每天上午9时到下午5时,不只是1000个打飞脚200个踢腿,更有前辈权威导师的精雕细琢打磨

长三角舞台大集训:一出戏大家唱

■本报记者 诸葛漪

“翻手时,胳膊肘不要往外抬,不好看。”候场时,青年演员们悄悄议论着,彼此检视服装与动作,极像军训最后一天的学生,准备为集体检阅做个漂亮的总结亮相。浙江音乐厅后台过道摞满巨大的道具箱,只容一个人通过。有演员见缝插针,靠着墙壁压腿;还有人轻盈地翻身,狠狠踏一踏地板,摆出潇洒的起手式。

一个月夏季集训后的汇报演出,上海昆剧团、浙江昆剧团、永嘉昆剧团每个人都不想输,都想拿头彩,又有惺惺相惜的默契,只有身在其中的人才知甘苦。台上,浙昆“代字辈”青年演员黄翌在翻旋子,翻到第 20 个,大家在侧幕情不自禁为他数数,“21、22、23……”数到第 50 个,一位女演员轻声和同伴嘟囔,“我看到这种拼劲就会感动、想哭。”

▼2018 年 11 月 22 日,由浙江昆剧团、上海昆剧团、苏州昆剧院联合演出的三地联动明星版《牡丹亭》在成都上演。 视觉中国供图

▲扬州扬剧研究所邀请裴艳玲大弟子董素坤千里迢迢为青年演员授课,一招一式,丝毫不怠。

▶扬剧研究所的青年演员陈芒越为两地的青年演员们交流,教授长绸,图为上越青年演员陈欣雨在训练。

均资料照片

集训后瘦了好几斤

今年,上海昆剧团迎来第 10 年夏季业务集训,首次携手浙江昆剧团、永嘉昆剧团开展长三角联动集训。“经历《临川四梦》的轰动世界,走过全本《长生殿》10 年辉煌,体验建团 40 周年的光荣和骄傲,此时此刻,我们也要居安思危,下一步将是什么?”上海戏曲艺术中心总裁、上海昆剧团团长谷好好问自己,也问所有演员:“老一辈艺术家引以为傲的技艺,在青年身上是否还能继续保持优势?面对日益优越的物质条件,当下的青年是否还能守住追逐艺术理想的初心?”

集训导师席上的谷好好是严厉的,声音低沉而果决,“眼睛亮起来,要笑。”一大早女演员们开始跑圆场,谷好好的视线在每个人身上巡视,“你们每个人头顶上,都要想有根绳子吊着走,身体不要摇,最累的时候就是最长功夫的时候。”再上一层排练厅,男演员练习打飞脚,“五个五个来,要拍响。”指导老师赵磊大声喊着。

每天上午 9 点到下午 5 点,每位演员要完成规定数量的基本功练习,1000 个打飞脚、正圈 5 分钟和反圈 5 分钟的圆场、100 个以上的虎跳前扑、200 个翻身、200 个踢腿……基本功之后是精雕细琢的打磨,比如“抠”身段,“手指、足尖的角度被一一扳到正确的位置。”永嘉昆剧团演员胡曼曼不好意思地笑了,“一开始就是姿态不太对,练习戴靠对打的时候,不小心被对手演员把靠打坏了。”

“全国昆剧院团是一家,市场大了,大家才能好。这次集训是青年人的竞争,将小溪汇集成大河,现在穿特大号练功服的人一个月后穿上小号。”应验谷好好在集训开始时的话,大家果然瘦了好几斤。杭州站汇报演出前一天深夜 1 点多,浙昆武旦演员倪润志收到上昆老艺术家王芝泉的微信,“我要来杭州了,看你演出。”

另一位浙昆演员王恒涛见惯不怪,“老艺术家都特别较真。岳美缇老师膝盖不好,每次指导《雷峰塔》,她宁可叫两个学生搀扶着,也要跪下去,实打实地给我们做动作示范。但凡排练,汪世瑜老师盯着我们,从来不走开一步。”

