

Z世代文化报告

## 越努力越幸运的“白天鹅”

龙年除夕夜，上海芭蕾舞团首席主要演员戚冰雪第一次站上了春晚舞台。29只“上海天鹅”飞身春晚，展现了“海派芭蕾”独有的韵味。作为入团上芭以来，跳得最多的一部舞剧，《天鹅湖》也见证了戚冰雪从一只丑小鸭逐步成为白天鹅的蜕变之旅。

对戚冰雪最深刻的印象，总是跳不开两个画面。其中之一，是排练厅里或者演出侧台，那个寡言少语，默默酝酿情绪的姑娘。另一个画面，则是褪去脚尖鞋，那双缠着胶布，写满汗水和伤痕的芭蕾舞女演员的脚。十多年来，她的微信个性签名一直未变：“越努力越幸运”。在她身上，有幸运，更离不开努力。

青年报记者 冷梅

## 丑小鸭和白天鹅

青年报：第一次登上春晚有何感受？

戚冰雪：之前也没有很强烈的感觉，但是当我第一次踏入中央电视台的一号演播大厅，感受立刻强烈起来。周遭满是龙年春节的氛围感，历年春晚的照片也如“电影镜头”一般从眼前划过，才真正意识到自己将要上春晚了。春晚舞台比想象中朴素，也比想象中神圣。对我触动最大的是第一次带观众彩排，我既紧张又激动，甚至有些不知所措。对我来说，能够登上春晚舞台，是一种荣耀。

其实，在春晚跳《天鹅湖》感受完全不一样。我们已经习惯了在舞台上被道具和布景环绕，观众席是漆黑的，我们被剧中的环境包裹，那一刻是分外安全的。央视春晚舞台，脚下是LED屏，它很高科技，但并非专业的地胶，脚尖动作的脚感是完全不一样的，并且LED的分隔屏每一块可以升降。虽然我并不恐高，但是在6块升降屏的忽高忽低中完成脚尖动作，对肌肉和核心的要求是非常高的。你在聚光灯之下，还要时刻关注自己的表情管理，镜头前每一帧捕捉到的脸部特写都要尽量完美，对我们来说，这些都是巨大的挑战。

青年报：作为入团以来跳得次数最多的舞剧，《天鹅湖》对你有什么样的意义？

戚冰雪：《天鹅湖》对于我来说，也是一个丑小鸭变成白天鹅的蜕变过程。说起来，这是我自

身的问题，就我个人条件来说，其实并不太适合跳《天鹅湖》，所以我很感谢上海芭蕾舞团，辛丽丽团长很信任我，她觉得我能够拿得住这个角色，“硬逼”着我反复练习，细抠动作。当时我也很痛苦，因为看好我的人不多，就连我自己也觉得无法胜任这个角色。从当年很不自信到如今饰演《天鹅湖》也有了一定的底气，就像剧中情节一样，我自己也完成了从丑小鸭到白天鹅的蜕变。

青年报：都说《天鹅湖》是芭蕾舞女演员的试金石，剧中分饰黑白天鹅两个角色，各有什么难点？

戚冰雪：这个舞剧又是大家如此熟知的。它对我来说，真的是一个“坎儿”。最难的地方，是胳膊一定要很柔软，脖颈修长，气质上又比较忧郁，楚楚可怜。那时，我不断观看各大芭蕾舞团的白天鹅影像资料，排练老师也一直辅导我，针对性地就一些问题对着镜子反复练习。相比之下，黑天鹅就没那么困难，似乎“坏角色”更容易饰演。黑天鹅对演员的要求主要在技术上。大家所熟知的32个“挥鞭转”，同时要接双人舞，接变奏。大家看到32个“挥鞭转”时已经是演员最累的时候了。我在这部剧中下了很大的功夫。

青年报：进入上芭以来，你在16部芭蕾舞剧中担任过主演，挑战最大的是哪部作品？你最钟爱的又是哪一部？

戚冰雪：挑战最大的作品就是《花样年华》。接触这部剧的时间和《天鹅湖》差不多，我也是没有什么信心，觉得剧中角色



上海芭蕾舞团排演《天鹅湖》。

“王太太”离我很遥远。所以每次复排之前，我都需要提前很久去寻找状态。它的困难不是动作上的难度，而是人物的内心刻画。穿着旗袍跳舞，需要演绎的是姿态，姿态当中内化人物的人生阅历。我自己特别喜欢的作品是2023年5月上海芭蕾舞团新创排的《歌剧魅影》。

