



上海给了黄婕宁(右)追求自由生活的可能。

本版摄影 青年报记者 郭容

自由的舞台 追梦的律动

从重拾兴趣到重回校园

在位于南丰城的一间舞蹈教室里，黄昏的余晖已经消退，学员们陆续走了进来。教室的中心，身着红色绒线衫的黄婕宁正随着音乐的节奏，灵动地舞动着身躯，她的每一个动作都如同流水般顺畅，每一个节奏都牢牢地踩在点上。

黄婕宁与舞蹈的缘分可以追溯到小学时代在少年宫学习少儿芭蕾。然而，严苛的系统训练最终让当时年幼的孩子选择了放弃，黄婕宁一度以为自己会就此告别舞蹈。

然而，命运的轨迹总是充满了意外。在初中时期，她被偶像团队的舞蹈所吸引，重新燃起了对舞蹈的热情。她找来艺人跳舞的视频，一帧一帧地模仿、学习。尽管当时的视频播放功能并不完善，没有慢速播放和镜面

翻转等功能，但她凭借着对舞蹈的热爱和坚持，硬是一点点地学会了那些复杂的舞蹈动作。

进入大学后，黄婕宁在一次偶然的机会中看到了学校舞蹈社团的招新海报。在那里，她遇到了一群同样热爱舞蹈的伙伴。每周的社团训练成为了她最期待的时光，她也在一次次的练习中深深爱上了街舞的魅力。从大三开始，她开始带教新加入社团的学弟学妹，也是从那时开始，她成为兼职街舞老师。

在黄婕宁的回忆里，有第一次在社会机构担任老师的紧张和兴奋，也有经过一段时间摸索后得到的经验和感悟。比如说，随着教学经验的增加，她开始正视自己的误区：原来课教得好坏与否和老师跳得够不够好完全

是两码事。于是，她开始更加注重学生的体验和感受，努力让每一个学员都能在她的课堂中找到属于自己的节奏和风格。她欣喜地看到，有些一开始肢体僵硬的女生在她的指导下，逐渐变得自信而放松，甚至能够独立完成其他老师的编舞，成为班上的佼佼者。

现在每周有两天时间，她会前往华师大、华政、上政的校园，为街舞社团的学生授课。再次踏足校园让她感到分外亲切，“属于我们的时代终将过去，期盼有下一批接班人出现。”

最近她参与指导的华师大街舞社团在一场街舞比赛中夺得了上海站的冠军。看着学生们在舞台上尽情挥洒汗水、绽放青春的光芒她兴奋不已。

上海给人机会也催人奋进

黄婕宁，这位小学三年级便随父母来沪的新上海人，如今已在这座国际大都市生活了十几年。她深深喜爱着这座城市的氛围，感受着它快速发展的脉搏和街舞圈文化的蓬勃生机。

“上海的发展速度令人惊叹，这里的机会层出不穷。街舞文化在这里传播得非常快，创意不断涌现。每个人都充满了进取心，都渴望在舞台上崭露头角。”在黄婕宁眼里，这里的时间仿佛被按下了快进键。

“不出国就能‘追星’的感觉你可以体会吗？”让黄婕宁爱上这座城市的理由还有好几条，其中就包括，“这里经常可以上国外请来的大师的课程，每次大师

们带来的内容都让人震撼，让我大开眼界，看到不一样的舞蹈，进一步提高对舞蹈的理解和思考。在这里参加各类顶尖赛事也较为便利。”

选择自由职业对黄婕宁来说是一件顺理成章的事情。虽然父母曾希望她能够找到一份稳定的工作，但她对街舞的热爱和对自由生活的向往让她坚定了自己的选择。“我并不想过那种朝九晚五的生活。”她坦言道。

活在当下是黄婕宁的人生信条。她并不想过多担心未来的事情，而是专注于眼前的每一个瞬间。“可能大家对自由职业有误解，觉得可以放飞自我，想

做什么做什么。”黄婕宁笑着说，虽然从事自由职业后工作时间非常弹性，但两年来她几乎没有空闲时间。授课、演出、排练占据了她的生活重心，最晚的时候要排练到次日凌晨四五点才能结束。这样的生活节奏让她白天大部分时间都在休息和准备中度过。

在上海，放弃精进则意味着被追赶，黄婕宁生怕自己跟不上时代的脚步和学生的需求：“这些年，街舞文化在大众间流行度越来越高，现在的大学生比我小时候的眼界更开阔。他们的起点很高，一开始就可以接受正规的学习，通过网络视频也能看到许多优秀舞者的表演。”

黄婕宁，一个名字中透露着温婉与宁静的女孩，却在街舞的世界里翻涌着热血与激情。1999年出生的她，从华师大新闻传播专业毕业后，并没有选择一份平稳的朝九晚五的工作，而是毅然决然地选择了她热爱的街舞，伴随着充满节奏的律动，她如今的身份是——舞者，以及专职街舞老师。

练功房里柔软的身段，迷人的舞姿，亦如她绽放的人生。“我爱街舞的酷和美，我也爱这份自由的职业，不受约束，做自己想做的事。”这是黄婕宁最真实的心迹。

青年报首席记者 范彦萍

街舞是让人享受的艺术

黄婕宁能教学生，源于她过硬的专业素养——她是多个街舞团的核心成员，她所在的团队曾在多项颇有分量的街舞比赛中获得过好成绩。

在参加2018年AUDC亚洲高校舞蹈锦标赛亚洲总决赛时，她和队友拿到了亚洲第三的好成绩。在那次比赛中，她首次尝试编舞，与团队成员共同排练了整整21天。她形容编舞的感觉如同在脑海中勾勒出一幅幅生动的画面，然后通过设计各种动作让队员们共同构建出一个和谐的舞蹈场景。这种创作过程让她深感奇妙和享受。

随着新一代舞者的崛起，黄婕宁曾一度感受到压力与危机。然而，她逐渐调整心态，坚信自己的舞蹈之路无需与他人比较，只需不断超越过去的自己。“很多人把街舞视为运动，其实它更是一种艺术。”黄婕宁享受跳舞的过程和编舞带来的创作乐趣，“就像我从小喜欢搭积木，每次搭出的东西不重样。我不喜欢做别人做过的事。”

在街舞圈中，当看到技艺高超的年轻舞者或世界冠军的比赛视频时，黄婕宁也会感叹自己的差距。然而，短暂的羡慕过后，她又会回到舞房继续努力练习。“虽然我可能永远都达不到最高点。但人活着不要老是在思考意义。没有达到最顶端的舞者就没有意义吗？”在这样的自我鼓励中，黄婕宁不断地追求着更进一步，她会回顾自己以前的视频并反思技术动作上的不足。

当谈及2024年的新年心愿时，黄婕宁说，希望春节后组建一个自己的街舞团队，招募符合个人风格的队员，共同打造独特的舞蹈作品。“未来，我也想成为独当一面的舞者，开大师课。也希望自己能越跳越好，涉猎不同风格，带领更多学员进步。至于职业规划，我会慢慢往编舞方面发展。”

尽管酷爱街舞，但黄婕宁也会尝试各种新的潮流。“比如现在抖音上流行很多手势舞，这代表了新的潮流文化，我不会排斥吸纳各种新的艺术表达形式。”黄婕宁说。

