

不设限的人生 舞台永远在脚下

2026“IN尚秀”风采汇演侧记



最坚韧的“焕新者”

在争分夺秒的后台,马琼瑛刚换下古典舞的纱衣,又迅速套上了旗袍。她一人要完成《入画江南》《梅花泪》等四个节目的表演,也是名副其实的“赶场人”。她笑着说,“家人都说我比上班时还忙。”

然而,这样的忙碌对她而言,曾是不可想象的。

“以前很多活动都参加不了,身体跟不上,容易累。”马琼瑛坦言。因为健康原因,她曾经过了一段深居简出的日子。最初来报名时,她也只敢报下午的课,“担心自己坚持不下来。”

如今,她却能出现在早、中、晚各时段的课堂上。

“能站在这里,就特别高兴。”她一边整理头饰一边说,“表演不是要和谁比,就是想给自己看看,也给大家看看,我还有这个心气儿。”

从一个很少出门的休养者,到如今穿梭于不同排练教室的积极参与者,马琼瑛的节奏或许不算最快,偶尔也需要歇一歇,但对生活的热情,已经让她重新走上了属于自己的舞台。



活动现场。受访者供图

最热忱的“多面手”

在本次汇演中,来自“别样同学”的薛瑜一人就参与了六个风格迥异的节目,涵盖古典舞、旗袍走秀、蒙古舞及时装秀。从温婉的《梅花泪》到飒爽的《寂静的天空》,再到诗意的《入画江南》,她在后台争分夺秒换装的身影,成了一道独特的风景线。

“年轻时候没机会,现在有时间了,各种都想尝试。”这位1959年出生、笑称自己“奔七”的表演者,身上丝毫不见疲态。

“上午练舞,下午走秀,晚上还要对着视频抠动作,家人都说我比上班时还忙,但心里充实啊!”她坦言,走上舞台不仅提升了自信,更让她看到了人生更多的可能性。薛瑜用自己的节奏证明:热爱,永远不晚。

对于同时参与六个节目的挑战,薛瑜显得从容而务实。“节目和节目之间还是有空隙的。”她解释道,“我们可以在后台争分夺秒,把服装、造型都换好。”在她看来,这种忙碌是充实而快乐的。“现在感觉自己体能还行,节目安排上应该没问题。”

最敢闯的“新人王”

“内在美会自然流露在外,我更享受在台上的每一步。”刚结束时装走秀的童仲郅,眼中闪着光。仅仅6个月前,她还只是一个毫无经验的“走秀新手”,如今已能踏着音乐节拍,从容自信地完成表演,实现了一场从生涩到自如的时尚蜕变。

她的转变并非孤例。在本次舞蹈节目中,5位表演者里有3人是首次登台。她们从基础动作练起,在排练厅里一遍遍磨合,一步步迈过了“害羞跳不好”的心理关卡。

“我们不是为了成为专家。”一位舞者说,“就是想证明,学习这件事,什么时候开始都不晚。”

这份“从零开始”的勇气,深深感染了现场观众。有观众感慨:“看到哥哥姐姐们这么敢尝试,我们还有什么理由不努力?”

许南涛 缪悦 记者 孙磊

1月29日下午,诺丁山艺术中心的后台比前台更热闹,这里是浙江省旅游协会康养文旅分会主办的“IN尚秀”银龄时尚汇演排练现场。

这里没有比赛,没有排名,只有一群平均年龄六十岁上下的伙伴,在认真完成一件关于“热爱”的小事。

本次汇演共呈现了19个精心编排的节目,类型丰富,涵盖古典舞、旗袍与现代时装走秀、蒙古舞、朗诵及现代舞等多种形式。参演者中,既有昔日的教师、医生,也有退休干部。其中年龄最高的表演者已年过七旬,依然精神矍铄地站在舞台上,用行动诠释着“人生不设限”的主题。



活动现场,主持人与薛瑜(左)互动。
孙磊 摄