

第7期
俊梅讲舞

蒋俊梅

舞飞扬精品舞蹈学校创始人
舞蹈、声乐双学士学位
从事专业舞蹈教育十余年婀娜多姿三道弯
外柔内刚 傣族舞

傣族舞表演 (舞飞扬精品舞蹈学校供图)

□俊梅

众所周知,傣族人能歌善舞。古老的傣族舞,是傣族人最喜爱的舞蹈。

说起傣族舞,很多人的脑海里浮现的是孔雀舞的舞姿,舞者模仿孔雀奔跑下山、漫步森林、泉边戏水、追逐嬉戏、拖翅、抖翅、展翅、登枝、歇枝、开屏、飞翔等动作,惟妙惟肖。

您可能已经注意到了,在傣族舞中,舞者多保持半蹲状态,形成特有的三道弯舞姿。这种风格独特的舞蹈文化及审美特征,与傣族人的生活环境、风俗习惯等密不可分。

傣族人多聚居在云南省,这里属于亚热带地区。由于天气炎热,当地妇女一般喜欢穿窄袖短衣和筒裙,身姿自然形成S形。当地民间舞蹈也浸润着亚热带特有的风情,傣族人亲水,最具代表性的节日是泼水节,人们在装水、泼水以及

被水泼到后所展示出来的充满喜悦的动作表现中,身姿都少不了三道弯。这些,都成了三道弯舞姿形成的原因。

傣族的代表性舞蹈可分为自娱性、表演性和祭祀性三大类。“嘎光”和“象脚鼓舞”是自娱性舞蹈的代表,“嘎光”以象脚鼓、铓等民族打击乐器为伴奏,过去,舞者围圈而舞,随性发挥,只求热烈欢快,到今天已发展出很多统一的动作和套路。“象脚鼓舞”是男性舞蹈,舞者边击打象脚鼓边独舞或斗舞,展现优美舞姿。表演性舞蹈以孔雀舞、蝴蝶舞、大象舞等为代表,舞者通过展示各自的技艺特长而形成不同的风格。祭祀性舞蹈只在民族杂居区流传。

虽然傣族舞的动作大多婀娜多姿,节奏较为平缓,但充满着内在的力量,体现着这个“水一样的民族”外柔内刚的民族性格。

安心说茶 8

笔名安心
安心微艺术空间创办人
国家级茶艺技师

宋亚萍



茶艺展示

寒冬
普洱熟茶的主场

□安心 徐天肠

随着一次次寒潮的到来,冬天的味道更加浓郁,会客访友、独坐品茗时,普洱熟茶无疑是最佳的选择。可以说,寒冷的冬天,就是熟茶的主场。

从色泽上来说,熟茶是一种暖色调的茶品,有着极具特色的汤色、香气、滋味和口感。

近年来,电磁辐射以及肥胖、高血脂、高血压等问题给我们的健康带来威胁,而熟茶能帮助我们缓解这些问题带来的不适感。

熟茶的制作工艺相对特殊,一般包括晒青毛茶初制、发酵、分筛、拼配、成型等诸多环节,其中发酵是熟茶制作工艺中最核心的部分,是其区别于普洱生茶的关键环节,也是熟茶制作过程的精华所在。

在发酵环节中,微生物的参与,引起熟茶结构和内物质的变化,让其具备独特的口感和功效,但这个环节耗时耗力,且难以保证整体品质。1973年,普洱茶的人工后发酵技术在勐海茶厂试验并获得成功,通过人

工控制保证熟茶整体品质的技术真正运用到茶叶生产中,其核心技术至今仍是国家保密内容。

今天,人工后发酵技术已经在勐海茶厂熟茶的制作过程中运用了数十年,随着这项技术的成熟与应用,一个广大的普洱熟茶市场被开发出来,勐海茶厂也以里程碑式的贡献进一步奠定了其在普洱茶行业技术巅峰的位置。

熟茶的陈化要快于生茶,可以8年为起点。熟茶从新茶到中期茶,要去掉杂味儿,褪尽水味儿,稳定发酵效果,增加醇度、厚度。一款合格的中期熟茶,必须汤色红浓透亮、汤感稠滑,让饮茶者口腔甜润,有回甘生津之效。好的熟茶,还要在此基础上满足口感富于变化、回甘明显持续、滋味能够持续到六泡以上等要求。

一款高层次的老熟茶是什么样的呢?我想,它应当和老生茶是同质的,到了某一个时间点上,你会发现很难区分彼此。

(本文配图由杨凤轩提供)



扫二维码,加蒋校长为微信好友



扫二维码,关注舞飞扬精品舞蹈学校微信公众号



扫二维码,加安心老师为微信好友



扫二维码,关注安心茶坊微信公众号