



↑商子在训练厅做练习前的准备。

➡商子在练习舞蹈动作。



芭蕾是足尖的艺术。

舞蹈曾给她带来伤痛

“很多女孩都做过成为舞蹈家的梦,我也不例外。”周商子说起自己的舞蹈梦,“我读小学时,在电视上偶然看见了杨丽萍的表演,当时就被她的美深深地震撼到了,看她舞蹈时,我深信不疑,她就是一只孔雀。我多想变得像她那样美啊!”这是一个小女孩对美的追求,从那时起,她就产生了强烈的学习舞蹈的愿望,并立志成为一名优秀的舞蹈家。

有梦想,接着便是付诸实践,“大概在3年级的时候,我开始学习中国舞和民族舞,我一直为自己的梦想付出不懈的努力,但天不遂人愿,在一次意外中,我的后腰和右脚背受了很严重的伤,就连日常的生活都受到了影响,被迫休养了两年,错过了五、六年级习舞的黄金时间。”周商子眼睛中闪过一丝不易察觉的落寞,她的舞蹈专业之路也随之断绝。

周商子现在是海南中学高一年的学生,她告诉记者,在被剪掉飞往梦想的翅膀之后,她曾感到十分痛苦。虽然年纪小,之前她却很有主见,“把未来规划得井井有条的我瞬间失去了方向,被一种迷茫之感缠绕,既无所适从,又无能为力。”她少年老成地说道,“感觉自己这辈子对任何事物的喜爱都不会甚于舞蹈了”。

梦想就是热爱,并且相信。

“上了初一之后,虽然后腰和脚背的伤痛还未痊愈,但我已迫不及待地想要重新开始习舞。”对于周商子而言,她是真的热爱舞蹈,发自内心地想去做好这件事,在同学的介绍下,她来到杨老师和钱老师的班里学习芭蕾。这是她第一次接触芭蕾,芭蕾为她打开了新的一扇门,“在此过程中,我发现芭蕾舞的学习很不一样。”

“如果舞蹈是跳给自己看的,不是表演,不是比赛,这是一个人对舞蹈艺术的热爱”,周商子的芭蕾舞老师杨老师告诉记者,“她是真的热爱芭蕾,有些孩子也爱芭蕾,但只是嘴上爱或者被家长逼着过来,商子不一样,她特别能吃苦,精益求精,每个动作都要求尽善尽美。”

在芭蕾世界里重新起飞

“我是初一才接触芭蕾,已经错过了学习芭蕾的黄金年龄,那些专业学习芭蕾的同学,都是四五岁就跟着杨老师学习了。”对此,周商子有些遗憾。

“我一开始练习阿拉贝斯时,后腿总抬不起来。尽管我每节课都努力尝试,却怎么也做不到。”芭蕾对身体素质与身体条件要求极高,没有童子功,自然要付出更多的努力。执着的周商子趁着暑假的空闲,每天上一节舞蹈课。海南的夏天非常热,再加上训练强度很大,一节课下来,她就像是洗了“桑拿浴”,趴过的地板全是汗迹,练功服更是能拧出水来。

班上有不少学生是芭蕾舞专业的学生,其中有一部分已经去了俄罗斯专业芭蕾舞

足尖芭蕾舞动梦想

文海南日报见习记者 徐晗溪 图海南日报记者 张杰



许多女孩心里都会有一个芭蕾梦。穿着漂亮的纱裙,昂着高傲的头,露出天鹅般的长颈,用足尖在舞台上翩翩起舞,就像是天鹅湖中优雅的公主。

芭蕾满足了女孩对公主梦的一切幻想。

然而,想象是丰满的,现实是骨感的,如果你明明知道自己永远不可能成为一个专业的芭蕾舞者,你还会坚持这个梦想吗?

对于周商子来说,这个答案是肯定的,她明明知道自己永远不可能成为一个专业的芭蕾舞者,但依然热爱并坚持着这个梦想。

院校深造。每年暑假,总会有一些“海归”回来继续跟着杨老师学习,周商子也会与这些同学一起训练。“看着身边的同学们去俄罗斯深造,我会感到羡慕。值得欣慰的是,随着对芭蕾更深入地学习,我对它的热爱也随之加深,我想我从中获得的快乐并不比她们少。”她说,回首往事,她觉得自己该感谢那时受的重伤,否则将没有机会接触芭蕾,不能去领略舞蹈的真谛。

提起芭蕾,周商子就滔滔不绝地说个不停,“如果舞蹈不够科学规范,常常会由于过分地追求技巧而忽视了舞者的身体健康,对舞者的身体造成损害。”走过弯路的周商子,不断强调健康的重要性,俨然一副“小专家”的范儿,腔调十足,“而一时练就的好身材也会在停止学习后迅速反弹。”这个爱舞蹈的小女孩始终坚持对美的追求。


“就像老师说的,不要说自己知道,就看能不能做到。”周商子解释道,芭蕾动作看着都很简单,就这么几个,但要做到位很困难很累,累才可能出效果。因此,每次课程结束前,杨老师都会问学生,“今天有谁没出汗”、“今天有谁的腿不疼”、“有没有浪费家长的钱”。

念念不忘必有回响

“你的腿要一直举着,不能放下来,就是抖,也不能放下来,就让腿实在坚持不住的时候,自己掉下来。”课下有同学问她怎样做好动作,周商子如是传授“秘籍”,“我以前坚持五分钟就会很累,后来我逼自己一把,坚持了十分钟,我也做到了,以后我每次都能坚持十分钟了”。

一份辛勤,一份收获,“两个月后,我成功地抬起了后腿。这让我感到十分惊喜,因为这是一个循序渐进的过程,并不是一夜之间就成功的了。”学习芭蕾的过程带给周商子的不仅是优美的形体,更有生活的认知,“这让我切实地体会到‘突破量的积累才能实现质的飞跃’这句话的含义”。

周商子很兴奋地分享自己学习芭蕾的感悟,“芭蕾舞有悠久的历史 and 广泛的传播范围,芭蕾舞的训练以保护舞者的身体健康为前提,提高舞者的身体素质,训练优美的形体,提升气质和审美能力,是一种全方位的训练。”受过伤的周商子重新在舞蹈中找到希望。

周商子是“00后”,学习舞蹈,却带给这个“00后”一种不一样的生活体验,“这个小经验对我的学业产生了不小的影响,它让我明白,学习也该是不懈的,我不会被眼前的艰难打倒,并且坚信,所有看起来不可逾越的困难,总有一天,都会在我的努力下烟消云散。”

付出汗水,才有收获。