

她说

loud and clear

Her story



“突然间的一场大火，在很长时间里像余震一样吞噬着我们。但我不躲，也不退，生命在火焰中赤诚。我觉得自己既是脆弱的，但又是那么丰满和强大。”
——谢欣

对话谢欣：爱和独立，我两个都要

但·愿·记·录·能·够·担·当·此·任
见·证·她·们·始·终·在·场

“在困难面前退缩，不是谢欣的品格”

很多人都说，《萨蒂之名·春之祭》此时诞生并不算一个好的时机。一方面，新作官宣之后的那个周末，国内其他剧院就有来自谢欣好友的原创“春之祭”率先上演；另一方面，过去这一年，舞团某种程度上处于经济条件有限的时段，对于孵化一个新的作品来说，经济实力见拙。但谢欣却非常坚定：“我内心的声音是必须做，死都要做。”

在她看来，在劫难中生发出的生命能量，恰好成为了谢欣舞蹈剧场版本“春之祭”的种子。在斯特拉文斯基的原作中，作品描写了俄罗斯原始部族庆祝春天的祭礼——从一群少女中挑选一个牺牲者，她不停地跳舞，直至死去。但谢欣版的“春之祭”并没有照旧去诠释一个赴死之约。恰恰相反，谢欣想召唤一种向死而生的信仰。

2023年12月29日下午，位于松江区某创意园的谢欣舞蹈剧场突遭大火。当时损失最为惨重的是谢欣自有品牌的服装仓库，几百万的库存只剩下灰烬。办公设施设备、道具和服装、演出技术器材无一幸免。3间排练厅，屋顶只见一半。凝结着所有人心血和回忆的那个温馨干净的小白屋，彼时就只剩焦黑的断壁残垣。

大火后的很长一段时间里，谢欣有时会躲起来流泪，有时在屋子里不停地打扫卫生，迫使自己不要停下。在消化巨大伤痛的同时，作为舞团的核心人物，她还要打起精神，解决接踵而至的每一个大大小小的困难。

“重建的过程中，我们花了200多万去把舞团捡起来。那是尤为困难的时期，创作新作品需要钱，重新装修排练厅也需要钱。有段时间到了快要发工资的时候，办公室提醒我舞团账上只有1万块。要等我们演出的费用进来，才能发出工资。”养活一个近20人的民营舞团，一切都要自负盈亏，其中艰难可见一斑。

“我也可以告诉所有人，对不起，我坚持不下去了。但面对困难往后退，我觉得这不是谢欣的品格。所有人都在你身边，坚定地走下去，舞团自然会有新的生机。”

秉持着“越难的时候越要往前冲过去”的信念，谢欣没有遣散任何一位团队成员，继续投入工作。一年之后的现在，新白屋已经初见雏形，将会在3月与观众见面。未来这里不仅是有艺术图书馆、咖啡、鲜花、健身房，还有青少年的艺术实验中心、小剧场、服装品牌的线下体验店。“我们在这里舞蹈，更在这里生活。”

这次大火算是舞团成立以来最大规模的一次考验，但仔细想来，过去10年间谢

2023年底，谢欣舞蹈剧场排练厅突遭一场大火，多年的心血化为灰烬。用谢欣的话说，这等于“家没了”。过去一年，作为团队的创始人和艺术总监，谢欣一边忙着场地重建，一边照常推进着舞团排练演出和国内外创作委约，还有粤港澳大湾区舞蹈周和身体最前沿等等与舞蹈教育相关的项目。谢欣舞蹈剧场火灾后没有在压力下辞退任何一位工作伙伴，保持着20人的台前幕后阵容，舞团的经济在自救的过程中寻找着平衡，音乐舞蹈新作《萨蒂之名·春之祭》，就是在这样艰难的条件之下完成的。

本月21-22日，该作将在上海国际舞蹈中心大剧场首演。我们借此契机对话谢欣，回望过去10年，她从舞者到舞团创始人、从女儿到妈妈的身份变换。经历了在电视综艺中大放异彩的高光时刻，也走过了一场大火带来的至暗时刻，她身上既有一股确定的韧性，又流露着感性和柔软。两者并不矛盾，它们同时成就了一个独一无二的谢欣。

欣要操心的大事小情也不在少数。回想当初自立门户成立舞团的时候，谢欣还不到30岁，对一个年轻的女孩来说，这无疑是一个很需要勇气和魄力的决定。

“不要总是先把困难想成一座山一样挡在你面前。”提起这些过往，谢欣淡然地摆摆手。彼时的她虽然年轻，但也已经在广东现代舞团、北京陶身体剧场等国内好几个著名现代舞团有过不少演出经验。到了一定的时间节点，她希望自己可以更自由地选择作品和同伴，用自己的艺术嗅觉去打开更多的可能性。

