

封面头条

“陈洲阳的吉尼斯世界纪录终于认证了。”7月24日晚,陈勇反复刷新手机后,确定女儿的三项世界纪录终于获得认证。15岁成都高一女生陈洲阳简单地庆祝了一下,然后继续写作业,但是嘴角的笑已经藏不住。

今年1月,陈洲阳接连创造了“下腰上下15级楼梯最快、三分钟后桥起立次数最多、20米下腰行走最快”三项吉尼斯世界纪录,并在半年后得到吉尼斯世界纪录官方认证,载入了官网。截至目前,这位柔术“天才少女”收获了7张吉尼斯世界纪录证书,是5项吉尼斯世界纪录的保持者。

从2019年第一次打破下腰叼花纪录,到如今再破纪录,她的生活有什么变化?对未来又有怎样的期待?8月27日,华西都市报、封面新闻记者敲开了陈洲阳的家门,探寻她的成长经历。

天赋异禀与勤学苦练

8月的成都,烈日炎炎,在户外站一会儿就会汗流浹背。陈洲阳的一天从清晨6点的长跑开始,随后就是练功。除了受伤等情况下,长跑和早晚两次练功是每天的必修课。

在家门前的小公园,陈洲阳在母亲周治美的辅助下开始热身。她把腰部打开到极致,然后做“趴前脸”动作,即倒立将脚翻到自己面前。这些动作旁人看着都疼,但陈洲阳早已驾轻就熟。

接下来,陈洲阳开始训练下腰叼花。和以往不同,这次她没有抱住双腿,仅靠腰部力量,向后仰头、下腰,叼起地上的花,又重新站起。这两天,她还正在下腰的基础上练习夹鸡蛋等新动作,准备再冲击新的纪录。

训练结束,在狭小的书桌前,陈洲阳端坐在当作凳子的床头柜上,开始阅读英语,完成暑假作业。“记英语单词和语法对我来讲还是有些头疼。”尽管学习成绩并不拔尖,但是她对学习的投入同样不减。直到结束一个小时的晚练功过后,午夜12点,陈洲阳才结束自己的一天。



陈洲阳展示自己学成的武术招式。

十五岁少女的『柔』与『刚』

收获七张吉尼斯世界纪录证书



陈洲阳展示最新获得的3张吉尼斯世界纪录证书,地上铺着她曾获得的吉尼斯世界纪录、欧尼森世界纪录证书。

柔术与武术融会贯通

8月初,陈洲阳参加了在乐山举行的2026年全国国防体育运动公开赛(四川站)。虽然此前学过武术,但她从未接触过八卦掌和棍术,为了这次比赛,她专程前往眉山接受了三周左右的训练,最终获得U18女子组八卦掌第一名和棍术第二名。

在几乎零经验的情况下,陈洲阳为何能取得这样的成绩?

陈洲阳的父亲陈勇曾向华西都市报、封面新闻记者介绍,从幼儿园开始,陈洲阳就积极参加学校的舞蹈等文艺活动,当时就展现出与众不同的柔韧性,可以后仰下腰。7岁那年,一个亲戚给她发了一条柔术的演示视频。没有指导老师,没有专门的器械,陈洲阳就在自家棚屋和门前小公园对着视频反复练习,最后竟无师自通,掌握了柔术。

2019年,陈洲阳受邀参加央视《非常6+1》栏目,展示下腰叼花。当时8岁的她,在一分钟内有效拾起20朵花,轻松打破该项目18朵花的吉尼斯世界纪录。“知道打破吉尼斯纪录以后,我激动得从一楼跑上二楼庆祝。”陈勇回忆说。

而说起如何“扒”视频,陈洲阳颇有心得,“我之前看过一些舞蹈老师怎么扒舞蹈,为什么他们跳得好看,因为老师会仔细把每个位置的动作角度、发力点都确定标准,才能展现出好看的效果。跟着老师学到这个方法后,自己就能主动理解和学习,然后再去找教练进一步指导动作。”

正是通过主动学习,她在柔术与武术之间找到了相通之处——柔术赋予她极致的身体延展与灵活,武术则锤炼她的力量与稳扎稳打的根基,“练过武术以后,腰腹力量练起来了,手臂也有劲了,对柔术训练也有帮助。”

柔与刚,就这样在陈洲阳的身上相互滋养:柔若无骨的舒展之下,是钢筋铁骨般的支撑力。刚柔相济,这正是她既能拿下柔术吉尼斯纪录,又能零基础夺得武术比赛冠军的秘诀。

蜗居里爱与支持不少

陈洲阳的家,在成都龙泉驿区一个小区的一楼,仅20余平方米的房间,虽狭小却干净敞亮。

周治美告诉记者,家里经济并不宽裕,房间里的空调是孩子的武术老师出钱购置的,折叠桌、饮水机等新家具电器,都来自社会各界爱心人士的帮助。

65岁的陈勇曾是上世纪八十年代的大学生,还曾当过化学老师。2014年从工厂下岗后,他带着10万元安置费来到龙泉。因为长年患病,陈勇不能承受高强度工作。周治美也有高血压、糖尿病,没有固定收入。一家人靠低保和亲友邻居接济维持生活,一切开支需要精打细算。

