

从舞蹈演员到晚会编导再到培训老师,“90后”大男孩用专业和爱托起了一个个梦想

坚持和尝试是舞动人生的修炼手册

■记者 潘佳佳

在婉转动听的民间小曲中,一群可爱的女孩子跟着节奏迈着俏皮的舞步,每一个动作都是那么行云流水,让人目光所及之处皆是美的享受。站在她们旁边的是一位年轻老师,时而耐心指导,时而点头称赞,时而带领她们在悦耳的歌曲中曼舞翩跹。他就是深受这群孩子喜爱的舞蹈老师巨林森,是目前杭州优贝思艺术学校教学部副主任、舞蹈组组长。在舞蹈的世界里,他逐梦而行,用舞步丈量人生,用舞步筑起育人的阶梯。



巨老师在舞台上享受舞蹈带来的快乐



学生郁宇淇表演舞蹈《鄂温克的拉玛湖》



学生沈梓欣
表演舞蹈
《维吾尔族姑娘》



喜欢在湘湖随风起舞的巨林森老师

“身份”多变,学习新知识接受新挑战

今年28岁的巨林森,毕业于湖南省吉首大学舞蹈表演专业,擅长民族民间舞和现代舞。初见他时,他正在舞蹈房里指导孩子们翩翩起舞。身材健硕的他,虽然对孩子们有着高要求,仅一个下腰的动作,要反复抠10多遍,但每一次讲解时,双目中总透露出一丝柔情,让孩子们不由自主地愿意一遍又一遍尝试。“从大学时期,我就开始兼职教孩子、成人舞蹈,算起来有8年教龄了。”显然,巨老师对于教孩子非常有把握,很自信。

巨老师的这份信心除了自身的舞蹈功底,还来自他不断地学习、挑战。大学毕业后,巨老师一直坚持每天练习基本功,学习更多的舞种。“我

的专业是民族民间舞,但我想开发自己身体更多的可能性。于是,毕业后,我来到了广东一家歌舞团做舞蹈演员。每天排练各种舞蹈剧目,让我对不同舞种有了更多的认识和思考。”巨老师表示,那段时光,虽然从早到晚都在练功、排练、演出中度过,有时候累得不想说话,但内心非常欢喜,每天都有收获。

2018年,喜欢挑战的巨老师又开启了新的尝试,他来到杭州一家文化创意公司,应聘晚会编导的工作。凭借着扎实的舞蹈功底以及对艺术的深刻认识,他常常穿梭于各种大型晚会间,将晚会分模块、分篇章有效安排,像拍电影一样,不局限于舞台形式。他的驾驭能力、把控能力经常

让晚会呈现出不一样的精彩。他的不断付出,也间接提升了他的舞蹈创编能力,冥冥中为他下一步创造了新的机遇。

随着思想的成熟、技艺的积累及对艺术的思索,2019年,巨林森将人生的重心转移到舞蹈创作和教学上。怀着满腔热情,他来到了杭州优贝思艺术学校,开启了他新的艺术之旅。“舞蹈是美丽而快乐的艺术,我想让更多的人跳我创编的舞蹈,感受舞蹈的魅力。”巨老师对于自己全身心投入舞蹈教学的决定,非常坚定。他希望,每一个热爱舞蹈的孩子都能在他的指导下尝试着去发现舞蹈的美,去实现自己最初的梦想。

学会坚持,让梦想的脚步永不停歇

在教学过程中,巨林森一直在努力前进,他总对身边的人说,艺无止境,坚持非常重要,还要学会用智慧、用思想去琢磨怎么坚持。有空的时候,他会看“桃李杯”发起人潘志涛老师的各种节目,反复聆听潘老师的“教育经”。“我特别认同潘老师说的一句话:舞蹈不是炫技,而是韵律。舞蹈艺术应该是有真情实感的东西,要注重感情的投入。”因此,在巨老师的课堂上,他会根据孩子的年龄、身体条件以及兴趣来安排特定的舞蹈剧目,注重真实体验和生活情境的设立,增强对作品的理解和把控。“舞蹈表演中,还需要孩子熟练地掌握动作的放与收、动与静,提高他们对舞台表演的控制力,使肢体动作更富有个性色彩和表现力。”巨老师认为,舞蹈创作与教学是一项严谨而细致的工作,需要大家一起努力,反复练习,坚持每一天的学习。

