

聋人舞团没有指挥怎么上台?

国舞剧场《跃然心声-2026 舞蹈达人闹元宵》温情上演

3月7日至8日,由上海国际舞蹈中心剧场(以下简称“国舞剧场”)推出的慈善惠民演出《跃然心声-2026 舞蹈达人闹元宵》将温情上演。

活动自2025年10月开始招募,经过线上海选和线下复选后,最终从100多个团队里优选出18个风格多元、形式不一的舞蹈节目。演出的节目内容丰富多彩,从柔美雅韵的中国古典舞到风格多样的民族舞,从律动摇曳的爵士舞到富有创意的现代舞,每一种舞蹈都在舞台上绽放出独特的光彩。

演出不仅汇聚了民间非职业舞团的多元艺术力量,还用舞蹈助力公益,让元宵佳节的团圆之意升华为温暖社会的善意之光。

此次演出的节目中,最具特色的就是由“哇啦啦聋人舞蹈团”带来中国首支无手语指挥的聋人现代舞作品《感恩》。舞者全程以“双手合十”的动作贯穿始终,以表达对生命、对善意、对所有遇见的感恩之情。

该作品曾在2025年“SIDCT当代青年舞蹈双年展”的开幕式中进行了片段表演,打动了在场的国内外嘉宾观众。德国卡塞尔身体风暴舞蹈节艺术总监托尔斯滕·托伊布尔观看后称赞该作品“让我眼含热泪,是一个非常动人的瞬间”。

团长於沁心告诉记者,她自己其实是上海市聋哑青年技术学校的一名老师,团里的舞者都是她的学生,目前一共有16名成员,年龄最大的32岁,最小的刚满18岁。“团里面有我教过的第一届的学生,算起来彼此认识也有15年了。我是看着大家从校园毕业、工作甚至成家的。”

虽然团员们都不是专业舞者,但当年都是凭借对舞蹈的一腔热情一拍即合,组成了一个民间艺术团体。从学校毕业后,学生们也都有各自的本职工作,但还是会在每周日自发集合到学校的排练厅练舞,这么多年已经成为生活中的一



部分。

2021年初,舞团自发报名,最终被选拔到了国舞剧场《舞韵声声-舞蹈达人闹元宵》慈善惠民演出的舞台,收获了初创时期难得的演出机会,也得到了国舞剧场的扶持,慢慢走进观众视野。这一次回归,舞团带来了打磨整整五年的新作《感恩》,既是对帮扶者的深情回馈,也是希望将温暖与力量传递给每一个心怀热爱、向阳而生的人。

常规来说,舞蹈表演对音乐和律动的依赖很高,对听障者来说,这就是一个天然的挑战。於沁心介绍,目前团里成员中,能够依靠助听器听到部分声音的成员只有五六个人,其余成员是完全无法听到声音的。此次《感恩》的舞蹈需要演员14个人,这意味着半数以上的舞者无法依靠听力感受节奏和律动。

考虑到要挑战“无手语指挥”,在排练过程中编导只能把动作细分,一个节拍一个节拍地教

学,让舞者记住不同节拍下动作的速率,并通过无数次的重复练习,让大家形成一致的节奏。“而且这部作品的音乐也并不是非常规律且重拍明显的,反而是柔和流动的,对于节奏的精准度要求就更高了。”舞者们只能通过千百遍地重复,达到准确的“全舞背诵”,才能呈现出如今舞台上自如的样子。

而且为了契合“感恩”的主题,这次编舞设计的一大难点是所有舞者在10分钟的表演全程中都要保持双手合十的状态,中途双手不会分开以完成更多舒展的动作。音乐和动作上的诸多“限制”,也给排练加大了考验。“所以过去五年,我们可能前面用了一两年来编创,剩下的所有时间,就都是日日夜夜的练习了。”

