

在“社区大舞台”，打造“全民星阵容”



每周认认真真排练，只因心中的热爱，“舞蹈就像生命中的一束光”

每次涂上口红，画好眉，穿着漂亮的演出服，站在追光灯下，就是戴月娟最幸福的时刻，“舞蹈就像生命中的一束光。”

不久前，戴月娟带领定海路街道俏姐妹舞蹈队，以“杨浦第一”挺进2023年上海市民文化节长三角舞蹈大赛决赛，凭借《春游山塘》，获得“广场舞百强舞蹈队”称号。

身穿白色青花瓷纹样立领布衫，腰系靛蓝短裙，舞台上，“俏姐妹”们伴着音乐，温婉地演绎漫步江南的诗意。“今年夏天，也是跳的《春游山塘》，我们舞蹈队还拿下了2023年上

海市群文新人新作展评展演‘新作奖’。”说起团队近来取得的成绩，戴月娟满是自豪。

年龄超过50岁，大多数人没有舞蹈基础，每周认认真真排练，只因心中的热爱。一眨眼，14年过去了，这支杨浦“民星”舞蹈队，是如何炼成的？

“面对很大的挑战，也取得了很大的进步”

年轻时，戴月娟就有投身舞蹈行业的梦想，但出于种种原因，未能如愿。后来，她利用业余时间，参加各舞蹈团队的培训和演出，退休后进入东官艺术团深造。

“女性生来爱美，舞蹈，并非只是我一个人的梦想。何不让更多姐妹一起实现心中的舞蹈梦？”2009年，戴月娟把想法变成了现实，俏姐妹舞蹈队

应运而生，成员基本都是定海路社区居民。这样的“追梦之举”，不仅赢得了戴月娟家人的赞同，也获得了定海路街道的大力支持。

专业舞蹈老师有了，固定的排练场地和演出服也有了，“万事俱备”，“俏姐妹”的梦想就这样被点燃。

年龄超过50岁，且大多数人没有舞蹈基础是事实，而每周认认真真排练也是事实，“穿着美丽的服饰，在舞台上翩跹，仿佛重回少女时光。”说起每周练舞最憧憬的时刻，戴月娟的脸上露出了羞涩的笑。

零基础练舞，最大的挑战是什么？入队两年多的王云芳坦言：“悟性，还有社恐。”戴月娟对每位队员都有深入的观察：“以前没学过的人，动作要做到位比较困难。有基础的队

员，老师教一遍就会。像王云芳这样，恐怕要学五六遍，但她们学得很认真。”

在客厅竖一个支架，放上手机，把练舞的过程录下来反复看；对于舞蹈意境的理解，如何用手势、舞步展示出来，一再请教老师……渐渐地，王云芳的努力有了收获。丈夫是她练舞的忠实观众。“一开始，连他这个外行都说，动作太硬了，不好看。现在他会说，比以前有进步了，”王云芳说，“既然少女时的自己有过舞蹈梦，那就好好实现它。面对很大的挑战，也取得了很大的进步，我非常开心。”

从实验室走进舞蹈室，一跳就是十多年

队伍中，同样“面对很大挑战”的还有从实验室走进舞蹈室的顾玲娟。退休前，顾玲娟是上海理工大学光学与电子信息工程学院的副教授。

2012年，出于健康原因，想着跳舞能锻炼身体，顾玲娟找到戴月娟，请求加入队伍。“硕士研究生导师”顾玲娟面试过无数学生，但“舞蹈菜鸟”顾玲娟自己面试时，心里完全没底：“别说跳舞的基本功了，来的时候啥都不会。而且跳舞需要灵活，可我一脸严肃，哪里会什么顾盼生辉。”顾玲娟自嘲。

经验丰富的戴月娟，一开始确实没看上这位埋首学术圈的学员——“要不算了吧”“让我试试吧！我一定能学会的！”就这样，顾玲娟和“陌生”的舞蹈较起了真，周周末，天天练，一跳就是十多年。

