



Key 摇摆舞达人

当灰姑娘穿上水晶鞋，她遇到了王子，而当Key穿上了舞鞋，她遇到的是一个新生的自己。

只要音乐响起，内敛和矜持就会被她抛在脑后，不自觉地热情摇摆起来。在开心畅快的欢乐氛围下，大家一同舞蹈，很快就拉近了人与人之间的距离。

当灰姑娘穿上摇摆舞鞋

【文/蔡娴 图/受访者提供】

我们常在老电影中看到，当爵士乐响起时，众人放下酒杯，起身随着节奏随性扭动，这种动感十足又随性欢快的即兴舞蹈叫做“摇摆舞”。在魔都，如今依旧有不少年轻人热衷于摇摆舞，每到周六晚上9点，天平路巾幗园的3楼就会聚集一批有着复古梦的年轻人，他们听爵士、跳跳摆、秀才艺，享受摇摆时光。

打开一扇门，遇见一片舞台

在接触摇摆舞之前，Key是一个普通到不能再普通的上班族。她在香港的一家咨询公司做市场调研的工作，虽然这是时下正被热议的一份工作，但她不是“罗子君”，也没有那般跌宕起伏的生活，有的只是勤勤恳恳，日复一日，倾注了她12年的光阴。

三年前，当朋友质疑她的“一成不变”，她才开始反省自己，并来到上海开始了新的工作、新的生活和新的探索。来到上海不久，Key就在朋友的推荐下，接触到了摇摆舞。对一个从来没有舞蹈经验的人来说，在大庭广众下跳舞是一件不可思议的事，原本四肢僵硬的Key没有想到，摇摆舞居然成了她人生中的一把钥匙。

当Key发现用自己的身体也能够表达节奏的时候，就毅然决然地爱上了这个舞蹈，并沉浸其中无法自拔。只要音乐响起，内敛和矜持就会被她抛在脑后，不自觉地热情摇摆起来。人生地不熟的Key也正是通过摇摆舞，开始不断地结识新的朋友，在开心畅快的欢乐氛围下，与大家一同舞蹈，很快就拉近了人与人之间的距离。

她开始每天下班都期待着去跳跳摇摆舞，基本每周参加一次舞蹈教学和两次舞会。那段时间，Key只要一有空暇，即便是在等地铁的时候，脑子里就开始播放起了摇摆乐，身体也会自然地舞动起来。她说，每次下班之后赶着去跳舞，变成了她一天之中最期待也最快乐的时光，舞蹈让她变得更积极更开朗了。

去年，Key开始组织自己的舞会Crazy Swing，她想把

自己对摇摆舞的理解和热爱分享给更多的人，也让志同道合的人找到挥洒热情的舞台。Key还记得第一次办舞会，即便天气不佳也仍有50多人来支持她，让她充满信心。到现在，Crazy Swing已经连续14个月在每个周六举办社交舞会，迅速扩大了上海的摇摆舞人群，平均每场参与的人数高达120人，算得上是城中人气旺盛的常规舞会。Key也会定期每月举办主题大舞会，比如老上海爵士乐队、复古市集、怀旧电影等，在今年的一次主题舞会上，甚至吸引了300多人参加。

摇摆出无限可能

舞会越办越大，朋友也越来越多，摇摆舞像是将Key引入了一个奇妙的世界，开启了她身上的无限可能。即便是小时候虚无缥缈的设计梦想，如今也在Key的努力下终于实现了。去年，Key创办了自己的舞鞋品牌Made in Lindy，她将复古元素和自己对舞鞋的理解巧妙地融合在手工牛皮舞鞋里，同时兼顾了舒适度和高颜值。虽然只是通过网络的方式和朋友间的口碑相传，但至今已经售卖了700多双鞋，其中还有不少来自美国、法国、德国、新加坡等地的粉丝，越来越多的人喜欢她设计的鞋子，还得到了业内人士的认可，这些小小的成就让Key欣喜不已。

其实，创办品牌并不在Key的计划之内，她说，这“神来之笔”离不开因为摇摆舞而认识的那些多才多艺的朋友们，有人帮忙牵线联络，有人帮忙制图打版，甚至还可以帮她当模特走秀……打开了设计世界大门的Key，今年又辞去了稳定的工作，专心投入到热爱的摇摆舞事业中。她还开始筹备起新的女装品牌Animal Jungle，同样是契合摇摆舞风情的复古玩味风，在即将举行的服装发布会上，Key就别出心裁地邀请跳跳摇摆舞的朋友们来展示她的作品，她认为，与其选择普普通通的专业模特，不如用这样的展示方式让大家投入感更强一些，跟品牌的风格也更契合一些。

对于自己创立的两个品牌，Key认为都是因缘际会下



的巧遇，自己并没有太长远的计划和目标，只希望能享受当下，尽力而为。而她最大的目标，还是希望通过自己的推广，让更多的人认识和喜欢摇摆舞。

她跑到世界各地去参加摇摆舞训练营，向世界展示来自中国的摇摆舞姿，同时也是学习和取经的过程。Key还会亲自开课来指导新手，并已经坚持了一年多。她说，自己会一直教新人课程，为的是要帮他们开一个头，或许有人也会像她一样，发现一个全新的自己，“我想帮他们找到一个入口，之后的路让他们自己去探索，或许在路上也会认识有趣的朋友和美好的事情。”

她想告诉大家，摇摆舞的一大魅力就在于它的包容性，你完全不用在意动作标不标准，只要尽兴就好，每个人对摇摆舞都可以有不同的解读。你可以像追求艺术一样的对待摇摆舞，精确地控制自己每一个动作，把握每一个精准的节奏。也完全可以只是当作放松和运动，让人从敏感压抑的状态和僵硬的身体中解放出来，“我们跳舞，未必在舞技上会得到多大的成就，但能让我们看到人生更多的可能性，这才是最重要的。”



生活周刊×丁佳

Q: 摇摆舞最大的特色是什么?

A: 摇摆舞(Swing Dance)是一种伴随着20世纪三四十年代的爵士乐，和搭档一起跳的舞蹈。摇摆舞发展于美国各大舞厅，带有很强的社交舞基因。摇摆舞者的语言就是节奏、好玩和即兴。

Q: 是不是像其他舞种一样，摇摆舞需要很多时间的训练?

A: 摇摆舞的姿态要求是最接近人们日常行走和运动的，跳跳摇摆舞，你完全不用在意动作标不标准，只要尽兴就好。特别适合久坐或久站的人来活动一下筋骨。而摇摆舞对应的摇摆乐(Swing Music)，是爵士乐的一类分支，节奏明快而多样，多种乐器的和声丰富而有趣，是最具可玩性和兼容性的音乐类型之一。