

作别三年，今春又迎“百团大战”

荆桃枝头春意闹，梧桐道上纳新忙。“赴旦”2023年复旦大学百团大战社团招新节3月28日下午火热开幕，133家学生社团和2家高水平艺术团齐聚本部光草、枫林康草，赶赴阔别三年的盛宴。

演出、询问、探索、答题、抽奖、探索……现场以主舞台、上百家社团摊位、随机舞蹈专区和兑奖专区等多板块组成。舞蹈、歌唱、武术、脱口秀、乐器演奏、相声、朗诵、舞龙舞狮等表演轮番上场，思想政治、文化体育、学术科技、志愿公益、创新创业、自律互助六大类别，各绽其华，丰富同学们的“第二课堂”。

实习记者 黄婕 姚舟怡 谢鑫
本报记者 章佩林



澜湄长卷落成

一江春水入妙染，六国青年绘新篇。“澜沧江-湄公河青年合作长卷”落成仪式3月20日在复旦大学举行。相辉堂前春意盎然的草坪之上，长达50米的巨幅长卷树立其中，各国文化特色与澜湄合作项目通过流动蜿蜒的友谊长河连接、贯通，流向未来。复旦师生将长卷“搬到”线下，现场各国代表共同参与绘制，并为“澜湄青年合作友谊墙”落成剪彩。

“六个国家有很多共同点，我们克服了重重阻力取得了现在的成果。”经济学院泰国留学生陈至善现场分享创作灵感时很是自豪，以他为代表的澜湄各国代表在澜湄青年合作启动七周年之际，共同参与复旦策划主办的“澜沧江-湄公河青年合作长卷”创作绘画活动，六国共绘、友情情长，青年合作互信更加坚定。

活动于去年6月发布，各国代表以六国标志性的自然人文景观与澜湄青年合作发展历程中具有纪念意义的瞬间为主要元素，共同创作这副水彩长卷，展示近年来澜湄区域人文交流、高等教育合作、青年创新创业、跨国社会实践、高校智库网络等方面的成绩和贡献。

“六国一衣带水，友谊世代相传，希望更多校内外青年能通过友谊画卷主动加入流域青年交流大潮，成为推动六国内更多、更深入合作的朵朵浪花。”各国外交官表示这不仅是对六国青年的希冀，更是流域交流合作的美好祝愿。

长卷是六国青年文化交流的一个缩影。下一步，复旦将加强前瞻规划，完善综合协调合作机制；促进数字合作，构建现代人文交流平台；恢复线下交流，形成点面结合发展格局。更加务实、更加密切地推动澜湄青年合作事业取得新突破、新进步、新发展。

文/段宇涵 高登怀 马程铭

奥运冠军徐莉佳来校交流，寄语学子 找到你的热爱，努力成为佼佼者

每个人都是一本励志书。3月21日，徐莉佳带来“帆船教会我的那些事”对话讲座，讲述她的帆船人生，分享她的体育媒体事业和守护蔚蓝大海的初心。

她如何成为亚洲首位帆船奥运冠军？

“5岁时，因为太顽皮，父母给我报名参加游泳队。”每天放学后2个小时的游泳训练，一练就是5年。10岁那年，一位帆船教练来挑选学帆船的苗子，一眼相中她。从此，徐莉佳的人生和帆船捆绑在一起。在海上一路乘风破浪的她，最终摘得亚洲帆船历史上首枚、也是至今为止唯一的奥运金牌。

冠军光环无限，但比起天赋，她更强调后天的努力。“在帆船竞技上，我首先最大化自己的优势，运用到极致，把能赢下来的先放进‘口袋’里”，以稳取胜。“其次，也是我认为最重要的，是不断地训练，补足短板，才有稳步上升的综合实力。”

“船靠岸后我还能做什么？”

2017年，她因病停止运动生涯。选择成为媒体人，开启人生新副本，延续与奥运的奇缘。

做出这个决定之前，徐莉佳在南安普顿大学已攻读了近一年的国际管理专业。选择重新起步，她重考雅思、递交申请，成功转入英国索伦特大学专攻体育新闻播音专业。“想要在赛场外创造价值，应该做好前期准备。”一年间，她学习了拍摄、采访、主持、直播等实用技能，毕业后顺利成为全职媒体人。