浙江京昆艺术中心党委书记周鸣岐表示,浙江昆剧团参与本次集训的有国家一级演员,也有第六代青年演员,“集训请来这么多权威老师授课,这是一团之力做不到的。联合集训将带动长三角院团团结凝聚,辐射未来。”永嘉昆剧团团长徐显眺直言,“剧团惯常在周一和周四练功,以前从来没有集中一个月时间练功,这是一次把整个剧团带动起来的绝佳学习机会。”

夏季集训,王恒涛见识到中生代师哥师姐们的厉害,“从梅花奖到白玉兰奖,黎安老师在舞台奖项上早就实现大满贯,可他练功比我们还积极,周六下着雨还来排练厅。”因为出访演出,黎安没赶上《雅观楼》《群英会》授课,他特地拜托指导老师王凯加开小灶,“武戏演员不容易,错了一个动作就跟不上拍,完全不能漏。我每次练完都是上气不接下气,比唱大戏还紧张,回家了还默默在脑中复习。”

“雉尾生的戏会用到武戏动作,正好借集训拓宽戏路,丰富表演手段。”会演间隙,黎安与浙昆小生演员曾杰商量,明年夏季集训要带着团里的小生演员练基本功,一起为观众表演毯子功、翻跟头。

上昆闺门旦演员罗晨雪同样把集训当作积蓄实力的良机,她首次耍枪、舞长绸,为秋天演出《雷峰塔》打下动作基础,“按照年龄,我在集训队伍里可以算师姐,但不努力照样会落后。”“他们对待戏曲艺术的心非常纯粹,他们的认真渴望打动我。”集训间隙,小字辈会主动找罗晨雪聊戏、请教戏,“他们到上海来看戏,会来后台看我们的化装,观察如何画得更好看。”黎安为年轻同行们拍曲,“以往昆团排练,多按照行当、戏码分组,各学各的。这次聚拢在一起,大家都想多学一点东西。”一上午集训结束,演员们走出排练厅大门还在讨论,“练气息,得口腔打开,声音多往后靠。”

女花脸镇住所有人

高温天,除了关空调的高强度训练,集训组织演员们深扎到浙江永嘉农村演出。赶上台风天,从杭州到永嘉,车队足足行驶了六个半小时。永嘉一场演出持续三个多小时,演完都快晚上 11 点了。

《扈家庄》演出时突遇意外,浙昆年轻文丑演员郑邵宇临时救场,顶替无法上场的同事演绎王英一角。得益于集训扎实的基本功,他从文丑变身武丑,成功完成高难度的矮子功。三地院团乐队也在集训中全体上阵,邀请上海京剧院老师加入指导大锣、铙钹,以戏带功,借助训练曲目《唐宫惊梦》,合并三团文武场进行合奏。“感谢浙江省昆剧团和浙江省永嘉昆剧团共同参与。这些兄弟院团身上的很多闪光点都非常值得上昆学习。每位演职人员洒下的辛勤汗水必将润泽大地,收获满满。”谷好好说。

他山之石,可以攻玉。2016 年底,上海越剧院推出“英姿红袖·精粹传承”系列集训计划,在每年冬、夏两季展开六周到七周集中业务训练。今夏,上海越剧院首次走出上海,与扬州市扬剧研究所、绍兴小百花越剧团缔结为首批长三角友好院团联盟,开展“三地联动”系列集训。

集训首站在扬州。第一天,扬州市扬剧研究所学员的经典折子戏汇报展示把所有人镇住了。从上海越剧院院长梁弘钧到上越三团(青年团)团长李颖异口同声,“十来岁的小姑娘们基本功特别扎实,唱念做打像模像样。尤其是一位女花脸的《通天犀》,在细细的椅子扶手上完成一系列高难度动作,大家都拍手叫好。”

