

## 一天五六套练功服是“标配”

我在现场 · 夏练三伏

### 上芭人冒酷暑“用生命舞蹈”

是什么让爱芭蕾的人纷纷放弃了“歇夏”的传统,冒酷暑“用生命舞蹈”?上周末,上海国际舞蹈中心一楼排练厅里,刚刚自北京展演旋即又要展开“南下”巡演的上海芭蕾舞团正在联排《马可·波罗——最后的使命》。楼上,上芭每月一次的“芭蕾公开课”,教员李丽带着芭蕾爱好者上了一堂含金量极高的基训课。和排练厅所在楼仅几十米之遥的“舞空间”里,“天鹅公主”季萍萍做客“公益课堂”解析“法兰西芭蕾的奥秘”,而才跳完上半场的明星舞者吴虎生匆匆换下练功服就要奔赴上海文化广场,和观众分享他“走在玫瑰和荆棘的长路”的芭蕾之旅。



《闪闪的星星》排练现场

### 三伏天就是平常天

持续高温黄色警报、早晨起来便似蒸笼,最热时地表温度达到42摄氏度的三伏天,上海国际舞蹈中心大小排练厅每一寸地板都被踩得“发烫”。

“北京巡演回来几乎一天也没休息,重新将《闪闪的星星》《白毛女》《马可·波罗——最后的使命》又滚了一遍。”日日督场的上芭团长辛丽丽说:“演出任务密集,加上天气炎热,辗转在外的巡演,演员或因伤病或因自然‘迭代更替’,好像《闪闪的星星》这样百余人规模的剧,只要在演就要不断调整。不论是换主要演员还是小演员,都需要重新打磨、配合,让他们融入进

来。”

大排练厅,每日上午9时到10时45分,雷打不动的基训课,休息15分钟后就开始排练——双人舞、群舞还有整团大联排。没有轮到或是新近加入的小演员分散在其他排练厅“练私功”,以求快速跟上整个团队的水准和节奏。

负责演员训练的资深教员钟阔告诉记者,像这种体量的训练,一天五六套练功服是“标配”,再吸汗的衣服也有承受度,为避免感冒或者汗水浸透衣衫滴到地板导致滑倒隐患,演员都会及时更换练功服。为此,团里为大家准备了洗衣机和烘干机,最近十几台机器马力全开,以保证演员随时都有干的练功服能换上。

聊到以往文艺院团的“歇夏”传统,小演员们几乎都没听说过,就连进团十多年的吴虎生被问及也哑然失笑:“对哦,是有听说过‘歇夏’的传统,就是现在好些国外芭蕾舞团‘三伏天’也会放假,但我们好像没有这种放假的传统。演出任务多,这样的训练体量于我们都是平常。”

### 爱舞之心一样滚烫

赶早上7时的绿皮车,张宏亚和小姊妹们上周六一早从嘉兴出发往上海国际舞蹈中心赶,这群志同道合的朋友都是因为热爱舞蹈而相聚,让她们苦恼的是“嘉兴的舞蹈班都只有形体课,没有

专业的芭蕾舞老师”。

上芭每月一次的“芭蕾公开课”上课名额几乎都是靠抢的,微信招募通道开出的第一分钟,50个名额就被“秒”了,守了几个月的张宏亚说:“难得这次运气这么好。”都是年近六十的阿姨族,身材却都保持得窈窕。“为了跳舞,不能多吃,否则下腰、侧弯都会很困难,做出来的姿势也不美。”

同样“组团”前来的还有参加同一个舞蹈教室的蔡小姐和丁小姐。在城市规划设计院工作的蔡小姐工作繁忙,却把业余时间的一半都奉献给了舞蹈。而从事人事工作的丁小姐,自小学舞至今没有放弃过这个爱好,她说:“只要身体允许,哪怕活到100岁,也要跳到99岁。”

虽然跳得略显笨拙却紧跟老师步伐,不漏掉一个踮脚的曹小姐,这是时隔两年后第一次回到舞蹈课堂。这位IT行业精英对舞蹈有着一份执着,虽然客观条件让她泡在舞蹈教室的时间极为有限,但隔三差五她总要回来重温一下练功房里的美好。在她看来:“芭蕾基训课看似是很‘文静’的,但无论是摆手位还是练形体,都是很‘耗’人的,这是对肌肉力量的控制,实则运动量很大,‘隐形出汗’不知不觉就湿了衣裳。”问她平时工作这样忙,一周就休息周六为何要放弃抱着西瓜解空调的机会,来练三伏?她笑着说:“就是喜欢跳舞,这种享受对我而言,比什么都来得有治愈力。” 本报记者 朱渊