“这是一个很自然的过程。当然，舞团时时刻刻要面临生存问题，但你一个人的时候难道就没有生存问题了吗？小的困难不值一提，大的困难，来，我接得住。我是因为现代舞而找到了人生的方向，谢欣舞蹈剧场更是让我成为了一个托得住他人也更有担当的人，舞团赋予我的远比我给予它的要多。”

过去这几年，谢欣多了很多斜杠身份。她是《舞蹈风暴》的冠军，是“浪姐4”（《乘风2023》）的舞蹈担当，也成立了自己的服装品牌。但更多时候，她要么待在上海谢欣舞蹈剧场的排练厅，要么就是只身一人奔赴国外委约创作，或带着舞团在欧洲巡演的路上。

“既然热爱那就保持奔跑。”

“用自己的方式赢得尊重，爱与独立并不矛盾”

作为一名女性舞者、编舞和创业者，谢欣也总被问及，女性在这个行业里的处境如何。

“现代舞者，不分男女，是不太容易的。但要始终相信，当你成长为一位很棒的职业舞者，当你是一位备受国际市场期待的编舞时，相信职业会给你的生活带来尊重，所以，做自己想做的，做就好，做就自然有声有路。”在谢欣的观察中，所有职业舞团给到舞者们的待遇和尊重是平等的。当然在欧洲，女性编舞家也会得到一些特别的关注和扶持，因为业界也观察到女性编舞家初期在被信任度上、中期在身体状况以及生育所带来的职业生涯的变化上更具挑战。

“世界是在以一种公平的方式去展现它的不公平，没有什么值得抱怨和单独放大的，女性的生命体验和男性本来就是完全不同的。”谢欣列举，世界范围内也有不少划时代的女性编舞家，“比如玛莎·葛兰姆、皮娜·鲍什、克里斯朵·派特，她们都给现代舞以及当代艺术的创作带来了颠覆性的力量。”

在谢欣看来，不光是舞者、编舞，所有行业的女性都会面对不同的年龄阶段带来的选择时刻，“关键在于你想要什么”。

34岁那年，谢欣有了女儿雅禾。发现怀孕的时候，她刚刚进入舞蹈《大饭店》剧组开始排练。客观上来说，那也不算是一个最合适的时机，但谢欣并没有太多犹疑。“还是那句话，不要预设困难。就顺其自然地去感受一个生命在我身体里成长的过程，我愿意和她一起创造这段特别记忆。”

怀孕6个月时，《大饭店》在国家大剧院首演。演出前的白天，谢欣因身体原因去了趟医院。医生在听说她当晚还要跳舞时惊讶地问：“你要孩子还是要演出？”谢欣回答：“两个都要。”

随着演出到最后一场，谢欣也迎来了孕期第8个月。她感受到了肚子越来越重，舞台上移动的速度在变慢，也不能深蹲了，甚至有时跳着跳着还会感受到一阵一阵的宫缩。每一次落地，观众都要为她捏一把汗，但是谢欣心里很有谱：“我有分寸的，知道怎么可以保护自己。同时，也很享受那一刻被完全放大的感知力。”

孕期8个月还在演出，产后14天重回排练厅，或许在外界看来，谢欣的生育过程显得过于轻松了。但实际上，只有她自己知道，自己并非这么“神”。“我能感受

到身体有一些生产留下来的痕迹，比如说打过无痛的神经需要修复，腿部力量变弱，肺活量也需要恢复。但没关系，你在重塑的过程中，会重新学习，没有弱就没有强。”

更重要的是，随着女儿的逐渐长大，谢欣感受到了更多生命奇妙的延续。比如，从小在排练厅和演出现场长大，如今5岁的雅禾也在舞蹈上颇有天赋。曾经谢欣在节目中坦言，自己有时会焦虑于无法在繁忙的工作和陪伴女儿之间求得平衡，如今，她释怀了很多。“我很开心，这是我为自己做的选择。或许她在生活里会更依赖爸爸和爷爷奶奶，但是她会喜欢和我一起跳舞，她知道妈妈在做什么。”

而除了女儿的理解，丈夫刘鹤也给了谢欣很大的力量。在舞团，虽然谢欣是艺术总监，但刘鹤作为制作人，也承担着很多经营上的大小事务，谢欣称之为“舞团的支柱”，是“让一切项目可以实现下去最重要的人”。而在家，谢欣的形容更令人动容：“看着他作为父亲的样子，我会非常羡慕我的女儿。”

在工作和生活上，谢欣和刘鹤都是并肩前行的。在他们之间，爱与独立并不矛盾。“你要有一颗既自私又不自私的心。自私是，你要成为你自己，为你的热爱去做每一个选择。不自私是，与此同时你也要看见、听见对方的心。成就彼此的爱是美好的，这当中需要尊重、懂得、分寸、平衡……爱与独立相加，就是美好的人生吧。”

文 / 晨报记者 王琛 图 / 受访者供图
插画 / 戎青钰

