

陈全清老师网上教新舞

邹少男

由于新冠病毒的肆虐,泰森公寓的舞友们跳舞活动停顿了一年多。到去年六月州长“居家令”解禁,公寓多功能厅开放时,大家才又高兴的把以前跳过的舞蹈捡起来跳。有梁老师教的华尔兹慢三,乐曲《初恋的地方》;李庆宪老师教的慢三健身交谊舞,乐曲《心中的玫瑰》,及交谊舞慢四,乐曲《花树——等风等雨我等你》。有几位新舞友,就从头学起,她们学习很投入,终于在排练时达到闻乐起舞,整齐划一程度。

跳着跳着,又同时萌生学跳新舞蹈的愿望。可现实是,在疫情期间,找人教或走出去学,无疑都是非分之想。于是几个人从网上找到两段慢三舞蹈视频,反复观摩研究,推敲取舍,编排出一套新的慢三,乐曲《夜色》。并把每个节拍舞步出脚、进退、转向等,写满7页纸,拍照后发送给大家,各自抽空预习。在大厅里练习时,把这些纸贴在墙上,方便查看。

跳自编的新舞,并没有抑制另学新舞蹈的强烈欲望。一天我看看大厅墙上挂的一部大屏幕电视机,突然醒悟:这么好的条件,何不请老师在网上教舞?并顿时想到了陈全清老师。一经提出,陈老师爽快答应,同时也接受学跳慢四,乐曲《梅花泪》的提议。

很快她就发来先生 Glenn 编的 Zoom 号及密码。于是陈老师网上教舞于 2021 年 11 月 8 日开课。

慢四《梅花泪》是双人表演的舞姿和套路都非常优美的舞蹈,是我从微信上获取的。但陈老师对胡琴演奏乐曲不满意,让我另找人员演唱的歌曲。在我提供的两首歌曲中,她选择由文希演唱,必圣编辑的有活动画面的视频。

陈老师擅长编导大型集体舞。她十多年来编导由我们表演的慢三,夕阳友谊圆舞曲《浪漫的草原》,扇子舞,乐曲《祝福祖国》有 16 人出场;西班牙斗牛舞,乐曲《西班牙斗牛舞》,水兵舞,乐曲《阿哥阿妹》有 12 人出场;慢三,乐曲《手心里的温柔》有 8 人出场。本次的《梅花泪》有 10 人出场;陈老师编导这些集体舞,可谓用心力,精雕细琢;花样造型优美,变换流畅;进场退场形式新颖别致,动人心弦。

《梅花泪》这一寻常的双人舞,经陈老师巧妙构思,一幅场面宏大,延续并发展了她以往编导的集体舞精华的大型舞,就应运而生。

慢四,乐曲《梅花泪》,整体场面展现五大造型。

一是出场新颖亮眼。音乐起,在舞台底线的右角,5 对舞者牵手依次间隔等距按反时针出场,围成一个五边形的圈。

二是在舞台中间变换成横排。

三是在舞台中间变换成竖排。

四是在舞台底线变换成横排。

五是在舞台最前面变换成横排,并谢幕。

质量出在细节上,陈老师在细节上下足了功夫。她之所以把舞蹈原来的纯乐曲换成歌曲,就是要用女声唱词的一些字为标记,来提示大家变换舞步,确保动作准确、整齐。诸如此类,枚不胜举。

这次上网课共 20 次,40 左右学时。12 月 21 日录像验收,成果令人满意。这也是陈老师敬业、专业、执着、奉献的结晶。该舞施教难度大:首先,施教对象百分之九十是 72 至 80 岁的老人,没有记忆的优势,学习较费劲;其次,她没有舞伴配合,男女舞步交替示范,很费神;三是因联网视频角度原因,有时她不得不跪在地上演示,才能让大家看清楚。情景令人感动。

老师教的好,学者也很投入。有的下课了仍留在现场练习;有的在自家狭窄居室里复习;有的在楼顶层电梯门前接待厅旁边

练;缺课的积极找人补课;有的怕缺课,两次变更看医生的预约;还有的在老师给出的舞步与音乐歌词相对应一些字的基础上,自己又找出一些舞步与音乐相对应的字,写出来拍照片发给大家,这对增强记忆及动作协调一致,大有裨益;有的把老师最后总结提出的十几个问题,录音并整理出文字,供大家在验收录像前,都逐条予以纠正。

圣诞节前夕,舞友群向陈老师致意:“疫情期间,我们的文艺活动匮乏、单调。您不辞辛苦,在网上教我们学新舞。您认真之至,耐心之至,使我们获益匪浅。我们由衷的感谢您的付出!值此圣诞元旦佳节即将来临之际,祝您及家人节日愉快!”

