晒晒我家老照片

舞蹈是生命的节奏 千山万水如影随形

少女和青年时期的姚敏娟

舞蹈是有节拍的步调，就如诗歌有韵律地歌唱。舞衫回袖若春风，歌扇当窗似秋月。

少年宫学舞

上海市民姚敏娟从小就喜爱舞蹈，特别是民族舞。左边这张照片是姚敏娟在少年宫表演渔网舞的时候拍的，也正是因为这支舞，让她与跟水有关的舞蹈结下了不解之缘。

一边翻看照片，姚敏娟一边笑着说：“小时候我们大都是去少年宫学跳舞，还有演出，那时正好表演的是渔网舞，所以就开始对有关水的舞蹈比较感兴趣。所以长大一点后，到了二十几岁，那时应该是 1977 年，我就想去桂林，身临其境体验一下水的感觉，所以留下了右边的这张照片。现在那么多年过去了，看着这两张照片，就觉得心里很暖，因为我对舞蹈的喜爱始终没变。”

民族舞思乡

时间一晃而过，如今姚敏娟对舞蹈的热情依旧。姚敏娟说：“虽然我已在美国夏威夷居住多年，但对祖国的民族舞还是十分热爱。我之前还参加了夏威夷的一个舞蹈表演节目，跳的是傣族的泼水舞。这支舞又让我找到了小时候跳渔网舞的感觉。现在，我觉得，舞蹈就像是脉搏，是心跳，是呼吸，也是我生命里的节奏。”

她拿出跳泼水舞时的视频，屏幕里，她身着傣族服饰，竹篓摆动，衣袖舞动，似有无数的水滴凌空而下。她身姿摇曳，清颜红衫，青丝墨染，彩缎飘逸，若隐若现。

姚敏娟于国外居住多年，在跳民族舞的过程中，她会时常想起祖国的山山水水，她说：“我觉得对民族舞的喜爱，也是一种对祖国传统文化的传承。民族舞是民族文化交流的纽带，也是各民族长期的文化沉淀。事实上，在国外，有很多人都在跳中国的民族舞蹈，还会有大型的演出，我们华侨都非常热爱祖国，喜爱祖国的传统文化。”

解雯赟

扫二维码 看精彩视频

征集方式：将照片发送至 linshenghao@xmwb.com.cn

作品要求：

1. 内容请以家庭视角，反映市民日常生活变化。

2.上传者请写明作品的内容说明：时间、地点和主题等基本信息，附说明文字 500 字以内。

3. 上传者请留下姓名、手机号码等联系方式。