听闻女花脸徐梦雪的故事后,上越的年轻演员们更是跌落眼镜。“为了演戏,她一直剃光头。”李颖重复了两遍,“剃光头,现在我们的演员们能有这样的敬业精神吗?”徐梦雪凭《通天犀》在江苏省戏剧红梅奖大赛拿到金奖,大师裴艳玲点评:“一个女孩子为了热爱的事业这么努力,了不起。”徐梦雪自己并不把光头当回事,“老师一开始就要我推光头,不然不教,我就哭了,后来几个男生硬是陪着我去理发店。男生会做的动作我都要会,而且要更好。”

台上比功夫幕后拼管理

比你有天赋的人比你还努力,李颖坦言,“对年轻演员肯定有刺激,大家看戏都在一声声惊叹。”上午看完戏,下午上课,台上舞长绸的扬剧小演员变身老师,指导身段动作,“她比我们的演员还小几岁,身上功夫不简单。越剧不太有长水袖、长绸项目,更多见于京剧,比如《天女散花》。这次来扬州,大家又学到了新技能。”

队列凭颜色辨人,绍兴小百花越剧团演员们穿红色练功服,上海越剧院演员穿黑色练功服,集训同时双方都在参与越美中华·越剧青年演员大会演,可谓棋逢对手。“白天练功,晚上都在看越美中华比赛视频。”

生行主教老师、河北梆子女武生董素坤开课前先模底。绍兴小百花越剧团以武功见长,几位男演员翻起跟头来,不亚于京昆武生。绍兴小百花越剧团党支部书记吴凤花与上海越剧院领导一样全程督阵。“不能输!”上越小生演员范莹平时以文戏为主。她坦言,扬州行是一次高强度学习,“董素坤亲自授课,我们一周身体训练科目内容抵得上学校一学期的量。”

“在同一个平台上找差距。一出戏大家同时唱。”谷好好说,“请进来”“走出去”的互动集训让三地青年演员相互激励、相互竞争,比斗志、拼干劲,找到可见、可信、可学的身边榜样,做到学有目标、赶有方向、见贤思齐。

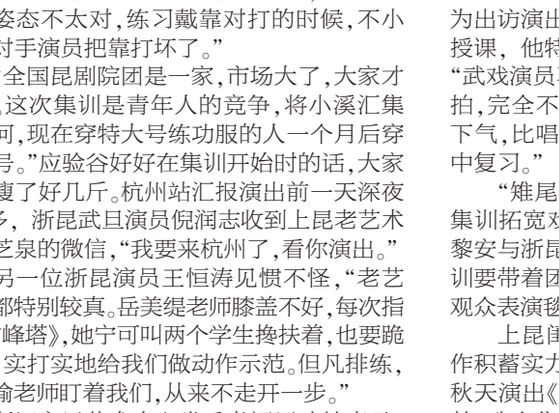
在管理层面,集训同样给各院团负责人暗暗观察、默默学习的契机。李颖坦言,“三团还在创业阶段,必须很拼很努力才行。扬剧研究所排练厅门口一块黑板让她上心,“演员迟到,会在黑板被记上大名;黑板另一边是每天值日演员的名字,负责关空调等杂务,培养主人翁意识。”

走出熟悉的演出环境,让李颖等对带队有了更清晰的方向,“我们团队知识储备、演出宣传平台算长板,吃苦耐劳精神要像苏浙同行多多学习。到了扬州,我发现硬件条件丝毫不逊色于上海,同行潜心打磨的干劲、师资凝聚力让人刮目相看,值得借鉴。”

从连续多年推动“英姿红袖·精粹传承”集训计划,为青年演员策划“锦瑟年华”演出品牌,到成立三团集中育人,梁弘钧今年在长三角戏剧联盟发起集训时,有意突破剧种圈层,“越剧在长三角有三十多个专业院团,一百多个民营院团。我们的集训特意从培训范围、师资配备、学员覆盖、交流互动等进行全方位的资源整合升级,实现大文化结合。明年三地集训,我们想联合锡剧、婺剧等地方剧种共同成长,它们都有名震全国的演员与剧目。”吴凤花献计献策,明年集训可以通过名家示范演出进一步联动市场。

