

新大众文艺 我在场

街头领舞

礼仪舞者卢欢

以舞步迎接远方来客

海南日报全媒体记者 陈以祺

夜幕低垂，保亭七仙广场迎来一天中最热闹的时刻。保亭黎族苗族自治县民族歌舞团队长卢欢和队员们带着音响设备，准时抵达广场。当欢快的旋律响起，人群从四面八方汇于一处，手牵着手围成圆圈，踏着轻快的节拍，舞动前行，无论男女老少，都在充满动感的旋律中尽情舒展身体，脸上洋溢着笑容。

对当地人而言，这是再熟悉不过的场景。作为每年海南七仙温泉嬉水节的“重头戏”，保亭礼仪舞已成为当地节庆文化的重要符号。如今，在专业表演之外，它已成为群众日常休闲生活的一部分。

卢欢是黎族人，自幼喜欢跳舞。“小时候在村里看到叔叔和兄长们跳黎族传统舞蹈，很有节奏和力量感，对我吸引力很大。”

循着这份热爱，从学校毕业后，卢欢加入保亭民族歌舞团，走上了专业舞台。他曾参与大型原创民族舞剧《甘工鸟》的编排和演出，也在银川、延安等地表演黎族传统舞蹈钱铃舞。

几年前，歌舞团想进一步推广被人们视为“节庆舞蹈”的礼仪舞，让它融入市民游客的生活，发动演员去广场上跳舞、领舞，作为业务骨干的卢欢开始成为七仙广场一带的“常客”。

“礼仪舞不是固定的单一舞种，而是一种融合了黎族苗族传统舞蹈元素的表演形式。”卢欢介绍，除了“招财手”等基础动作，礼仪舞还融入了嬉水节“泼水”等动作和元素，很有地域特色。“这些动作简单易学，基本上在现场看几遍就能跟着跳。”

在卢欢看来，礼仪舞几乎没有门槛，不论本地居民还是远道而来的游客，不论老人还是小孩，都可以在简单的舞步中找到节奏，手拉着手融入“舞圈”，酣畅淋漓地跳一场。

与在舞台上表演不同，卢欢在广场上领舞更多感受到了一种松弛感。“跳礼仪舞时，大家可能素不相识，却手牵手围成一个大圈，好像把所有的心都连在了一起。”他说，礼仪舞是一种热情的舞蹈，可以发挥“黏合剂”的作用。当来自不同区域、不同年龄的人们随着同一节拍摆动，现场的氛围瞬间变得不一样了。

今年春节期间，保亭七仙广场的年味很浓。卢欢和团队



卢欢跳民族舞。

▶卢欢
我在七仙广场舞圈有个“亲友团”!

成员们身着绚丽的黎族传统服饰，在广场上领舞。许多外地游客被热闹场面吸引，不由自主地加入其中。

礼仪舞的推广，不仅温暖了游客，也悄然改变着当地人的生活方式。越来越多保亭人走出家门，在舞步中收获快乐，在律动中感受火热生活。“队伍中有不少人是在附近的居民，他们几乎每晚都来，已经成了广场上的‘熟面孔’。”卢欢笑道。