在东京奥运会上，徐莉佳作为媒体人参与。通过身份转变，她直观地看到运动员这个群体的“幸福”。“作为运动员，可以专

注地在一件事情上做到极致，身边的团队，包括教练、陪练队员、科研人员、队医、体能训练师等，都是来助我实现奥运会冠军梦想的。”而成为媒体人后，她需要游走在各个场馆项目中，去采访报道运动员，拍短视频……徐莉佳很快适应新媒体端的工作，用更丰富的形式把真实的体育和体育人带到观众面前。在东京奥运会的20多天里，她瘦了10斤。

目前，徐莉佳已采访过百余名体育界的优秀运动员和教练，并创办广播节目《帆船佳音》《体坛佳音》，开设“徐莉佳传媒之声”公众号。“我想换一种方式陪伴热爱的帆船和体育，为体育事业出一份力。”

转型不限于此。儿时被暴风雨困于海上的经历，让她早早明白人类在大自然面前的渺小。参加各类世界环球帆船赛，更让她有机会前往大海深处，时常在海面看到漂浮的垃圾塑料袋、泛起肚皮的海洋生物，异味四处弥漫。“帆船人天然地有可能成为海洋卫士。相比较商船与科考船都有自己固定的航道，大海的很多海域可能只有赛船能抵达，我们可以看到更远的深海的真实情况。”

看到大海更真实的一面，与大自然有了更深的情感后，她加入世界环球帆船赛海洋卫士教育项目，成为海洋环保的一分子。

“大家猜猜塑料瓶在海里面降解要多久？”对话现场，徐莉佳娓娓道来“潜藏”的海洋污染。“塑料降解要三四百年，大多会慢慢降解成塑料微粒，被海洋生物吃进肚子，然后顺着食物链，进入人类的肚子。”她举起桌上的塑料瓶对同学们示意，希望大家在日常生活中采

取行动，为保护大海做出一些贡献。

在她看来，报道体育新鲜事、关注海洋保护议题，是探索人生边界的尝试，也是创造价值的另一种选择。

如何做选择？

“从中国冠军到亚洲冠军再到奥运冠军，您在运动生涯中取得了一个又一个成就。有时候成就可能会让人浮躁，您是如何克服的？”现场一位同学提问。

“走下领奖台，一切归零。”徐莉佳表示，首先全力以赴地专注到当下的目标，同时制定好下一个想要达成的目标，不让自己在完成阶段目标后陷入空虚，直至实现长期目标。

“我是一个不太愿意走出舒适区的人，没有勇气拓宽人生边界，面临人生方向选择时，我该如何抉择？”一位大一新生提问。“兴趣是最好的老师。”徐莉佳笑谈，“找到自己最感兴趣的某个行业、学科或领域，兴趣会自主地带领你不断地投入、精进，变得更好。”在帆船生涯中，她以兴趣为帆，抵达运动巅峰。

帆船之外的人生，不管是媒体行业还是环保方面，兴趣仍是她的最大驱动力。

2012年伦敦奥运会帆船决赛中，当所有的船只选择转向左边航程时，徐莉佳独自选择右边行驶。现场一位来复旦帆船协会的大三学生询问她如何下定决心并坚持到底。“可能在航线选择、抓风摆上我有一定的天赋，但更多的是背后的科研团队付出的努力。我掌握赛前准备的测风、测流、碎浪信息，包括场地以及当天竞争的对手，从而做出要往右航线走的判断。”在她身后，有一支来自复旦的科研团队，会提前在帆船比赛场地进行数据收集，为她选择走什么航线、走多远、走多久提供重要的参考信息。

“很高兴今天很多同学询问我许多关于生涯规划的问题，”给热情的同学们签名留念后，徐莉佳感慨，“迷茫是年轻人必经的一个心路历程，这个时候更要听听自己内心真正的声音，不要被外界所影响。”

本报记者 章佩林
实习记者 姚舟怡



徐莉佳寄语复旦学子：“找到你热爱的事情，投入时间，然后努力抓住机会成长为这一领域的佼佼者。”