今年夏训,上海昆剧团以推掉数场收入颇高的商演为代价,携手兄弟院团集中闭关练内功。上昆以剧目建设和人才培养为中心,演出场次和演出收入连续 6 年突破新高。浙昆通过强化传承抓剧目,开创“518”传承演出季品牌,推出全国首档电视类面向社会大众展示现场教学的戏曲推广节目《幽兰讲堂——昆曲来了》;永嘉昆剧团以剧目建设与传承工作为中心,推出的大型原创昆剧《孟姜女送寒衣》成为 2018 年全国唯一获得国家艺术基金资助的县级剧团。三地联动集训,将上述每个团的成功尝试有效整合,实现“1+1>2”。从吊嗓压腿基本功、到排练大戏,再到文化讲座,丰富的课程内容让巩固技艺的“集训”升级成为全方位阶段性的人才培养机制,更有上海的戏曲院团早早预约明年加入联动体系。

中科健 每天一粒睡得香胶囊,更健康



好消息!35年诚信企业中科健康产业集团举办大型感恩答谢活动,经典热销产品中科牌睡得香胶囊特价回馈,震撼来袭!

特卖价:19元/盒

原价:59元/10粒/盒,每人限购10盒

订购专线:021-32029000

销售地址:静安区天目西路547号C座15层中科健康(联通国际大厦)/近上海火车站 【正品保证,售后保障】

美景不止于方寸之間

回归自然生活·拥有健康人生

中宣部宣教局 中国文明网

TV 电视节目预告

9月 11 日 星期三

东方卫视
14:14 中国新相亲
19:33 连续剧:陆战之王(30、31)
23:44 梦想改造家第 6 季(2)

新闻综合频道
13:03 连续剧:古城小女人(11-15)
19:15 连续剧:因法之名(30、31)
21:00 东方 110:迷雾
22:35 连续剧: 桃花依旧笑春风(41、42)

电视剧频道
13:07 连续剧:擒狼(12-18)
18:57 连续剧:坐 88 路车回家(4-7)
21:49 连续剧: 曾经与你有个梦(34、35)
23:27 连续剧:胭脂(24、25)

五星体育
14:00 直播:2019 世界斯诺克上海大师赛第 2 轮(11局)
19:30 直播:2019 世界斯诺克上海大师赛第 2 轮(11局)
23:30 2019 中国足协杯半决赛(上海上港-山东鲁能泰山)

央视一套
13:13 电视剧:兰桐花开(31-34)
20:06 电视剧:伟大的转折(20、21)
22:38 机智过人第 3 季

央视三套
13:08 幸福账单-为你买单
19:30 越战越勇
21:01 我爱满堂彩

央视五套
12:35 2019 国际篮联篮球世界杯 1/4 决赛(1)
14:00 2019 国际篮联篮球世界杯 1/4 决赛(2)
15:30 直播:2019 中国足协女超联赛第 12 轮(武汉车都江大-河南徽商)
18:30 直播:2019 国际篮联篮球世界杯 1/4 决赛(K1-L2)
21:00 直播:2019 国际篮联篮球世界杯 1/4 决赛(L1-K2)
23:00 2019 男篮世界杯特别节目-篮球公元

央视六套
12:05 故事片: 陆小凤传奇之银钩赌坊
13:56 译制片:吝啬鬼(法国)
15:37 故事片:让老公回家
17:55 故事片:缝纫机乐队
20:15 故事片:警察有约
22:18 译制片:网上情缘(美国)

央视十一套
14:10 过把瘾:最佳拍档(8)
17:42 一鸣惊人:梦想微剧场(33)
19:20 京剧:棋盘山
22:02 影视剧场:老有所依(20-22)

