



身体越舞越健康 日子越舞越红火 这支村嫂舞龙队 英姿飒爽不让须眉

本报记者 洪 游

“又要去表演了,我们该不会是出名了吧?”近日,桐乡市濮院镇新联村的村嫂舞龙队在当地“红了”,不论是濮院镇第三届非物质文化遗产艺术节,还是桐乡市“我们的村晚”文艺演出的现场,都能看到她们的身影。

人群之中,伴随着铿锵有力的锣鼓声,近20米长的“金龙”在村嫂舞龙队的挥舞下活灵活现、栩栩如生。长龙追逐着龙珠,尽情地飞跃、翻腾、游动,这喜庆热闹的场景引得围观的百姓纷纷叫好。村嫂们对“金龙”驾轻就熟,配合默契,让人丝毫都看不出来,这是一支组建不过半年的舞龙队。



灵光乍现,群起响应顺利组队

别看这是一支村嫂舞龙队,可队伍的负责人却是一名90后。出生于1993年的沈龙是新联村本地人,同时也是村子里的文化管理员。说起组建舞龙队,沈龙其实谋划了许久,只是,原本他计划的是组建一支男子舞龙队。

正当沈龙还在筹谋时,一天,母亲抱着他三岁多的宝宝和他闲聊道,“村里像我这样帮着带孩子的奶奶级村妇可不少,大家总喜欢聚在一起聊聊天。”

此话一出,点醒了沈龙。于是,沈龙主动拜访了村中几位文艺爱好者,号召村嫂们响应这个尚不成熟的提议。

“关于女子舞龙队,也是我一时



兴起,当我把告示发出去时,还真担心没人愿意来参与。”不过,很快沈龙的顾虑被打消了。“第一次开会,就来

了20多位村嫂,那踊跃的劲头出乎我的意料。”经过选拔,村嫂舞龙队最终确定了11名初创成员。

规范训练,村嫂舞龙队成乡间靓丽风景

沈龙看着大家一张张熟悉的笑脸,以及大家身上的那股子劲儿,让他对舞龙队的未来充满信心。队伍拉起来了,沈龙很快又向村里、镇上申请了经费支持,将设备、服装采购起来,这就开练!

此后,村子里的文化礼堂越发热闹起来,来来往往总能看见村嫂们训练的身影。“大家白天忙家务、带孩

子,晚饭后,孩子们都回来了,他们边抽出空来赶来训练。为此,我们还专门请了专业的舞龙教练给大家指导。”每次训练,沈龙都会在侧,眼看着队伍一点点成长进步。

舞龙不仅仅是体力活,更是技术活,由于队伍里全是女性,要把长龙挥舞得翻转自如、活灵活现,并不轻松。平日里训练更是费时费劲,沈龙

有时候都担心这些长辈们会不会累着,可是,舞龙队的成员们可比他想象中的更要强,沈龙甚至从她们身上,看到了铿锵玫瑰的熠熠光辉。“尤其是到了要外出演出的时候,大家更加合理安排,自觉加练,谁都不想因为自己的原因,耽误了整支队伍的进程。”对于队员们自觉遵守训练的规章制度,沈龙十分感动。

步履不停,从文化礼堂走向更大舞台

村嫂们越舞越起劲,这舞龙队的走位和造型也开始有模有样起来。最让人高兴的是,短短半年时间,大家伙儿都发现各自的身体似乎也比舞龙之前更加灵敏矫健。“队员们的家属看到她们不仅找到了自己的兴趣爱好,更加锻炼了身体,对舞龙队很支持。”对

此,沈龙很欣慰。

沈龙还发现,村嫂们身上的表现欲似乎被极大地激发出来。只要一开舞龙,她们巾帼不让须眉,在力量与技术的协调中,通过刚柔相济的表演,展现出独具魅力的风采。

沈龙带着队伍接连在濮院镇第

三届非物质文化遗产艺术节和桐乡市“我们的村晚”文艺演出上“露了一手”,收获了不少好评。而如今,想要报名舞龙队的村民不在少数。沈龙计划,等到时机成熟,还会组织第二支村嫂舞龙队,让更多村民能够享受到传统文化的乐

自带高技能光环,桐乡有位了不得的民间体育达人 陈国明在舞动中传承非遗文化

非遗之于桐乡大麻镇,是一份记忆,也是一份乡愁。在绵长的岁月里,它留在了大麻人的记忆里。而如今,这份记忆又被重新唤醒了。

本月中旬,大麻“非遗闹春”民俗荟活动将上演,舞方天戟嘉兴市级传承人、大麻镇光明村方天戟表演队队长陈国明趁着闲暇的时光,时不时拿出方天戟为民俗荟活动热热身。

这个从记忆深处走来的非遗文化,有着这方水土百姓的认同和归属。高高瘦瘦的陈国明,已经50多岁,不过舞起长3.97米、重33.5公斤的方天戟依旧轻盈自如。“从20多岁开始,舞了20多年有感情了,感觉手中的方天戟如同老友般,彼此相知相伴。”

大麻镇的舞方天戟是省级非遗项目。陈国明小时候就看着祖父舞方天戟,一招一式,颇有武者风范,心里甚

是羡慕。很多年过去了,陈国明长成了小伙子,跟着父亲陈松泉舞方天戟,成了他记忆深处最妙时光。

“方天戟重,两头重量不均衡。”没有基本功的陈国明拿了家里的门把,模仿着父亲和祖父的模样,一板一眼地舞动起来。“刚开始哪里会,没动两下就磕到身体了。”陈国明回忆年轻时的场景,仿若昨天。

直到拿着门把练娴熟了,陈国明才有机会从父亲手中接过方天戟。“真的不好舞,我那时常常受伤,但兴致很高。”陈国明说,从小就耳濡目染,哪怕受伤也是乐此不疲,非遗文化也在他的心里扎根萌芽。

“要舞起来讲究技巧,开四门、盘腰、托双花三个动作,没有练过万万不能硬着来。”陈国明笑着介绍,最难忘的是早些年去嘉兴比赛,参赛的县

市区都拿出了“拳头”项目,大家参赛的劲头很足,后来果真拿了一个金奖回来。“我们都很开心,如此一来劲头更足了。”

这几年,传统文化愈发浓郁,陈国明外出表演、比赛的机会越来越多,可他不抱怨外出表演耽误了自己做生意。“我们都很喜欢,也愿意出门和大家切磋,生意少做点不打紧。”

非遗文化,好比活化石,需要传承才能弥久常新。陈国明在享受表演的同时,也将这一非遗项目传给了家人。“我从小就听祖父讲方天戟的由来,看他们表演,到了我这辈也常常讲给孩子们听,孩子们很喜欢。”陈国明说,早几年他还给家里的小辈们做了缩小版的方天戟,让他们学着大人的模样舞起来。



“如今兄弟家的孩子都已跟着我上台表演了。”陈国明说,这几年,他还走进大麻中心学校,手把手教会体育老师舞方天戟的诀窍,好让孩子们了解方天戟、传承方天戟,让大麻的非遗文化根植于娃娃们心中。

(通讯员 朱方红)