## 勤奋和幸运

青年报：说到《歌剧魅影》，我记得你曾坦言，剧中人物的情绪表达是最难的。过程中你如何去提升角色的塑造力？

戚冰雪：先说《花样年华》，人们印象最为深刻的是初版季萍萍老师塑造的角色形象。当年，我20岁出头想要诠释出剧中“王太太”的人物特质，其实压力很大。好在那时有萍萍老师手把手地指导，她还告诉我当年导演排戏时很多创作想法。这在上海芭蕾舞团也是传统，“老带新”不遗余力，倾其所有。同时，她还鼓励我，这个角色不可能跳到一模一样，你跳出自己的特点就是最好的呈现。

就我个人而言，我有一个习惯，在诠释任何一部作品时，都会找出前辈们的各种影像资料深入研究，揣测角色。这些资料可以帮助我更直观地理解角色。《歌剧魅影》则是新创排的原创新芭蕾舞剧，女主人公对两个男人不同的情感表达是需要我不断琢磨的，变成舞台上更显性的两种情绪。我相信，我在剧中能够表达出来，观众应该就能感受到。上台之前，我有个习惯，通常会躲在角落里安静地待着，并在心里默默地酝酿情绪。必须让自己安静下来，保持平静，才能迅速进入角色。所以我需要尽量让自己没有多余的消耗，保持冷静，这样站在舞台上才能该爆发时爆发，该平稳时平稳。

青年报：去年10月，升任上海芭蕾舞团首席主要演员，你对自己有什么样的新定位？

戚冰雪：我觉得“首席主要演员”这个位置就是我的新定位。首席舞者对每一位演员来说都是梦寐以求的位置。这个位置对我是动力，更是督促。我不能有丝

毫松懈，完全不能偷懒。

青年报：从群演一步步成为上芭首席主要演员，能不能讲讲自己在舞台上经历的蜕变？

戚冰雪：小时候因为喜欢芭蕾，我才会选择来到上海舞校学习。其实，我不是班里最好的，但是我也没有想过放弃。我直接考了团，有幸进入上海芭蕾舞团。我就想当演员，但是还没有想好是当芭蕾舞演员，还是其他演员。当时，我只报考了上海芭蕾舞团，没想到上芭就签了我。那时，我在想，就先当芭蕾舞演员吧。

我要感谢辛丽丽团长，因为是她给了我机会。刚进团从群舞一点点做起，我从来没有想过自己能这么快接大戏，这么快跳“主角”。团里的这些老前辈都有“慧眼识珠”的能力，准确把握每一个演员的特点和优点，来帮助我们放大自己的优势，迅速成长起来。

人生中的第一部大戏是《长恨歌》，当时原计划中的女主受伤，我临危受命顶了上去。之后，团里也给了我很多机会接大戏。记得2017年时，一年当中我跳了四五部大戏的女主角，若不是团里充分信任，其实也很难有这样的机遇。我有点“初生牛犊不怕虎”，因为年龄小，不太在意别人怎么看我。我心中时时刻刻想的就是不能给团里丢面子。

青年报：对你来说，勤奋和幸运哪个更重要？

戚冰雪：我觉得都很重要。我微信上的“个性签名”，从毕业那会儿一直用到现在，十多年没变了。那句话就是：越努力越幸运。首先你得努力，才能获得幸运。因为努力，你的人生大道才会迎来坦途。也许这句话，现在看起来有点“老土”，但是我依然希望它对当下的同龄人能够有所借鉴。

## 海派与经典

青年报：11岁只身来到上海，过去若干年，对这座城市最深的印象是什么？

戚冰雪：今年是我在上海的第17年，这里已经是我第二故乡了。我现在也是一个新上海人。我特别喜欢上海，她是一座很温暖的城市，上海人很包容，也很热情；上海又很多元和国际化，更为

