

以时光为勋章 活出30岁以后最美好的模样

“三十而励，三十而立，三十而骊”，芒果TV出品综艺《乘风破浪的姐姐》近日甫一上线，迅速成为周末热点话题。30位年龄在30岁以上的女艺人参加训练和考核，最终将有五人组成女团；而对于这些已有代表作傍身的姐姐们来说，她们本身比节目的赛制更有看点。她们用实力证明，无论30+还是50+的女人，照样可以光芒万丈、飞云踏海。

“我才不介意别人说我老，成熟也是美，时光也是我的勋章。”《乘风破浪的姐姐》中年龄最大的成员——出道36年、今年53岁的伊能静如是说。事实上这档综艺在尚未开播之前，就已“出圈”引起话题无数。这不仅是因为节目在选手定位上的创新，更在于切中了当下社会对大龄女性的新期待：谁说30+女性的人生主旋律不能是勃然奋励、立身立业？而这种追求不凡的精神也在鼓舞每个普通女性“乘风破浪”。

当年龄不再是舞台的禁区，她们从岁月跋涉而来绽放自信和坦然

近年来综艺节目中，“男团”“女团”选秀风生水起，越来越多青春靓丽的面孔出现在公众视野，20岁左右甚至十七八岁的练习生越来越成为荧屏主角。《乘风破浪的姐姐》却偏偏“逆龄”而行，告诉观众“女团”不只青春美少女这一种，女性的美也不止于“白瘦幼”。

节目中的郑希怡、袁咏琳、金晨、蓝盈莹等凭借专业、自信的唱跳表演绽放了魅力，与此同时，观众也能看到女明星们光鲜外表下的另一面。白冰坦言自己离婚后抚养孩子的心得，50岁的钟丽缇说起为维持身材的严苛日常，原来她们也会为平衡艺人、母亲、妻子等不同身份而焦虑。经历了人生的起起伏伏，姐姐们大方地在镜头前说“上了40岁不能熬夜”，甩掉高跟鞋赤足“溜达”，累了席地而坐甚至躺平，都是岁月赋予她们的自然和真实。

《乘风破浪的姐姐》之所以“好看”，还因为这些女艺人有着鲜明的个性锋芒。比如宁静，在开场自我介绍时说：“还要介绍我是谁？那我这几十年白干了”；比如张雨



绮，自认自己的唱跳才华被“扼杀”，“现在我换经纪团队了，所以我来了”；比如丁当，在微博上开怼给她打低分的评委，“如果这真的是您的成团标准，我尊重您的决定。那么还是赶紧把妹妹我淘汰了吧”……演惯“霸道总裁”的黄晓明在30位姐姐面前，也得战战兢兢做个“端水达人”。

是什么给了她们“敢”的资本？因为有底气——伊能静，四次入围戛纳主竞赛单元，唱跳演主持写作一个不落；宁静，国际A类电影节最佳女主角，金鸡百花双料影后；万茜，白玉兰最佳女主角、女配角提名；张雨绮，亚洲电影大奖最佳女配角……参与节目的姐姐们，大多已在事业上站稳了脚跟，至少有自己的代表作。粉丝一边自嘲“除了我们，姐姐什么都有了”，一边享受着“偶像太争气了怎么办”的自豪感。

从《淑女的品格》到《乘风破浪的姐姐》，大众传播赋予女性表达真我的新话筒

不止于《乘风破浪的姐姐》，这些年来，娱乐圈里对于30+女性自我成长的议题，总能在网络上引起强烈共鸣。比如去年，演员海清在某电影节上道出了中年女演员身处尴尬期的问题——在大多数国产剧的剧本里，中年女性的角色总是逃不开母亲、妻子和婆婆，这让很多渴望有所突破的中年女演员十分不甘。

在今天的大众传播时代，有越来越多的人逐渐认识到，媒介对

女性的建构是存在某种刻板印象的。正如波伏娃曾说过：“一个人并不是生而为女性，而是变成女性的。”可喜的是，大众传播赋予女性新的打破刻板印象、表达真我的言说方式。在2018年，就有女性网友自发脑补了一场大戏《淑女的品格》——剧中四个女主角美丽自由又多金，代表着新时代独立女性的崭新面貌。