於沁心印象很深,在《感恩》中担任领舞的舞者是一个在舞蹈上天赋极佳的孩子,总是能很快理解编导的意图。于是每次他自己学完了动作,还会主动帮助其他团员更快地掌握要领。而

目领舞的职责更为重大,在队伍的最前方,他没有可以参照的目标,这就要求他对动作和节奏要熟记于心,而这也是他总是花更多时间泡在排练厅的原因。

由于舞团的成员们全员都有本职工作,大家只能利用周末时间排练和演出,时间上的限制使得舞团成立至今接到的商演并不多,盈利其实主要靠项目扶持。於沁心对此也心怀感恩,“像我们排练的场地就要感谢我所供职的学校给与的大力支持,让我们可以免费在学校的排练厅排练,解决了场地费这一部分重头开支。”

本次“舞蹈达人闹元宵”演出票价分别为50元、80元和120元,作为非盈利性公益项目,该演出票款盈利部分将全数捐赠给“哇啦啦聋人舞蹈团”,於沁心也表示这些收入要好好存起来,用于舞团日后在服装、道具包括带领成员们看演出、进行舞蹈交流学习的经费。

“现在,我们所有团员已经像家人一样,甚至我们的孩子们都能在排练场一起玩了,每周一聚的排练已经成为了生活中的一部分。接下来希望能够继续专心创作,踏踏实实地,给观众带来更好的作品。”於沁心笑着说道。

作为国舞剧场的品牌项目之一,“舞蹈达人闹元宵”公益特别活动创办自2018年,每年都会邀请普通舞蹈爱好者们登上专业舞台,用舞蹈传递温暖与希望。8年以来,已经有近百个民间的非职业舞团登上国舞剧场,并先后与“上海蓝丝带孤独症关爱中心”“哇啦啦聋人舞蹈团”“蓝梦服务队听障儿童公益服务”“壹个村小”“蓝天救援队”“深圳市粉红丝带乳腺关爱中心”“有灵且美”等公益机构与组织展开合作,以质朴的舞蹈语言诠释“艺术为民”的理念,用艺术温暖人心,成为了许多沪上观众欢度元宵佳节的“新传统”。

晨报记者 王琛

上话改编《82年生的金智英》梁咏琪领衔

话剧《我们成为的她》7月上海首演

隐匿在日常生活中的女性生存困境。小说的力量不在于讲述惊心动魄的故事,而在于呈现那些微小却无处不在的“日常之痛”。原著出版后迅速成为现象级畅销书。原著不仅在韩销量突破百万册,也形成了迅速跨越国界的影响力,被翻译成中文、日文、泰文、英文、法文等至少16种语言,引发了跨越语言的社会讨论与性别意识觉醒。2019年,根据该小说改编、由郑裕美和孔侑主演的同名电影在韩国上映。电影的上映又将小说的影响力推向新的高度,累计观影人次超过367万,成为一部名副其实的现象级电影。

“金智英”这个名字,承载着深刻的象征意义。“金”是韩国最常见的姓氏之一,“智英”是20世纪70年代末至80年代初期出生的韩国女孩最常使用的名字。作者特意为主人公选择这个名字,意在表明:金智英不是某个特定的个体,而是韩国乃至整个东亚普通女性的集体肖像。《82年生的金智英》之所以能在全球范围内引发共鸣,因为它讲述了女性在成长过程中,逐渐觉醒的自我意识与自身长久以来形成的固有生存模式与固定思维之间,那种无声而剧烈的冲撞。那些深植于日常的规训——类似于“女孩要文静才会讨人喜欢”“牺牲是美德”“作为妻子和母亲本该如此”——早已内化为一种难以挣脱的思维惯性,而在世界各地,都有无数个“金智英”正在默默经历与承受这种现状。她们的困境并不局限于个人,而是需要全社会共同面对的结构性问题。当她们开始听见内心那个微弱却又不容忽视的“为什么”时,她们便陷入了一场无人看见的冲撞:一边是从祖辈那里继承下来的、赖以生存的顺从;一边是新兴的、渴望被听见的自我。

