省级决策部署，健全现代公共文化服务体系的重要惠民工程，旨在让公共文化服务更贴近市民生活。

崇文城市书房坐落于崇文街小学西侧，占地面积300平方米。书房内部空间布局科学精巧，功能分区清晰明确，馆藏资源丰富多元，涵盖文学、历史、科普等多个领域，能满足不同年龄段、不同阅读需求的市民。在提供舒适阅读环境的基础上，书房还延伸了多元服务：不仅有精品咖啡供应、文创展示、办公自习等便捷功能区，还配备了数字化沉浸式体验设备，真正打造出一个集信息获取、文化体验、休闲娱乐于一体的综合文化服务平台。

“崇文城市书房以‘小而美、多维度’为设计理念，划分了四大特色功能区，分别是儿童阅读区、多功能活动区、静音自习区、文艺休闲区。”孝义市图书馆党支部书记武小燕介绍，书房已实现与孝义市图书馆“通借通还”，市民凭有效书证即可免费借阅书籍。“我们期待这里能成为大家的‘精神充电站’，欢迎广大市民前来读书打卡。”

络暴力、校园霸凌的精神屏障。而推手练习中“舍己从人”的智慧，对抗实战中“随机应变”的能力，更能培养青少年理性应对冲突、沉着解决问题的素养，让“有力量更懂克制”成为新时代的君子品格。在学武的艰苦磨炼中培养了青少年的斗争精神，不仅强调了体魄，也磨砺了意志。在套路演练、对抗实战与功法训练中，逐渐理解“迎难而上”的真正含义。懂得斗争不是好勇斗狠，而是敢于直面困难、善于策略应对。这种精神赋予他们不畏强敌、不惧失败的勇气，在学业、人际乃至未来人生的种种挑战中，能够主动出击、敢于面对。要鼓励和支持更多青少年走出教室，走进操场，走进武馆，不是为了成为侠客，而是为了成为一个体魄强健、精神刚毅、文化自信、富有责任感时代新人。

更深层的价值在于，武术通过基因的传递筑牢民族自信。从“白鹤亮翅”中体悟道家逍遥，从“金鸡独立”中感知阴阳平衡，青少年在招式习练中触摸的不仅是技艺，更是中华文明的精神内核。这种文化浸润能有效抵御外部文化崇拜，让“自强不息、厚德载物”的民族精神通过身体实践扎根生长，为“文化强国”培育有根的连接点。

百年前，武术在救亡图存中承载起“体育救国”的使命；今天，武术在强国建设中肩负着培育时代新人的责任。站在《体育之研究》的历史坐标回望，武术从来没有过时，而是鲜活的生命教育工程，它以“体”为基，锻造强健体魄；以“道”为魂，传承哲学智慧；以“德”为骨，涵养精神品格。鼓励青少年走进武馆、参与习武，正是让他们在一招一式中践行“文明其精神，野蛮其体魄”的真理，真正成长为体魄强健、精神刚毅、文化自信的时代新人，为民族未来筑牢最坚实的根基。