### 马上评

老话讲“冬练三九,夏练三伏”,练的是什么?练的是在极端气候下的人体抵抗力,从而达到强身健体的作用。转换到文艺领域,前辈艺术家们会告诉你,无论是三九或是三伏,练的都是一股“气”、一份劲头、一种精神。

苦其心志、饿其体肤,淬炼的是忍耐力和意志力,炼出的是你热爱艺术的纯度。在现代化设施日益发达的今天,不再需要戏曲演员冒着中暑的风险在户外水泥地上练功,不会再让芭蕾舞演员赖以生存的跟腱无数次敲击在没有弹力的地板上,这是社会进步能给予艺术更长足发展的空间。然而,客观条件的改变带来的是对演员自我修炼的更高要求。

辛丽丽说:“近年来,一年130场演出,只要演出就要练,不断调整和磨合,无限接近完美。”吴虎生说:“没有哪个芭蕾舞演员会轻易懈怠,一天不练就会倒退,三天不练心急如焚,肌肉是有记忆的,你要台上不出错就得不断练习,把动作像程序一样写进你的身体里。”

从来烈火试真金,孙悟空若没在太上老君的炼丹炉里熬上七七四十九天,也炼不出火眼金睛。舞台上闪闪发光如金子般的角儿们,自然也少不了三伏天里的三昧真火。

### 三昧真火

朱渊



吴虎生和威冰雪继续打磨《闪闪的星星》

## 5部作品入围“2019华语原创音乐剧孵化计划” 我们的《巴黎圣母院》在路上

本报讯(记者 吴翔)历经3个月的打磨,“2019华语原创音乐剧孵化计划”5部入围作品正式亮相,接下来将从这5部中选出更具挖掘空间的作品,进入下一阶段孵化。孵化评审之一的费元洪说:“文无第一,武无第二。和那些选秀节目一样,将来,可能发展最好的不一定是第一名。”

这些年来,上海的音乐剧市场蓬勃发展,观众数量呈几何级增长。不过,这些“一票难求”的音乐剧,大多是从国外引进的经典,华语音乐剧的原创作品寥寥无几。去年11月,上海文化广场剧院管理有限公司公布了“孵化计划”,文化广场副总经理费元洪说:“做这个项目,不是为了眼前,急

着打造一台音乐剧,我们希望做一片土壤,让更多的种子在这里生长。”

令人鼓舞的是,他们一共收到了77部原创音乐剧投稿作品,近800名观众报名观摩剧本朗读。客观地说,这一批投稿作品水平参差不齐,孵化评审之一的陶欣说:“我们看到了大量学院派的加盟。现在上音、上戏都有专业的音乐剧人才涌现,这样的机制也是水到渠成。”

正如费元洪所言,选出来的第一名也未必就是未来最好的音乐剧,这个“孵化计划”将一直持续下去,落选的明年调整后还可以再来。陶欣说:“就是这两天热演的《巴黎圣母院》也在不断调整,我看过其三版,每一次

音乐都在调整,我们的原创音乐剧也需要在不断调整中成长。”

本次“孵化计划”也实践了新模式——在创作最前线的导演、作曲、制作人带着新鲜的经验投入到孵化过程中,他们转变身份,给创作者在创作方向及可行性上点拨。今年选出5部作品——《对不起,我忘了》《为什么跳舞?》《大唐后主》《完美人生》及《生死签》,分别在5位有经验的导师带领下,逐渐成熟。

面对日渐成熟的剧本,“孵化计划”安排了文本与音乐工作坊,让5部作品集齐主创、导师与部分观众见面。工作坊现场,观众们为剧情和演绎牵动着情绪,不时爆发出欢笑

■ 入围“音乐剧孵化计划”的《完美人生》海报



及掌声。

本次文本与音乐工作坊后,孵化评审将对入围作品从题材与内容、完成度、音乐风格、市场潜力4个维度进行判断,评选出进入下一阶段的作品进行二期开发,完成剧本和音乐的整合。12月,这些作品将以30-40分钟的工作坊方式呈现。最终,在市场化运作下,将有1-2部作品在2020年正式上演。



■ 入围“音乐剧孵化计划”的《生死签》海报