温方伊编剧、司徒慧焯执导
实力团队倾情操刀

在原著中,金智英辞职生育之后出现精神问题,她会时不时以另一个人的身份说话、行动,而她只有在“变成别人”时才能说出心里话,这一设定揭示了一个残酷的现实:在社会中,作为“金智英”本人,她没有发言权;只有借他人之口,才能发出微弱的呼救声。正如小说封面上的那句话:“我只有变成别人,才能为自己说话。”在主创看来,这一设定也恰恰是《82年生的金智英》适合被改编成话剧的原因之一,也是能让舞台发挥优势之处——舞台不拘泥于现实,而是一处更加自由、有想象的空间。戏剧区别于小说和电影的写实风格,力图在荒诞氛围中展现现实的问题。

上海话剧艺术中心力邀香港知名导演司徒慧焯,自话剧《西游》之后再度合作,执导话剧《我们成为的她》,为这部聚焦女性成长的作品注入丰富的视觉诗意与情感张力;曾创作《蒋公的面子》《繁花》(第一&第二季)《活动变人形》的优秀青年编剧温方伊倾情加盟,延续其对人性复杂性的敏锐洞察,书写戏剧舞台上兼具思辨深度与生活质感的,“我们”如何成为“她”的幽微历程。

梁咏琪重磅加盟
献出内地话剧首秀

就在刚刚过去的2026年马年春节,香港女歌手、音乐创作人、影视演员梁咏琪以其经典的

短发造型、一袭粉色花朵长裙登台演唱《立春》,清新自然的嗓音唱功与别具一格的舞台风格,引发无数观众“回忆杀”。今年是梁咏琪出道三十周年,而她将以话剧舞台作为出道三十周年的里程碑式突破,重磅领衔《我们成为的她》饰演女主角。在春晚直播前的采访中她也“剧透”,主演话剧将会是她今年要迎接的最大的挑战。

出道三十年来,梁咏琪从未停止创作的脚步,现在也活跃在社交平台上,与观众们分享自己日常工作与生活的点点滴滴。因此,话剧《我们成为的她》对于梁咏琪而言,绝非一次简单的“跨界试水”,而是一场艺术生命的自然延续。“金智英”的故事,是关于无数女性在日常褶皱中被磨损、被忽视、被刻板定义却依然坚韧存在的故事。而梁咏琪本人,亦是一位在三十年的公众瞩目下,不断打破标签、重塑自我的“她”。这份对“自我”的不断追问与重建,与“金智英”的精神内核形成了跨越舞台的深度共鸣。

话剧《我们成为的她》将于2026年7月14日至7月26日在上海话剧艺术中心·艺术剧院带来首轮演出。上海话剧艺术中心将以一贯的高品质创作水准,将文字里的细腻与刺痛,转化为舞台上可触可感的共鸣。主创团队将深耕剧本内核,用克制而有温度的表达,还原女性成长中的每一个真实瞬间,直面当代女性的生存困境——那些无人诉说的疲惫,那些小心翼翼的坚持,那些渴望被理解与看见的期待,都将在舞台上缓缓铺陈,让每一位观众都能在金智英的故事里,找到自己的影子,听见内心的声音。

晨报记者 邱丽华



上海话剧艺术中心制作出品重磅新作,改编自韩国作家赵南柱原著小说《82年生的金智英》的话剧《我们成为的她》即将于7月14日-7月26日在上海话剧艺术中心·艺术剧院拉开首轮演出序幕,并将于3月20日全网开票!

现象级的女性文学原著
跨越国界的影响力

话剧《我们成为的她》改编自韩国作家赵南柱的经典小说《82年生的金智英》,小说以如实地记录当代韩国女性真实生活为创作初衷,通过讲述主人公金智英从童年到婚育的平凡人生经历,揭示了那些被社会习以为常、视作理所当然、