尽管家庭经济拮据,周治美和陈勇仍尽全力为女儿创造条件。陈洲阳上幼儿园时,家里咬牙送她上舞蹈班,为她打下了舞蹈的底子。上高中时,父母费尽力气,找到一所愿意免除她学杂费的私立学校,让女儿尽可能获得好的教育。过去曾有人找上门请陈洲阳参加商业演出,都被他们一一谢绝。

陈洲阳也很争气,在练功之外,她抓紧一切碎片时间弥补学业,刷题、背公式。功夫不负有心人,上学期期末,她总分提高了100多分,英语提升了30多分。

和同年龄的孩子一样,陈洲阳也有其他的兴趣爱好。除了柔术、武术、舞蹈,她还喜欢画画,喜欢在图画本描摹动漫游戏里靓丽的少女角色。画笔下的世界柔软而斑斓,那是她生活中温柔的出口。

“学习也好,练武练柔术也好,我们不图她非要出人头地,只要她顺其自然。希望她长大后,能有一技之长,养活自己。”周治美道出了对女儿最朴素的愿望。

听着母亲的话,陈洲阳默默点了点头。她心里一直记着母亲说过的话,做一个自立的人,长大了要回报社会,报答那些曾经帮助过自己的好心人。

知冷暖

成都市区天气情况



省内主要城市今明两日天气

马尔康	多云转阵雨	6-24℃	阵雨转多云	6-24℃
康定	阵雨	8-21℃	阵雨	10-22℃
西昌	多云	14-28℃	晴	15-30℃
攀枝花	多云	16-31℃	多云转晴	16-32℃
广元	晴	19-35℃	晴	19-34℃
绵阳	晴	21-34℃	晴	20-33℃
遂宁	多云转晴	21-35℃	晴	21-34℃
德阳	晴	20-34℃	晴	20-33℃
雅安	阴转晴	18-33℃	晴	19-30℃
乐山	多云转晴	21-34℃	晴	21-33℃
眉山	多云转晴	21-34℃	晴	21-33℃
资阳	多云转晴	21-35℃	晴	20-34℃
内江	多云转晴	21-35℃	晴	20-34℃
自贡	多云转晴	21-34℃	晴	20-34℃
宜宾	多云转晴	21-34℃	晴	20-34℃
泸州	多云转晴	21-34℃	晴	21-34℃
南充	晴	21-36℃	晴	20-35℃
广安	多云转晴	21-35℃	晴	20-34℃
巴中	晴	19-36℃	晴	18-35℃
达州	晴	20-36℃	晴	18-35℃

同呼吸

30日空气质量

成都(18时)

AQI 指数 45 空气质量:优

31日空气质量预报

成都主城区

AQI 指数 85—115

空气质量等级:良至轻度污染

成都平原部分城市为良至轻度污染;
川南部分及川东北部分城市为良至轻度污染;

盆地其余城市为优或良;
攀西地区和川西高原大部城市为优或良;
全省首要污染物以PM2.5为主。

(数据来源:各地生态环境部门官网)

16岁女孩车祸离世 母亲希望找到其遗落手机

目前定位到了手机位置但已被刷机

8月24日,一名16岁女孩在内江奥特莱斯广场旁遭遇车祸,次日不幸离世。事发之后,女孩随身携带的手机遗失在事故现场。手机里储存的生活照片,成为母亲思念女儿的寄托。苦寻无果,女孩的姐姐和母亲向多个平台求助,希望捡到手机的好心人能够归还,愿意给予酬谢。

29日,其亲属告诉记者,相关部门工作人员已经定位到了手机位置,但“手机已经被刷机,找到也没有意义了”。

“车祸现场当事人手机是否属案件证物?”“捡走不还是否违法”?记者咨询广东哲清律师事务所主任律师马俊哲。他指出,本案中,逝者遗落现场的手机权属归其法定继承人所有,属于合法私人财物。若手机内含定位、导航、通信记录等可还原事故经过的数据,可依法认定为交通事故案件关联物证,依法应当由公安机关提取留存;若仅存生活照片等纪念性内容,虽不属案件核心证据,但仍受法律保护。

马俊哲认为,依据民法典相关规定,拾得人拒不归还的行为,已构成侵占遗失物,家属可依法起诉要求返还原物;若因恶意刷机、删除数据造成影像资料灭失,还可主张财产及精神损害赔偿。 据四川日报微信公众号



陈洲阳尝试柔术的趴前脸,这个动作需要倒立将双脚固定在脸的前面。

实习生方心语 摄影报道
华西都市报封面新闻记者吉星