



宋亚萍

笔名安心
安心微艺术空间创办人
国家级茶艺技师

我有一间茶坊 邀您细品生活之美

安心茶坊也是安心微艺术空间
在这里,我们卖茶并举办微艺术品展和文化活动



安心微画展



安心微艺术空间

□安心 文/图

开一间茶坊,是很多人的梦想,也是我的理想生活。自《安心说茶》专栏开办以来,我经营的安心茶坊渐渐被大家熟知。

当一些陌生的茶友通过晚报找到我们时,常会在品茶之余问我们:安心茶坊为什么叫安心微艺术空间?安心茶坊到底是做什么的?读书会、茶会、品香、弹琴、茶服秀……安心茶坊经常做的活动是免费的还是收费的?画展办得不错,安心茶坊是个画廊吗?问的茶友多了,我便借开专栏的机会,跟大家细细介绍一下安心茶坊。

安心茶坊的基础还是茶店,开店卖茶14年了,一点点积累起来的对茶感知的经验是我们最本质的特点。14年间,我们因爱茶而衍生出对文化的仰慕,这种仰慕让我们不断学习、不断成长,茶与文化的交融是我们努力的方向。

古都洛阳也给了我们丰厚的文化滋养。古风浓郁的地域文化、不紧不慢的城市生活节奏,让我们按照自己的理解做起了一家风格独特的茶店,在古都一隅之地,用一个以茶为主体的空间,演绎一种我们希冀的生活方式。

其实很多想开茶馆的人都只想拥有自己的茶空间,在这个空间里,安静地泡一杯茶,发一会儿呆,再干些风轻云淡的小事儿。茶坊的主角是茶,也是品茶的人,我们用一个茶坊,为品茶的人们提供与茶相处的

空间,为热爱文化的人们建造一处身心栖居之所。

有了安心茶坊,我们能为大家提供优良的环境,让大家去做自己想做的事儿。

茶馆当然是离不开茶的,茶艺培训(六大茶类茶艺、茶叶品鉴),为客户选茶是我们14年来天天都在学习精进的基础。

安心茶坊也是安心微艺术空间。在这里,我们卖茶并举办微艺术品展,摄影、油画、书法、国画、陶瓷、雕塑都有涉及,古琴、箫、尺八、埙等中国传统民族乐器也常常在安心微艺术空间奏响。平日里,我们不仅会带着大家学习插花、品香,还会每隔一段时间开展古琴培训、茶疗、茶会,以及文化沙龙、雅集、名师课堂、游学等一系列文化活动,让茶友们通过雅致生活获得心安的力量。

十几年来,我们组织的古琴雅集、安心诗乐会、亲子茶会、私人定制主题茶会、公司例会及大型的无我茶会、樱花茶会等,在国内茶友圈引起了广泛关注。随着关注我们的人越来越多,我们不断受邀为一些文化内涵丰厚的品牌承办品牌发布会和品牌年会。仅从安心茶坊2014年迁址到开元大道国宝花园香泊湾计算,大大小小的活动已举办了数百场。

安心茶坊致力于在城市里存一份儿安心品茶的感性世界,以茶为基础,融入各种文化元素,和朋友们一起品读内心安然的浪漫。安心微艺术空间是安心茶坊的载体,也是安心茶坊的追求,我们希望能在这里喝茶,也能在喝茶之余拥有视觉的享受,尽管过日子很累,但生活也是可以很美的。



扫二维码,关注
安心茶坊微信公众号

第18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

朝鲜族舞蹈 柔和悠长 潇洒欢快

□俊梅

朝鲜族是我国一个古老的民族,长期以来过着农耕生活,因此朝鲜族民间舞蹈具有鲜明的农耕劳动的特征,在中国民族民间舞系中具有较强的辨识度。

朝鲜族人民具有悠久的民族文化艺术传统,尤其能歌善舞,在节日或劳动之余,喜欢用歌舞来表达自己的感情。朝鲜族舞蹈流传在我国吉林省延边朝鲜族自治州与黑龙江、辽宁等省的朝鲜族聚居区。朝鲜族历来以能歌善舞著称于世,被称为“歌舞的民族”。朝鲜族家庭遇到喜事常会高歌欢舞,宛若在办有趣的“家庭歌舞晚会”。

朝鲜族民间舞蹈优美而细腻、柔和而悠长,十分长于表现潇洒、欢快的情绪。其舞姿或柔婉袅娜,如仙鹤展翅,似柳枝拂水;或刚劲跌宕,活泼潇洒,反映了明朗激昂与细腻委婉、含蓄深沉的民族性格。

朝鲜族舞蹈种类繁多,尤其是各种

“长短”所产生的不同性格舞蹈更具独特风格,常用的有以下七种“长短”的性格舞,即古格里舞、阳山道舞、它令舞、扎津古格里舞、沙尔普里、安旦舞及挥毛里舞。朝鲜族舞蹈的主要形式有农乐舞、假面舞、剑舞、长鼓舞、扁鼓舞、扇舞、拍打舞等。

农乐舞是朝鲜族表现农耕生活内容历史最长的舞蹈,它源于古代的祭祀和狩猎活动,后来发展成为农事劳动中的自娱性舞蹈形式,分情节表演与技巧表演两种。长鼓舞源于农乐舞中的个人表演,最早以男性独舞为主,后来舞台上的即兴对唱表演对长鼓舞发展产生了一定的影响,使长鼓舞有了男、女长鼓舞和双人长鼓舞及长鼓群舞等多种形式。长鼓舞历史悠久,如今保存在敦煌的北魏(386年—534年)壁画中就有类似长鼓的击鼓舞乐图。

从古至今,朝鲜族受汉族儒家“中庸”思想影响,“礼”的意识也反映在民族舞蹈中。朝鲜族舞蹈动作多是圆形的——手臂是圆形的,身体的运动轨迹是圆形的,行动路线也是圆形的,因此不管是静态造型,还是动态运动轨迹,都体现接近完美的对称方式。

例如,由小臂带动经手腕到指尖的划圆动作“划圆手”就是朝鲜族舞蹈中的典型动作,舞蹈动作“翻摊扛手”也体现了这一思想。当舞者表演“翻摊扛手”时,双手会交替做扛顶手,两只手运动路线对称,一只手顶起后向下落,另一只手抽起向上,顶起的手由手心向上转至手心向下,而抽起的手则由手心向下转至手心向上,最后落于横开手位时已经变化为一阴一阳相互平衡的状态,朝鲜族舞蹈中的对称关系由此可见一斑。

朝鲜族舞蹈在形态上体现为围、拧、含、曲、圆,主要的动作部位在上肢,而上肢的基本形态主要体现在手臂、手位上,不论是折臂行,还是各种手位,都具有很强的对称关系,在舞蹈中体现为一种整齐、沉静、稳重、和谐的美感。



朝鲜族舞蹈 (张世国摄)



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