



笔名安心
安心微艺术空间创办人
国家级茶艺技师

宋亚萍

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



学舞蹈

孩子需要什么样的启蒙

□俊梅

从事专业舞蹈教育这么多年,我也曾经想过,孩子们到底需要什么样的舞蹈启蒙?舞蹈是我艺术生涯的启蒙,幼时的经历让我明白,有一个好老师,有家长陪伴,不放弃,就是孩子们需要的舞蹈启蒙。

我的父母都是普通工人,幸福的童年给了我开朗、乐观的性格。我的母亲是一位残疾人,她的双耳几乎听不到声音,说的话只有家人才能听懂。我从小就能歌善舞,4岁时,妈妈就把我送到了舞蹈学校。

我的启蒙老师是一位非常和蔼的老爷爷,到现在我都记得他上课时的样子。他最爱说的一句话就是:“后背直立往上拔,继续努力,不要放弃!”

学习初期,妈妈给了我很大的支持和鼓励,不善言谈的她用实际行动教会了我什么是持之以恒。

当时,我们住在与王城公园一桥之隔的老胶鞋厂家属院,每天早晨6点,妈妈就陪我一起到王城公园练习基本功,压腿、控腰、甩腰、打前桥,练习完直接去上学。就这样,我一练就是6年。童年扎实的基本功,给了我终身受用的身体素质。

大学毕业后,我开始从事舞蹈教育,创办了舞飞扬精品舞蹈学校。因我对中国传统文化热爱,学校一心只做与中国舞有关的教育。

为了保证孩子们有一个优秀的启蒙老师,我们学校的每一位老师,上岗前都经过严格的考核。

近年来,人们对传统文化越来越重视。

基于这种重视,我们在教学中又引进了敦煌舞、中华乐舞等优秀的舞蹈教学体系,尤其是中华乐舞体系,将诗、乐、舞和礼仪相结合,让孩子们在学习舞蹈的过程中,不知不觉就受到了中国传统文化的浸润。

从事专业舞蹈教育这么多年,我深知启蒙对孩子们的重要性,今年1月18日,我到洛阳日报报业集团参加《洛阳晚报·文化周刊》的创刊仪式,听到著名文化学者叶鹏老师说:“以礼乐文化为核心的周文化,应是河洛文化的灵魂。”这让我更加坚定地在舞蹈教育中担负起传播礼乐文化的责任,在未来的日子里,我会朝着这一方向加倍努力!

(本版图片均由张斌拍摄)



扫二维码,加俊梅老师为微信好友



扫二维码,关注舞飞扬精品舞蹈学校微信公众号

此心安处是吾乡

□安心

我有一个茶坊,名为“安心”,很多人都说喜欢这个名字,因为到这里喝茶,总感觉很放松、很安心。

我的笔名“安心”,也是因茶而起。我对茶叶、茶艺、茶空间最高的追求,就是“安心”。

我曾开过书店、做过旅游,读万卷书,行万里路,就是我要的诗和远方。直到20多年前与茶相遇,我才明白了苏轼词中的那句话“此心安处是吾乡”。

那年春天,我有幸参加了一个在武夷山举办的旅游行业年会。晚上,热闹非凡的欢聚后,微醺的我和同伴们被邀至一间茶室。温暖、朦胧的灯光中,两位茶艺师脸上挂着浅浅的笑,行云流水般地进行着茶艺表演。在这如花的浅笑中,我们一杯又一杯地品尝着递过来的香茶。到最后,喝了多久,喝了多少杯,我已经记不得了,只记得心中不停地感慨:“茶的名字真多呀!茶艺师的微笑真美啊!”

那时,我还是个二十出头的小姑娘,想起来,第一次沉醉在茶香里的样子,真是可爱又可笑。

酒醒加茶

醉,让我的心怦怦乱跳,心情却格外好,几个小伙伴也和我一样惬意。这时,两位茶艺师说,此时茶正发芽,满山云雾,甚是好看。

茶艺师的话让我们兴奋不已,反正睡不着,何不去茶园一赏?

经不起我们苦苦央求,两位美丽的茶艺师答应带我们上山。于是,刚刚还在喝茶的一行人,乘着夜色向后山茶园出发了。

一路上,薄雾氤氲,还能看到天上有星星。我们一路笑闹着到了茶园,却在踏进茶园的刹那间不约而同安静下来,茶香、花香、空气的香,混杂在一起扑面而来,沁人心脾。

周遭只有寂静,我站在茶园里,恍惚间居然听到了茶树发芽的声音,太神奇了!

云雾就在身边,露水打湿了衣服、鞋子……天光渐亮,雾更浓了,茶树发芽的声音深深地印在了我的脑海。那一刻,我懂了一个词“安心”。

我就这样爱上了茶,再后来,每遇茶山必上,就这么走过了龙井、梅家坞、信阳、安溪、宜兴、雅安……

奇怪的是,走的路越多,“此心安处是吾乡”在我脑海中越加清晰。

茶打动了,茶的美感染了我,所以我就开始以“安心”为名,且夕与茶为伍,以茶为生,并打造出“安心茶坊”微艺术空间,经营茶,也经营着一份美。

茶的美好让我安心,我认为茶是一种文化,更是一种生活方式。我想借茶,将安心的感受分享给有缘的朋友们。



舞飞扬精品舞蹈学校的孩子们在表演舞蹈



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