

“金池”“顶上佳”

第五届北部湾城市群洗夫人文化宣传大使选拔赛



# “金池”“顶上佳”第五届北部湾城市群洗夫人文化宣传大使选拔赛总决赛选手专访(一)



**参赛宣言:**  
我将以洗夫人为榜样,将“好心”精神传承下去,以实际行动践行廉洁文化,为建设美好茂名贡献力量,将“好心茂名”的文化之光照耀未来。

## 覃怡灵:以《花木兰》致敬洗夫人,诠释巾帼英雄风采

在即将举行的“金池”“顶上佳”第五届北部湾城市群洗夫人文化宣传大使选拔赛总决赛上,19岁的覃怡灵将带着她的朗诵作品《花木兰》蓄势待发。这位来自湖南张家界土家族女孩,目前就读于海南师范大学,将用自己的魅力诠释洗夫人文化的精髓。

从初赛到决赛,覃怡灵收获了丰富的舞台经验,也更加清晰地认识到自己的优势和不足。“每一步都充满挑战,但正是这些挑战让我不断突破自我。”在声乐上,她学会了更好地控制气息和把握音准;在民族舞上,她注重动作规范和韵律,提高了肢体表达能力。

总决赛上,覃怡灵将带来2分钟的朗诵作品《花木兰》,并融入武打动作。她透露:“希望更生动地展现花

木兰的英勇与坚韧,同时融入洗夫人‘巾帼不让须眉’的精神,传递爱国、奉献、正义的核心价值观。”她将巧妙地运用民族特色语言和动作,让观众深刻感受到巾帼英雄的魅力。

覃怡灵希望通过自己的努力,让更多人了解洗夫人文化,激励社会正能量。在她眼中,洗夫人是智慧和勇敢的象征,洗夫人热爱家乡、忠于国家、不畏艰险、勇于担当的精神值得每个人学习和传承。

总决赛在即,覃怡灵将以最佳状态迎接挑战,力度与韵律交织,传递洗夫人文化的力量,展现新时代女性的风采。

(茂名日报社全媒体记者 陈美任)



**参赛宣言:**  
任何托举我的高光,都是我不想失去的筹码。

## 陈嘉怡:创新表演形式 传播好心文化

“我想通过音乐和舞蹈的形式去讲述洗夫人的故事。”来自广东阳江的参赛选手陈嘉怡,在半决赛中凭借歌剧表演《哪儿去了,美好的时光》赢得了评委和观众的一致好评,成功晋级“金池”“顶上佳”第五届北部湾城市群洗夫人文化宣传大使选拔赛总决赛。

今年25岁的陈嘉怡就读于广东海洋大学。阳光开朗的她喜欢舞蹈、钢琴、朗诵、声乐等,曾获得2019年澳门国际艺术公开赛声乐银奖、2020年第三届CGS国际文化艺术节专业组美声唱法金奖等。

“洗夫人文化宣传大使选拔赛给予了大家展示自我的平台,通过参加洗夫人文化宣传大使选拔赛,不仅展现了自己的多才多艺一面,也传递了积极向上、勇于担当的青春正能量。”她表示,自己一直以来都很崇敬洗夫人。洗夫人生活于梁、陈、隋三个朝代,是我

国古代闻名遐迩的俚族女首领,她一生致力于维护祖国统一和民族团结,反对叛乱掠夺和贪暴,高瞻远瞩,有勇有谋,是一位卓越的女政治家和军事首领,促进民族的融合和地方经济发展。“非常感谢组委会在传承优秀传统文化的背景下搭建了这么优秀的平台,而我也希望通过创新表演形式,能够跨越时空的界限,让更多人感受到这位古代女英雄的智慧、勇气与爱国情怀。”

谈及接下来的总决赛,陈嘉怡表示,将珍惜每一次登上舞台机会,全力以赴展现最好的自己,同时也希望通过自己的表演,让更多人感受到洗夫人精神文化的魅力,激励更多人向上向善,共同为传承和弘扬中华优秀传统文化贡献力量。

(茂名日报社全媒体记者 黄宇彬)



**参赛宣言:**  
我待四方客,唯用一好心。

## 阮洛瑶:以好心文化舞出洗夫人英姿

岭南佳丽逐梦来,好心文化继世传。阮洛瑶,这位来自广东茂名,就读于广东茂名幼儿师范专科学校的19岁女孩,以“我待四方客,唯用一好心。”为参赛宣言,正准备在此次总决赛的舞台上绽放光彩。

在创作总决赛舞蹈作品《洗夫人出征》过程中,阮洛瑶将花枪这一传统元素融入舞蹈,以展现洗夫人年轻时英勇出征的女中豪杰形象。她坦言,花枪是较难掌控的道具,必须与舞蹈动作配合好。虽然这为表演带来了挑战,但也将让整个作品更生动有力。

对于洗夫人文化的认识,阮洛瑶有着自己的见解:“洗夫人以其能行军用师、筹略超群、信义卓著而德威

遍布,征服了南越的各个部落。”她将这种英雄气概和英姿飒爽融入自己的舞蹈作品中,让观众在欣赏舞蹈的同时,也能感受到洗夫人文化的魅力。

荣誉的积累,为阮洛瑶的参赛之路增添了信心。她曾参演作品《戏剧人生》荣获广东省群众艺术花会银奖,参演大型舞剧《浴血芳华》在广州成功公演,个人还在学校被评为青协优秀干部、三好学生并荣获一等奖学金等。

阮洛瑶的故事,是关于成长、自信、传承和创新的故事。在总决赛的舞台上,她将用自己的舞蹈,传递茂名“好心精神”,让洗夫人文化在新时代焕发新的光彩。

(茂名日报社全媒体记者 陈美任)



**参赛宣言:**  
通过本次比赛,我学习到洗夫人相关文化与知识。期望通过我的努力,让更多人了解并欣赏洗夫人文化的独特魅力。

## 张歆怡:以赛认识茂名,了解“好心精神”

张歆怡,来自湖南怀化的苗族少女,刚满18岁,就读于广东石油化工学院,刚结束大一的课程,能歌善舞的她一路过关斩将,在众多优秀参赛者当中杀出重围,站上了“金池”“顶上佳”第五届北部湾城市群洗夫人文化宣传大使选拔赛总决赛舞台。

张歆怡表示,在了解到这是一个蕴含着丰富人文历史底蕴的综合性比赛,她便直接报了名。“我很喜欢历史,这个比赛能让我认识‘洗夫人’,了解背后当地的历史文化。”进入总决赛的她参与了赛前采风,走访了中国荔枝博览馆、高凉古城、高州洗太庙等饱含茂名人文历史底蕴的景点,这让她对洗夫人文化有了更进一步的认识和理解。“这几天通过实地走访,我了解到了洗夫人伟大的生平事迹,还感受到茂名‘好心精神’在

不断传承与发展。”张歆怡表示,将继续查阅相关文献资料等方式去不断拓展洗夫人文化的掌握程度,弘扬“唯用一好心”精神。

一路走来,张歆怡收获的不仅仅是对“好心茂名”文化的感染,还有再次站上舞台的信心和勇气。爱好唱歌、跳舞的她,上高中前,是舞台表演的常客,还屡次获得金奖、银奖的好名次,但为了专注学业,高中后便不再参加比赛。如今,经过预赛、半决赛的成功过关,张歆怡已逐渐拾起自己的信心。“我给自己的目标是进入十强,希望能成功!”抱着紧张又期待的心情,张歆怡正日复一日地加强训练,准备在总决赛上放手一搏。

(茂名日报社全媒体记者 宁钰燕)