

■邓羽凯的舞名是“Feather”，意思是羽毛。邓羽楷说：“我的名字中本来就有个‘羽’字，同时我也希望我在跳舞时能像羽毛一样轻盈。”



■霹雳舞门槛不高 从6岁到60岁 都可以跳

邓羽楷从初中开始练习霹雳舞，迄今已经17年了。“我是从2008年开始练习霹雳舞，那时看别人跳就觉得好帅，于是也开始接触这项运动，”邓羽楷把霹雳舞称为“运动”，因为霹雳舞的运动量不小，“霹雳舞还是挺讲究爆发力的，很多动作对力量的要求都很高，跳起来很帅，但也不轻松，尤其是很多倒立之类的动作，体能要求不低。”

从接触到喜欢，再从喜欢到热爱，霹雳舞是邓羽楷求学之路的重要佐助。“因为越跳越喜欢，后来就很自然地走上了职业道路。”如今，邓羽楷是广州壹舞道馆的教练，他一边钻研动作，一边教学陪练。

邓羽楷并不认为霹雳舞算是门槛很高的舞种，反而认为霹雳舞能从小跳到老。“我们承认，和其他舞种相比，霹雳舞更具有生命力，但只要喜欢跳舞，多大年

纪都能跳霹雳舞，”邓羽楷说，“只要一直有训练的话，舞者的肌肉力量就会很好，那就不容易受伤，我们还见过60多岁的老将耍‘头转风车’。”

在壹舞道馆，有不少小学生在这里练习。佛山霹雳舞队教练黄颖植的儿子只有1岁3个月，他每次到舞馆，也会印随做几个脚步动作。黄颖植说：“他看到大家都在跳舞，就跟着模仿，他可能也不懂这些动作是什么意思。”

当然，在教学中，教练不会一上来就让学生做这么高难度的动作。中山霹雳舞队教练岑艺敏表示，在带初学者的时候，他们一般都是做一些比较简单、静态但比较帅的动作来让学员模仿，“第一步是要让他们先喜欢上霹雳舞，当他们对霹雳舞有兴趣了，后面他就会很主动地来练习。”在岑艺敏看来，对霹雳舞是否热爱是很重要的因素。

1984年，一部名为《Breakin'》的电影在美国上映。影片中，酷爱舞蹈的凯丽认识了两名街舞爱好者“旋风”和“马达”，他们冲破世俗偏见，一起在街头表演舞蹈，并最终得到社会的认可。1987年，这部电影被引入中国，并被翻译为《霹雳舞》，上映后立即掀起全国性的霹雳舞热潮，许多70后大概还记得当时的霹雳舞有多火。

去年，霹雳舞进入了巴黎奥运会，19岁的刘清漪为中国队拿到了一枚铜牌。今年的大湾区全运会上，霹雳舞也是正式比赛项目，将产生两块金牌。不过，究竟怎样才算是霹雳舞，很多人也说不出个所以然，更看不懂霹雳舞比赛。所以，霹雳舞究竟是个什么舞？

岑艺敏的起点也是在2008年，但真正开始专注跳霹雳舞是到了大学才开始。“跳霹雳舞会有一种很自由的感觉，当时身边有很多小伙伴一起，每天都感觉很开心，于是我们就一直坚持下去了，直到走上专业教练这条路。”

从霹雳舞爱好者到专业教练，这是从兴趣到职业的转变。这也意味着，必须要考取教练证。和许多教练一样，霹雳舞教练主要考理论和动作两门。邓羽楷透露，理论考试就是考霹雳舞比赛的评分系统和霹雳舞的历史沿革，动作考试则是要求从动作库里抽取几个元素然后编排成一个舞段，此外还要考一些运动康复学和体育法之类的内容。

做教练开心吗？“当然，因为这本身就是我们喜欢的东西，虽然也会碰上很多困难，但只要热爱就不会害怕挑战，反而在突破自己后还会很有成就感。”岑艺敏说。

霹雳是个什么舞 What's Breaking 舞

■采写:新快报记者 王 敌 梁潇静
■图片:新快报记者 观显锋



■霹雳舞还是挺讲究爆发力的，很多动作对力量的要求都很高，跳起来很帅，但也不轻松，尤其是很多倒立之类的动作，体能要求不低。



■跳霹雳舞会有一种很自由的感觉，很多小伙伴一起，每天都感觉很开心。



■邓羽楷是广州壹舞道馆的教练，他一边钻研动作，一边教学陪练。

知多D

霹雳舞怎么比赛？

巴黎奥运会上，霹雳舞设两枚金牌（男女各一枚），16名选手将以一对一独舞的方式进行比赛，每场比赛将有三名及以上的奇数位裁判，裁判打分有六大标准，分别为：创意性(creativity)、个性(personality)、技巧(technique)、多样性(variety)、表演(performativity)、乐感(musicality)六方面。

其中，技巧、创意性与表演占总分的60%，而剩下三项则占40%。根据综合评分，裁判在每轮结束后将进行投票，获得票数多的一方本轮得一分，所有轮次结束后，得分高者获胜。舞者在比赛中，并不被要求完成固定的套路动作，而是根据现场DJ随机播放的音乐进行即兴发挥，因此，霹雳舞比赛对选手的体能储备和自编能力都有着较高的要求。

2021年陕西全运会霹雳舞裁判汪坤灵表示，霹雳舞裁判在实际执裁当中，需要做到反应正确、打分精准、辨识能力强，并持续强化规则标准的记忆，确保能给出选手最公正的评判。