电视节目预告仅供参考
以电视台当天播出为准

上海公益拍卖有限公司 拍卖公告

受委托,本公司将于乔家路2号上海市公共资源拍卖中心1号厅举行拍卖会。标的如下:(详见拍品目录及拍卖特别规定)
拍卖时间:2019年9月24日上午10:30
拍卖标的:1.报废电脑、打印机等办公设备一批【5000元】2.旧童车一批【3000元】3.大屏投影单元、RGB显示器等一批【2000元】4.报废车辆零件一批【2000元】
注意事项:1.竞买人须为与竞买标的相适应资质的企事业单位或个人,并提交相关文件和身份证明。
2.竞买人须于拍卖会前持有效证件办理竞买登记手续并支付【】内保证金。**公司帐号**:0235 0142 1000 0192,**开户银行**:中国民生银行上海天钥支行,**户名**:上海公益拍卖有限公司
3.**咨询时间**:公告之日起9:00——16:00接受咨询、预约看样(节假日除外);
咨询地点:天钥桥路396号;**联系电话**:64642048 64388126。
公司网址:www.gypm.net 微信号:shgypm

上海公益拍卖有限公司 拍卖公告

受上海佳基电子有限公司破产管理人委托,本公司将于公拍网举行房地产网络拍卖会。标的如下:(详见拍品目录及拍卖特别规定)
拍卖网址:公拍网 www.gpai.net
拍卖时间:2019年10月17日上午10:00-下午14:00(延时除外)
拍卖标的:江苏省泰州市高港区胡庄镇世纪大道北的上海佳基电子有限公司工业房地产(建筑面积为2898平方米,出让国有工业用途土地使用权面积2935.6平方米)
注意事项:
1.竞买人须为与竞买标的相适应资质的企事业单位或个人,并提交相关文件和身份证明。
2.竞买人须于2019年10月16日16:00时前持有效证件至本公司天钥桥路396号办理竞买登记手续并支付30万元保证金,也可在公拍网平台完成注册后交付。**公司帐号**:0235 0142 1000 0192,**开户银行**:中国民生银行上海天钥支行,**户名**:上海公益拍卖有限公司
3.**咨询时间**:公告之日起9:00——16:00接受咨询、预约看样(节假日除外);**咨询地点**:天钥桥路396号;**联系电话**:64388126 18121297991
公司网址:www.gypm.net 微信号:shgypm

欢迎刊登解放日报分类广告
承接地址:威海路 755 号上报大厦 4202 室
联系电话:021-63510135、22898558

好消息 现金收购老茅台
活动时间:
2019年9月11日至9月18日
此次主办方满怀诚意而来,在本市开出诚意价格征集1953年-2018年期间的茅台酒,有收藏老酒的市民请把握此次机会,把您珍藏的老酒带来让鉴定师免费评估鉴定,让你的收藏心中有数。有批量库存的也可安排专业人员上门收购。同时征集各种老酒,洋酒等,交易成功者报销来回车费(限200元以内)。北京昌隆昌茂烟酒经营部 广告

专用价格表 茅台酒收购价格表 高度(53)度 全品相

年份	价格
2018-2009年	1800-2700元/瓶
2008-2004年	3400-4300元/瓶
2003-2000年	4300-6400元/瓶
1999-1996年	6800-9900元/瓶
1995-1990年	13900-19900元/瓶
1989-1986年	21500-28000元/瓶
1985-1980年	32500-37000元/瓶
1979-1970年	高价面议
1969-1950年	高价面议

全品相、不跑酒
整箱价更高 上海地区,免费上门鉴定,也可安排专业人员上门收购!征集各种名酒、五粮液剑南春、郎酒、董酒、汾酒生肖酒等
电话:13681668683 张老师(早8:00-晚7:00)活动结束后电话长期有效
实体1店地址:黄浦区瞿溪路925号近鲁班路,交通路线:地铁4号线鲁班路站下,1、2号出口往东300米到陈年老酒收藏,公交17,733,36,869路,隧道八线,瞿溪路鲁班路下往东300米到
实体2店地址:黄浦区局门路156号近丽园路,交通路线:地铁9号线、13号线马当路站下,一号出口。公交:43、46、931、985、218、303、95路、146、109、南新专线徐家汇路黄陂南路下。