基于这样的认识,巨老师前进的脚步永不停歇。面对飞速发展的时代,他坚持提升自己的学识,除了与同事们参加专业技能和理论的培训学习,休息时间,他还会看一些舞剧演出,如《一把酸枣》《红色娘子军》《凤凰》等,同时,还会聆听舞蹈艺术家的讲座和采访,留意并收藏优质的舞剧作品,从而提升自己的艺术修养。据他介绍,为了他的近百名学生,他已收藏了200多部舞蹈佳作,可供孩子课堂上学习和欣赏。此外,为了让自己的课堂更加出彩,帮助孩子快速掌握技巧,他还坚持去看一些有关心理学的书籍,帮助他了解孩子的个性,以便教学上“对症下药”,创造更多课堂乐趣。“我现在每天练功、与同事磨课,因为教舞蹈,除了要言传,还得要靠身教来跟学生互动。”巨老师说起自己忙碌的工作状态,一脸享受。而这份忙碌,也开启了多个

大奖的“霸屏”模式。这两年,由他指导的作品《鄂温克的拉玛湖》获得了“花开未来”小舞蹈家全国总决赛特金奖、作品《走山的孩子》获得了第五届新星璀璨·童舞大赛浙江总决赛特金奖、作品《维吾尔族姑娘》获得第五届魅力中青青少年文化艺术展演浙江总决赛金奖……同时,他还多次被评为小舞蹈家金牌教师以及魅力中艺金牌教师。

想要跳好舞蹈,就把它当成一种习惯,让它融入到你的生活里。巨老师的人生经历,让我们看到了他的坚持和尝试,感受到了舞蹈带给他的满足和幸福。汗水是舞蹈的养分,泪水是舞蹈的催生剂。希望在巨老师的带领下,所有追梦路上的孩子们,在尝过汗水和泪水交织的辛酸之后,都能热爱舞蹈,绽放出更加炫彩夺目的舞蹈艺术之花。

新书架

一、《这里是中国2》

星球研究所著,中信出版集团,定价198元。本书以近代以来一百年为时间尺度,讲述了现代化进程之下,中国的地理变迁和中国人的创造,呈现这个蓝色地球上伟大的地表塑造。本书通过原创摄影图片及充满情感温度的文字,描绘中国具有代表性的地理人文景观和自然风貌,让我们在享受视觉盛宴的同时,了解自身所处的自然世界,并以可感知的方式收藏大自然的美好。100年,我们重塑了一片山河;100年,我们振兴了一个民族;100年,我们改变了一个国家。本书尽览中国建设之美、家园之美、梦想之美。

二、《兄弟俩》

肖复兴著,长江文艺出版社,定价29.8元。本书为作家肖复兴全新创作的长篇小说。大河小河兄弟俩自小随父母来北京安身,租住在老北京人欧阳太家的小仓库里。兄弟二人,哥哥体育好,弟弟学习好,一武一文,纯真善良,他们既相亲相爱又互不服气,闹出许多矛盾百出又充满童趣的故事。随着父亲意外受伤致残失去了工作,兄弟俩无忧无虑的童年便发生了翻天覆地的变化,一家人的生活也陷入了窘境。房东欧阳太之前对一家人特别是小河已非常关照,此后,更是全力资助兄弟二人完成学业,甚至在去世前也不忘对兄弟俩的将来进行妥善的安排……小说以作者自身的成长故事为蓝本,在富有老北京特色的大环境下讲述了兄弟俩成长的蜕变。

三、《活着就是冲天一喊》

陈年喜著,台海出版社,定价56元。本书是矿工诗人陈年喜的首部非虚构故事集。作为巷道爆破工,陈年喜深潜于大地5000米深处,用炸药和风镐轰开山体,凿出金、银、铜、铁、镍。与他一起出生入死的是王二、德成、小渣子等同样低微的人群。翻开本书,这些悲怆炽烈的生命逐一呈现在你的面前。艰辛的劳绩,无常的生死,每一个故事,都像陈年喜在矿山深处敲下的石头一般坚硬、黑亮。