■霹雳舞进入奥运 时代在变，观念也在变

2023年秋天的杭州亚运会上，2005年出生的河南姑娘刘清漪拿到霹雳舞冠军。去年夏天，刘清漪还参加了巴黎奥运会，并斩获铜牌。在比赛中，刘清漪的舞名就是“671”，很明显，这是她中文名的谐音。

跳霹雳舞还能参加奥运会，这是许多霹雳舞爱好者从未想过的事情。“真的，刚听说时特别激动，这说明社会真的完全认可我们了，”邓羽楷表示，因为喜欢穿“奇装异服”跳看不懂的舞蹈，他在青少年时期常常被长辈视为“古惑仔”，“现在，全运会、亚运会、奥运会上都有霹雳舞，这证明我们就是一项健康向上的体育运动。”

霹雳舞首次登上奥运舞台是在2018年的布宜诺斯艾利斯青奥会上。2020年年底，国际奥委会执委会同意2024年巴黎奥运会增设霹雳舞、滑板、攀岩、冲浪四个项目。在奥林匹克运动年轻化的大背景下，看似小众的霹雳舞成为奥林匹克大家庭的一员。

岑艺敏认为，霹雳舞进奥运，吸引了全球的瞩目，意味着全球霹雳舞都在进步。“尤其是对中国的霹雳舞爱好者来说，刘清漪、曾莹莹都在国际赛场取得这么好的成绩，会让大家对霹雳舞的关注

度更高。”黄颖植表示，以前他们出去打比赛，都很难被看好，“这不仅仅是成绩好坏的问题，而是西方人会觉得我们不能真正理解霹雳舞的文化，当刘清漪在奥运会上拿到了铜牌，我们也得到了很大的激励。”叶峻杰认为，霹雳舞的圈子之前不算很大，在人奥之后，很多圈外人也开始关注霹雳舞了，“在奥运会上，霹雳舞可能还是比较小众的项目，但现在的确有更多不跳舞的人也在慢慢了解霹雳舞了。”

黄颖植希望霹雳舞爱好者都能勇于比赛。事实上，霹雳舞的比赛从来不少，想参赛的话，每周都可以比一两场。有商场举办的小型比赛，也有国际舞联(国际舞蹈联合会,WDSF)主办的大型赛事。“小型比赛的话，报名费也就几十块，如果拿到了冠军，少说也有500元，我记得最多的一次，冠军奖金是10万元。”邓羽楷说。

2019年，邓羽楷曾参加在巴黎的BOTY世界街舞比赛，并获得第五名。邓羽楷坦言，和十多年前相比，如今的舆论环境对霹雳舞宽容多了，“以前经常被人当成混混，但现在就算是比较传统的长辈，也不会一直对我们有刻板印象了，这说明时代在变化，大家的观念也在变化。”



■在中国，越来越多的武术元素被融进了舞蹈动作里。像是“咏春”“长拳”的一些技法，都能运用进霹雳舞中。



■在地面上表演五花八门的腿部动作，双臂支持身体，这样的舞蹈动作也被称为“地板摇摆”。

■霹雳是战斗之舞 跳舞时很注重即兴发挥

如今，已经很难考证《Breakin'》这部电影当初为何被译作《霹雳舞》。相对比较容易理解的是，电影中描述的舞种冲击力比较强，很有力量感和速度感，而且“霹雳”在发音上也比较接近原音。总而言之，“霹雳舞”这个词就随着这部电影的译名而固化了下来。

霹雳舞是美国纽约街区文化符号之一。在上世纪六七十年代，在纽约布鲁克林地区，舞者经常分成两拨比赛，被称为“战舞”。很快，各方组成舞蹈团体进行比试。因此，霹雳舞从诞生开始就有很强的竞争内涵，舞者总希望其他舞者出局。有些舞者将动作套路延伸到地面，用步伐和突然停止等动作来取悦观众，包括在地面上表演五花八门的腿部动作，双臂支持身体，这样的舞蹈动作也

被称为“地板摇摆”。

正因为霹雳舞是“战斗之舞”，在中国，越来越多的武术元素被融进了舞蹈动作里。邓羽楷说：“像是‘咏春’‘长拳’的一些技法，都能运用进霹雳舞中，包括以前的一些港产片，李小龙、成龙、甄子丹在影片中的打斗动作，我们也会借鉴进入舞蹈。”

岑艺敏对此表示赞同，而且补充表示，霹雳舞中的一些翻滚动作，其实就类似于中国传统武术里的腿部招式。“其实，霹雳舞传入中国后，很快就和中国功夫相融在了一起，换个角度来说，中国功夫也深深地影响着霹雳舞文化。”岑艺敏说。

霹雳舞最突出的特点在于，非常讲究即兴发挥。在比赛中，连配乐都是随机播放，舞者根据音乐自行编舞，因此这

对舞者的基本功要求很高。“霹雳舞里面有很多体操动作，比如托马斯全旋，但霹雳舞和体操并不完全一样，因为霹雳舞有很明显的原创性特征，”广州斯威迺街舞的教练叶峻杰说，“每个舞者对音乐的反应都不一样，动作表达也就不同，所以霹雳舞要比其他打分项目更自我一些。”

正因为这种自我，霹雳舞选手往往都不用本名参加比赛。在“舞林争霸”时，大家都习惯使用花名代号。比如邓羽楷，他的舞名是“Feather”，意思是羽毛。邓羽楷说：“我的名字中本来就有个‘羽’字，同时我也希望我在跳舞时能像羽毛一样轻盈。”叶峻杰的舞名是“阿叶”，他说：“我的舞名比较简单，我姓叶，那就叫‘阿叶’吧！”