我带来了不断提升的环境。

青年报：你如何理解“海派芭蕾”的美，最想传递的关键词是什么？

戚冰雪：我觉得“海派芭蕾”其实是一个独特的演绎方式。海派体现在我们很讲究细节，很讲究氛围营造。团里的前辈都会对舞蹈的细节提出非常高的要求，特别是对大动作要求更多。在我们的教室里，灯光不会很亮，因为团长要为我们营造一个环境感，提前感受舞台上的氛围，让大家更快进入到角色当中。我觉得这就是“海派芭蕾”的一个缩影——要求细腻。

青年报：作为Z世代的文艺工作者，如何去传承和发扬中国传统文化？

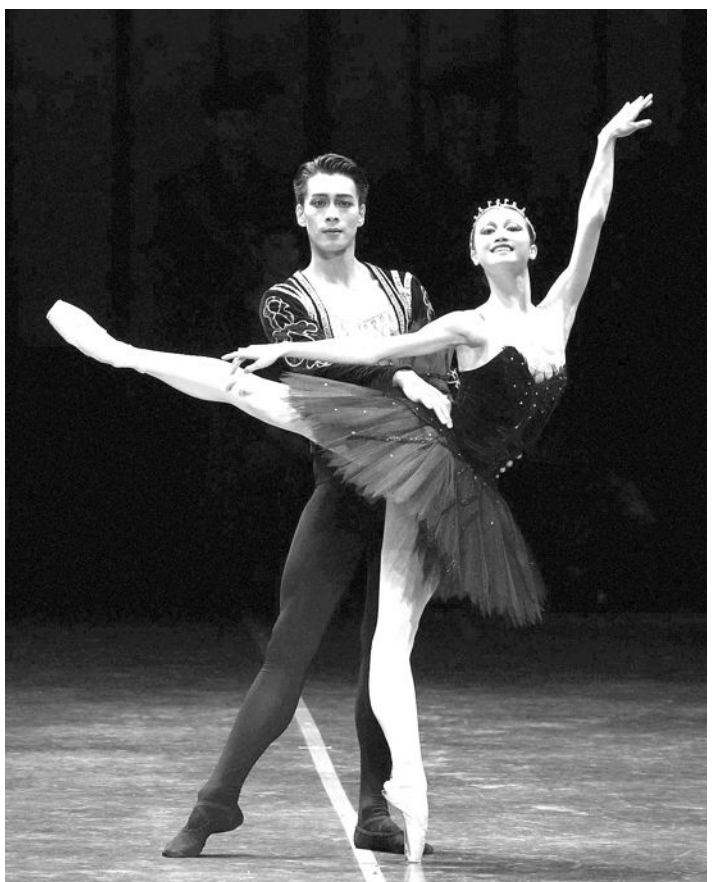
戚冰雪：我们新时代的文艺工作者，有一点特别幸运，我们能得到上一代的前辈给我们传授经验。我们既可以通过影像资料学习，也能得到他们亲临的现场指导。这些经验太珍贵了。我们既能抓住上一代的经验，也能跟上新的时代。就像习近平总书记所说，我们要传承红色经典，一定要讲好中国故事。我们这代人其实非常爱国，对于国家和民族有着浓厚的情感依托。上海芭蕾舞团也有很多经典的红色作品，如《白毛女》《闪闪的红星》《宝塔山》。每一次，我在舞台上面对党旗时，都心潮澎湃。我们这一代年轻人，要从骨子里建立这样的使命感，把老前辈传承下来的经典作品、红色精神延续下去。如何做好传承？我们要继续多看多学，让这种精神薪火相传。

青年报：跟前辈们相比，你认为Z世代文艺工作者有哪些明显的特质？

戚冰雪：就我个人的了解，Z世代的文艺工作者处于信息时代，他们的视野很开阔。每个人都很有独立，也很有思想。对很多事物都有自己独特的见解，更能从多维的角度去思考问题。他们更愿意接受新事物，勇于尝试。

青年报：对当下的同龄人最想说的一句话是什么？

戚冰雪：做自己，相信自己，不惧时代，越努力越幸运。



戚冰雪(右)通过自身努力完成蜕变。 本版摄影 青年报记者 常鑫