四、《心的干涸》

庆山著,天津人民出版社,定价68元。本书收录了庆山持续4年与读者的一千个问答。关于读书、写作、爱情、生活、育儿,关于如何活出自我、人生追寻的意義,以及对30岁女性和年轻人的建议……本书真实展示了当下人们可能遇到的各种困惑和境遇,也呈现了庆山真诚的回答,是一本亲切的人生分享与解惑之书。道路无尽,人生有情。每个人的人生都是独特的,许多问题并没有标准答案,有过彼此照亮的时刻就是珍贵。如同一位读者的留言所说:“每一个问题都有共鸣,每一个回答都有受益。”凡是来自他人的,或许有短暂的、阶段性的、片面的帮助,但不会彻底解决其根底……倾听与被倾听,了解与被了解,容纳与被容纳,信任与被信任。这个过程本身是一种疗愈。看到这些问与答的读者,如果能对照当下,有所共情,有所相近,得到心中的答案,或产生出新的想法,付出新的行动,这也很好。

五、《毕淑敏心理咨询手记》

毕淑敏著,湖南文艺出版社,定价59.8元。这是知名心理咨询师毕淑敏从业10年的代表作,是一部真实心理案例纪实的散文合集。书中,毕淑敏以其细腻的笔触再现了30多个颇具典型意义的心理咨询案例,旨在引导读者合理搭建情绪出口,建立自我修复机制,构建持久关系,学会如何悦纳自己,从容应对心理危机,活出幸福人生。这些案例不但呈现了完整的心理咨询过程,而且还配有对心理咨询及案例涉及的心理疗法的介绍。对心理咨询感兴趣的读者,可以从中学到心理咨询是什么,也将会感受到“缓慢”的心理咨询如何以真诚的理解和接纳滋养人心。

六、《斗魂:稻盛和夫的成功热情》

(日)稻盛和夫著,人民邮电出版社,定价59元。本书是稻盛哲学的体系框架、利他哲学的源头活水、拓展经营的原理原则、人生成功和经营成功的指导思想,解读稻盛成功方程式,揭开企业经营成功的七要素,是青年人的精神食粮、企业人的经营教程、奋斗者的成长手册;日本企业在海外征程中的经验与教训,可以成为今天中国企业推进全球化进程的重要参照,稻盛经营成功的原理原则,可以为中国企业海外发展提供指导作用。凡是经营者率先垂范,以坚定的信念、纯粹的动机、强烈的愿望、坚韧不拔的意志以及不亚于任何人的努力去实践稻盛哲学的,都取得了令人信服的成功。

以上图书由萧山新华书店推荐
市中心新华书店地址:市心南路86号(市中心桥头)
服务热线:82624222
网上书城: http: xiaoshan.zxhstd.com
以上图书市中心新华书店均已面市

浙江电大萧山学院为困境儿童点亮微心愿

■通讯员 萧教

为了让广大困境儿童和农村留守儿童切实感受社会各界的关心关爱,近日,浙江电大萧山学院代表区教育系统积极参与扶贫帮困,举办了护童“百千万”党建联盟暨点亮困境和农村留守儿童微心愿活动,为8名困境儿童圆了小小的梦想。

活动中,学院各党支部、团支部按照一对一、多对一等方式踊跃认领,结对圆梦。学院学管365巾帼岗更是持续发力,争当圆

梦人。

小小愿望,埋在心里,轻轻说出,令人动容。一件件漂亮的礼物、一张张亲切的笑脸、一份份温暖的问候,传递着社会的真诚与爱心,让爱意在社会的一个个角落持续循环。

本次活动不仅仅是物质上的帮助,更是一种精神上的激励。通过微心愿圆梦活动,孩子们更加热爱党、热爱祖国、热爱人民,也学会了感恩,学会了关爱他人。



浙江电大萧山学院积极参与圆梦微心愿公益活动