

信息时报：为什么想学现代舞？

黄女士：我从小就喜欢跳舞，只不过小时候家在县城，没有机会接触专业的老师。后来到了广州，进了美院，那时候现代舞团和美院有一些来往，有演出的时候总会送票过来。我的领导拿了票也不知道给谁。不过同事都知道我会跳舞，所以领导一般都把票给我。

现代舞太让我惊讶了，自由，遥远，抽象，我梦想自己也能上台。

信息时报：学现代舞最大的乐趣是什么？

黄女士：排解烦恼，我很陶醉在镜子里的自己，把内心的痛苦发泄出来。

信息时报：有什么困难呢？

黄女士：技巧方面的，有的动作做不到，但是我觉得没什么，状态到了就行。

信息时报：喜欢什么样的老师？

黄女士：即兴、大胆去跳。

信息时报：经常看现代舞吗？

黄女士：不是所有的作品都看，理解多了，就会有选择的看。我个人还是比较喜欢唯美的。

信息时报：还有学其他舞吗？

黄女士：民族，芭蕾，古典都有学，还有国标，不过我不太喜欢国标。

黄女士

喜欢的舞者：龙云娜
学现代舞的时间：2年多
职业：美术老师
年龄：70年代



▲ 这是个特别累人的动作，起脚，拉身，手臂伸直，身体向后延伸。记者坐在排练室后的椅子上，张力扑面而来。

▼ 热身运动开始了。打开 CD 机，跟着音乐一起舒展身体。



在这段双人舞中，黄女士愤怒的压倒对手，赢得对斗。
林小怡摄

身体条件好不好，并不是学现代舞的最大限制。“只要对现代舞感兴趣，什么人都可以来跳，关键是能不能坚持。”在广州颇有名气的现代舞者龙云娜说。她的云娜舞蹈工作室现在已经有 200 多人来学现代舞，“能坚持下来的，会看到他们的变化。有的人一开始来的时候很小心翼翼，后来也慢慢放开了。现代舞真的需要时间，才能体会到其中的东西。”

很多学现代舞时间

比较长的人，都有和龙云娜同样的感受。“刚开始，就是觉得现代舞挺酷的，很想去学。”小成说。“当你特别喜欢一样东西的时候，发现自己做不好，真的挺失落的。”看到老师优美的舞姿，小成有点急，想和老师做得一样好。不过，乐趣终究大过沮丧，“学现代舞并不是为了表演，而是通过某种方式表达人生。现代舞没有固定的模式和表现形式，靠自己去感受。对于喜欢跳舞的人，就是在享受。”

他记得

300 多个学员的名字

星期天下午，七八个人陆续来到现代舞团的小教室，欧阳文亮老师穿着宽松的白色 T 恤，带大家做热身运动。小成迟到了一小会儿，赶紧跑进里间换衣服。

“他们工作都很忙，能有时间来跳舞很不容易。”欧阳文亮是培训中心的经理，300 多个学员没有一个他不认识，能叫出名字。“并不是一下子来了几百人，从咨询、报名到上课，每个人来学舞之前，都经过了一段时间，所以都认识。”

小成在外企的人力资源部门

工作，业余时间并不多。“有的时候，我下午来跳舞，晚上回家继续工作到深夜。不管多忙，我一定会安排时间来跳舞。”

“培训中心有很多好老师，他们对现代舞都很有热情。”这些老师对现代舞的执着，也是小成坚持跳舞的动力之一。“跳了现代舞，你就知道一个好老师有多重要。”和黄女士一样，小成跟欧阳老师学舞的时间最长，她也很喜欢这位老师。“欧阳会给你很多鼓励，让你有信心跳下去。没有好老师，我绝不可能坚持到现在。”

▼ “注意腿的动作。”这个贴地伦腿的动作，没点儿技巧还真做不好。右下角那个就是小成，她跳得挺不错。



“你必须跳出自己的感受”

现代舞和我们的感觉，究竟有什么联系？在一场名为《眺》的演出中，黄女士要扮演的一个“强势的，压倒别人的”角色。没有规定的动作，欧阳文亮只告诉大家，“你们在那个位置，跳出什么感觉”，他说，“跳现代舞有很多空间，你必须跳出自己的感受。”

对黄女士来说，那个角色其实并不好扮演。“生活中，我是一个很温和的人，愤怒要怎么表达，我并不是太懂。”但那时候，黄女士的生活经历了一次大的变动：离

婚，这场现代舞恰好应了她的心情。

有两个场景令她印象特别深刻。一个是一场双人舞，“一开始，我们互相观察，后来变成对斗，我要压退她，跳出发怒、生气的感觉。恰好和我离婚时的愤怒相同。”而另一个场景是她在观望，一种“寻找新希望”的感觉，像重归单身后的心情。

后来，黄女士在培训中心的博客“来跳现代舞吧！”中留言说，“现代舞陪我度过了最悲痛的时期……只有跳舞的时候才得到解脱！”

老师说：

现代舞是一种思维方式

学现代舞最大的困难是什么？欧阳文亮觉得是“不理解”。“现代舞不是单纯的运动，而是一种思维方式，如果非要用一句话来说，什么是现代舞？那么，只要是原创的、有个性的、有时代性的，都叫现代舞。”

自从学了现代舞之

后，很多人都成了广州现代舞演出的“铁杆粉丝”。就像小成，几乎每一次演出她都会去看。“慢慢的，我开始理解他们为什么要那样跳，做那个动作想表达什么。”说起中国的舞者和他们的舞蹈，她觉得很遗憾，“以前的那些现代舞都没有被记录下，很可惜，

这都是中国现代舞的历史啊！”

现代舞对理解能力的要求，让欧阳文亮看到了这样一个现象：年龄大的人跳得好。为什么呢？“我觉得一个是因为年龄大的人有时间来学舞，另一个就是阅历。”

有意思的是，学现代

舞的人大概能“一分为二”，一是看过现代舞，惊异“原来舞还可以这样跳！”，从此关注现代舞，另一边呢，则是原本就对多样的艺术形式感兴趣。

这似乎预示了一种趋势：在现代舞没有界限的舞台上，会有更多的人出现。

《眺》：

我和你，我和你们，我们和你们，你和我们

每年的 11 月，现代舞团的学员都要进行一次年度演出“舞动缤纷 11 月”。小成和黄女士都参加了演出《眺》。

《眺》想说的人和人的关系。这个问题看上去空而泛，且被讨论了很多很多次，但我们所追求的也许不是结论，而是在不同的人际关系中，我的感觉是什么？

欧阳文亮说了这么一个场景：当舞台空出，独留灯光，观众席中站起一个女孩儿。她既是演员，也是观众，出神地望着空荡荡的舞台，给大家这样一个思考：你想看到什么？

我们看我所想看，听我所想听，感受我所想感受。

所以，“舞动缤纷 11 月”拉拢了更多的观众，甚至说不缺观众，因为他们看到身边熟悉的家人、朋友、同事站在舞台上，用自己的体验带动身体时，现代舞的“现代与自由”打动了他们。