她回应道:“您们太客气了!一起在网上跳舞,让我也收获很多快乐!您们的高素质,感动了我,激励着我!我从您们身上学到了很多,我真诚地感谢您们!”“您们是一个很优秀的团队,和您们一起跳舞也是对我单调生活的弥补,谢谢您们的真情厚意!下一步您们想学什么舞,尽管提出来,我会以大家开心满意为目的。”

2022年1月2日

陈全清老师网上教新舞 <https://www.youtube.com/watch?v=NPoGZytP2sl>慢四 大型集体舞,乐曲《梅花泪》网址 <https://youtu.be/e94X4rcHGy0>

小酌时光

匆匆地赶路,见路边有一爬满青藤的小院。无意间朝院内瞭了一眼,见青藤攀缠的架下有一男子正在小酌。小小的桌上,一盘小炒,一碟花生米,男人端着青瓷的小杯轻啜,一脸享受。

忽然就感觉心里暖暖的,像照在那个男人脸上的一抹夕阳。不由放慢脚步,将这一幅闲适的生活图景印在心里。



人到中年,在这个物欲的社会,感觉生活的压力越来越重,总是脚步匆匆,日日在熙熙攘攘的生活里奔波。就像是被洪流挟裹着的一粒沙子,不得停歇,幻想着有朝一日会栖落在一片绿洲,享受所谓美好的日子。

那个青藤小院内的场景,竟让我忽有所悟。原来,安闲的生活不在于我们是否到达那个设定的结果,也不在于我们最终拥有了什么,得到了多少。而就在我们日日走过的时光里,在于我们内心对生活的感受。

想起耳熟能详的那个中外老太婆的故事。中国老太婆一生辛苦劳累,到老了,终于买起一所房子,可她没能在新房子里享受多少日子就到了生命的终点。西方老太婆在她年轻时举债买了房子,老了,房贷还清了,可她已在自己的房子里享受了一生安逸舒适的生活。

我们奢望着成功、富有,乃至纸醉金迷的生活,这当然没有什么不对。但我们又经常听到那些成功人士的心声:多么想过普通人安闲平淡的生活。因为,成功的背后往往是巨大的艰辛,以及外在和内心强迫自己不能停歇的压力。

有压力当然好,它是个人和社会前进的动力。但我们不能忘记,我们最终的目的是要享受生活。让人们享受幸福安逸的生活,也是国家和社会的奋斗目标。我们像沙子一样向往着绿洲乃至大海。但是,在滔滔的洪流中,别忘了在江河的床滩上停留,聆听浅水流淌的美妙之音,别忘了夹岸的风景也是风光无限。

在匆匆的旅行间作一停留,在爬满青藤的时光小院小酌一杯人生。原来,生活和奋斗的中间也有美妙美好的安逸时光。

红蜻蜓

方华

“晚霞中的红蜻蜓,请你告诉我,童年时代遇到你,那是哪一天?”《红蜻蜓》这首歌曲虽短小,但歌词清新,旋律优美。每当那抒情的曲调在我心头流淌,总把我带回美好的童年时光。

在乡野生长过的童年,谁没有过捉蜻蜓的经历?或是伸着小手,蹑手蹑脚地走近一只停歇在草尖上的春天;或是在打谷场上挥舞着一把大扫帚,追赶着在夏日下成群飞舞的小精灵;或是在山林里举着网罩,跟着一双透明的翅膀在枝叶间筛下的秋阳中奔跑……

五颜六色的蜻蜓,最爱红蜻蜓。它比一般的蜻蜓显得娇小,玲珑可爱,鲜艳耀眼。如果说,那在蓝天绿草地上飞舞的蜻蜓,是懵懂童年那小心灵里潜藏的飞舞之梦,那红色的蜻蜓,便是童年梦想里一个鲜艳的主题。

“拿起小篮来到山上,桑树绿如阴,采到桑果放进小篮,难道是梦影?”在《红蜻蜓》的歌声里,想起故乡那如阴的山坡,草木繁茂的田野。

记得村中有一小女孩,双眼几近盲瞎,写下巴掌大的“山石水火土”,也要将白纸贴到眼前才能看得见。有一天,我看见她小心翼翼地在草丛中行走,伸着手,拇指和食指张开。而她面前的草茎上,竟停着一只红蜻蜓。几乎就在我和小伙伴们发出惊呼的同时,她的双指合拢,将蜻蜓捏在了手中。红蜻蜓在她的手中扑闪着,她举着那只蜻蜓朝我们,狂喜地喊着:“红蜻蜓,红蜻蜓,我捉到了红蜻蜓!”现在回想,她捉到的那只红蜻

蜓,是她整个童年的梦影与欢快吧?

“十五岁的小姐姐,嫁到远方,别了故乡久久不能回,音信也渺茫。”《红蜻蜓》的歌声里有一丝甜蜜里掺杂的忧伤。想我离开故乡已有几十年,那个捉到红蜻蜓的盲女孩也该是早已嫁作他人妇。只是这渺茫的音信,让人在缠绵的旋律里陡升惆怅。

儿时,曾忘情地在垄上追逐一只红蜻蜓。我追过了羊肠蜿蜒的田埂,追过了流水潺潺的沟渠,追过了草长莺飞的山岗……扑通一声,失足掉进了一片荷花塘。在“接天莲叶无穷碧”里扑腾上岸,才露尖尖角的小荷上,哪里有立上头的小精灵,那只红蜻蜓不知飞向了何方。

“晚霞中的红蜻蜓呀,你在哪里?停歇在那竹竿尖上,是那红蜻蜓。”当烦恼越来越多,当故乡离我越来越远,那只红蜻蜓也在我的岁月里慢慢地消失。

哦,红蜻蜓呀,你是我无忧童年里一抹亮丽的色彩,你是我梦中耀眼的永远飞翔的故乡。