正如网友所脑补的《淑女的品格》一样，《乘风破浪的姐姐》也寄托了女性试图重新书写自身社会形象的强烈愿望。随着女性经济地位、受教育程度的提高，单纯柔弱的小女生和委曲求全的小女人，如今已经不能满足很多女性心中想要成为的模样了。而一部分女性在现实生活中可能无法解决的困境，也“移情”到了这些参与影视剧、综艺的大龄女性身上。值得欣喜的是，眼下已有不少围绕女性成长的影视剧正在涌现，比如近期热播的《谁说我结不了婚》。

当我们在讨论《乘风破浪的姐姐》时，背后映射出的是如今备受关注的“女性成长”议题。无关年龄，无关胖瘦，无关婚否，能够活成自己接纳自己喜欢自己，是女性应有的权利。而每一个“她”在生活中所面临的更多真实困境，依然需要被不断正视并且改变。

明星推手坐上评委席，不服的不只是姐姐们

综艺《乘风破浪的姐姐》开播

后，各种相关话题迅速“升温”，而引起广泛讨论的不只“姐姐”们，还有身为导师之一的乐华娱乐创始人杜华。

其中实力派歌手丁当放声高歌《我是一只小小鸟》，声乐和舞台表现力都得分极高，偏偏杜华在个人特质和成团潜力上给她打了明显的低分。杜华给出的理由是，“唱得太好了，你就会显得别人太差了，所以放到团里反而是不和谐的”。之后，杜华还在节目中提出自己的选拔标准——“外形养眼，黄金比例，有基本功”“整齐划一，青春靓丽，漂亮美丽”。

当晚，歌手丁当通过微博发文喊话：“杜华老师，我在网上看到不少网友解读您的话，说您的意思是只有半吊子啥也干不好的才能成团，如果这真是您的成团标准，我尊重您的决定。那么还是赶紧把妹妹我淘汰了吧。”丁当直白“开怼”，迅速得到了广大网友的力挺。节目组也很快意识到这样的评分标准会遭到质疑，之后多次在屏幕上打出“仅代表杜华女士个人女团的标准”，被网友们嘲笑为“满满的求生欲”。

事实上作为乐华娱乐CEO，浸润行业多年的杜华，对青春男团、女团的培养机制不可谓不熟悉，旗下的艺人包括王一博、孟美岐、吴宣仪、程潇、李汶翰、乐华七子等流量偶像。然而，当她是流量偶像的标准来面对几十位在各自领域各有所长、早已达到“导师”甚至“名师”级的优秀选手，非但很难给出艺术指导性意见，反而将自身的学识和专业素养的短板暴露无遗。

回想从前，庾澄庆、黑楠、汪峰、金星、章子怡等资深专业人士出任评委，负责打分与点评，总让台上选手心服口服、获益匪浅；到如今流量明星推手上台，被成名多年的姐姐吐槽一句：打分的“不知道什么人”——可以说，评委人选的变迁折射出的正是近年来娱乐行业的蜕变——选秀节目，从专业赛事已变为收割流量和金钱的大型娱乐真人秀。当对流量和商业成功的渴望压倒一切，节目组的种种“求生伎俩”，也就不足为奇了。

文汇报



14日，湖南卫视第三季度全新综艺《运动吧少年》发布主视觉概念，揭开节目神秘面纱。据了解，节目预计7月播出，33位运动系少

年将炙热的夏天再添一把火。而全新的节目模式和风格也引发网友广泛关注，被指“难道是披荆斩棘的弟弟们要来了”？

从节目主视觉概念来看，整体设计以红、蓝为主色，强调了热血、年轻、自由的视觉基调，

同时画面还融合了电力装置、灯光牌、铆钉等元素，利落刚硬兼顾精致品质，呈现了体育竞技的硬核感，代表节目关于热血青春的理解和解读。节目的主视觉LOGO居左的图案是“S”和“1”两个字符组合而成。

据介绍，通过运动的经历、能力、理解和态度四个维度，《运动吧少年》耗时一年多的搜寻，集齐了33位代表。他们平均年龄22岁，身材挺拔，在运动方面更是能力与魅力兼具。

新快报

《运动吧少年》

33位运动系少年将展现体育竞技之路