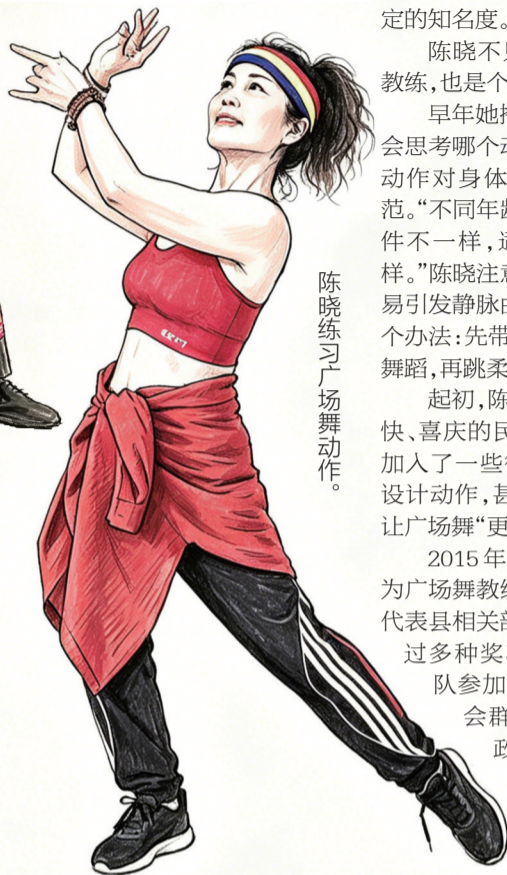
卢欢(中)在七仙广场跳礼仪舞。

在卢欢的带动下，他的母亲、兄长和弟弟组成了一个特殊的“亲友团”。相约去七仙广场跳舞，成了一家人交流感情、锻炼身体重要方式。“平时大家各忙各的，有空时一起跳跳舞，既能活动筋骨，又能交流感情，个人觉得比跑步、散步更有意思。”

如今，这个“亲友团”还在壮大。“许多亲戚朋友在微信朋友圈、视频号上看到我们的舞蹈视频后，专程赶来保亭，就为了参加嬉水节，跳一次礼仪舞。”卢欢说，礼仪舞已成为外界了解保亭的媒介之一。

为了让更多人看到礼仪舞，卢欢计划运营个人抖音账号，用短视频记录广场上的舞动瞬间，定格那些传递幸福的笑脸。☑

▶陈晓
我们舞蹈队也是志愿服务队!



陈晓练习广场舞动作。

定的知名度。

陈晓不只是一个“带跳”的教练，也是个爱琢磨的人。

早年她播放光盘学舞时，就会思考哪个动作对身体好，哪个动作对身体不好，慢慢调整规范。“不同年龄段的学员，身体条件不一样，适合的舞蹈也不一样。”陈晓注意到，长时间站立容易引发静脉曲张，于是她想了一个办法：先带大家跳健身塑形的舞蹈，再跳柔和的舞蹈。

起初，陈晓跳的大部分是欢快、喜庆的民族舞，后来她大胆加入了一些街舞元素，编队形，设计动作，甚至融入中国功夫，让广场舞“更炫更酷”。

2015年被陵水县文化馆聘为广场舞教练后，陈晓多次带队代表县相关部门参加比赛，获得过多种奖项。2018年，她带队参加海南省第五届运动会群众比赛，获得了县政府的奖励。她们跳的舞蹈《厉害了，我的国》编排精巧，豪迈而富有激情。陈晓

至今记得参赛的每一个环节，“在选拔赛阶段，一位叫林小燕的姐妹看完我们的表演，当场决定加入，从此爱上了广场舞。”

4年后，她带队去武汉参加全国广场舞决赛，获得中年A组小集体自选曲目一等奖、规定曲目二等奖。“比赛那两晚，我激动得怎么也睡不着。”她回忆道。

比荣誉更重要的是，那些被舞蹈改变的人生。陈晓常常提醒学员，科学锻炼很重要，跳广场舞也有误区，动作不对、呼吸不对，不但没好处，还伤身体。“跳舞这些年，我觉得自己最大的变化是心胸开阔了，小事从不计较。”陈晓的这份通透也感染了身边的人，她的亲戚、朋友一个接一个跟着跳起来。她的学员，有做生意的，有当老师的，来自各行各业。曾经的学员小婉，如今已经能当助教，她一直十分感激陈晓带她走上了舞蹈之路。

跟着陈晓跳舞的队员们还组建了志愿服务团队，她们一起当志愿者，做公益。“跳舞不仅让我身体变好了，还助我融入集体，大家一起做点有意义的事。”广场舞爱好者李燕说。

最让陈晓感动的是队员们的热情。2018年备战省运会群众比赛时，十来天要练好两支舞，时间紧、压力大。陈晓坦言，她一度想过放弃，但队员们像打了鸡血一样兴奋，练了一遍又一遍，最终拿了奖，“大家对舞蹈的那份热爱，真的感动到我了。”

因为对广场舞的喜爱，一群原本不认识的人聚在一起，凝成一个团队，她们一起在四季轮回中追寻节拍，寻找生活的答案。陈晓觉得，现在的生活很充实、很满足，“广场舞，我还要一直跳下去!”☑



陈晓(前排右一)带队参加广场舞比赛。

广场舞者陈晓

舞蹈让我心胸开阔

海南日报全媒体记者 王迎春