“我学物理的，一天到晚泡在实验室，这辈子都没想过登上舞台。没想到，舞蹈真的改变了我。我原来走路是含着胸，现在都是挺着胸。跳舞不仅把我变美了，也让我的身体变好了。”如今，记者眼前的顾玲娟，跳起舞已是“顾盼生辉”。“我想，讲论文尚且不能太死板，何况跳舞呢？”

“你那么不容易，尚且坚持到现在，我为什么不能呢？”

身为领队，每一次看到大家化好妆穿上演出服，戴月娟都很有成就感。“我看见了队伍和队员们的成长。我一定会把她们带上更大的舞台。”

对于戴月娟来说，生活并不容易。丈夫长期卧床，至今已有20年，她承担了繁重的照料任务。是舞蹈，让她重温少女时的梦想和美好。

14年来，有人因为年龄原因退出，也有新鲜血液加入。如今的舞蹈队，队员稳定在30人左右，成绩亮眼：演出百余次，参加比赛数十场。其中，《湖畔渔歌》荣获上海市市民文化节太平洋杯广场舞大赛一等奖，《金色汤瓶》荣获全国金玉兰奖最高奖，《万泉河水》获上海市舞动精彩舞蹈大赛二等奖。

此次获奖的《春游山塘》，是舞蹈队现任指导老师万玮为“俏姐妹”排练

的第一支完整作品。这些“女将”的认真劲给他留下了深刻印象，“认真就能出好成绩。跳舞是一件很开心的事，我尽可能选择欢乐的舞蹈，让她们充分表达愉悦的心情。”

当初，戴月娟的坚持支撑着队员们的坚持，如今，队员们的坚持成了戴月娟的支撑。

旧改征收后，不少队员搬离了定海路街道，搬到了奉贤、松江、宝山……但她们依然每周赶来排练。万佩娣入队近十年，“我一开始搬到奉贤，现在住在曹路。但我就是喜欢回到老地方学舞。”跟记者说着，她笑着看看戴月娟：“你那么不容易，尚且坚持到现在，我为什么不能呢？”

有“专业选手”也有“民星”，社区里的纳凉晚会好戏连台，居民、留学生都赶来当观众

居民何先生家住四平路社区，8月26日晚，他带着6岁的外孙一起来到四平路街道社区文化活动中心，“八月晚风 清风送廉”2023年四平路街道第九届纳凉晚会在此举行。

上一秒还是红脸的关公，怒目圆睁，下一秒就成了笑脸的孙悟空，抓耳挠腮，台上的《花样变脸》看得观众们直呼过瘾。

“第一次参加这样的纳凉晚会，我觉得很好，很贴合民意，满足居民的需求。希望社区多开展此类活动，小朋友很喜欢。”何先生说。

二胡婉转、扬琴灵动、箫声悠扬，如绿波回滴，又如行云流水，与热闹的变脸形成鲜明反差的，是江南丝竹乐节目《云庆》。《云庆》由江南丝竹市级代表性传承人阮弘与四平老年江南丝竹队共同演奏。中国传统乐器“组团”，把江南水乡的秀美风景，铺陈在观众眼前。

杂技《倒立射箭》、舞蹈《灯火里的中国》、男声独唱《望乡》……晚会好戏连台。而且，表演者中不仅有“专业选手”，也有社区达人、高校学生等“民星”。

当被问及最喜欢什么节目时，何先生为《灯火里的中国》点赞。他告诉记者，这支舞蹈配乐、歌词到布景、舞姿，不仅好看，还充满着正能量，让他不禁回忆起一个月前与外孙的北京之旅。“7月，我们带外孙去了一趟北京，把天安门、故宫这些景点都逛了一遍，所以刚才一看到那个舞台布景，外孙就叫起来了，‘这不是人民大会堂吗，我们晚上看过的！’我想这也是对他的一种正能量教育。”

同济大学研究生舒雅来自哈萨克斯坦，一听说社区里有演出，就报名来看了。极具民族特色的表演，让她入迷。“我很喜欢这种表演，因为它生动演绎了中国文化，尤其是一开始的变脸，演员戴着传统面具跳舞，很有意思。”舒雅说。

■ 奚雨琪 何雅君 汤顺佳

