

村里“老姐妹”，舞活“中华龙”

穆朕琨

在北辰区小淀镇刘安庄村，有这样一群天津阿姨，她们扎根乡村、心怀热爱，打破“舞龙是男人专利”的固有印象，用一双双布满薄茧的手，舞活了津派民间文化；用二十八年的寒来暑往，书写了一段巾帼不让须眉的民俗佳话。她们，就是天津市第一支女子舞龙队——刘安庄村金凤凰女子舞龙队。

缘起：一次偶然，秧歌队点燃文艺梦

今年73岁的周则珍，是这支女子舞龙队的发起人。上世纪90年代，周则珍还是一名普通的家庭妇女，天生热爱文艺、爱唱爱跳的她，看着村里不少妇女吃完晚饭无所事事，便萌生了组织一支秧歌队的想法。周则珍说，“你在那敲锣鼓，那么些人都过来了，你在那一扭，后头都跟着扭，这队伍就慢慢起来了。”

姐妹们凭着一股韧劲儿，在空地上反复练习。从简单的扭摆，到变换队形、设计动作，她们越练越熟，越跳越有劲头。后来她们还精心编排了队形和动作，慢慢走出了刘安庄村，登上了市里的舞台。

一次意外的邀请，彻底改变了队伍的命运，也开启了天津市第一支女子舞龙队的序幕。周则珍回忆说，当时她们受邀到北宁公园演出，把秧歌扭得有声有色，也吸引了天津著名民俗文化研究者姚树贵的注意。“我们年轻，扭的就是好。”周则珍笑着说，“市里组织演出的领导，也就是姚树贵先生，说‘你们舞龙吧’，我当时就懵了，我说‘怎么舞龙？’他说‘我借给你们两条龙’。”

转型：打破偏见，零基础解锁舞龙新挑战

在那个“耍龙都是男人专利”的年代，女子舞龙是闻所未闻的新鲜事儿。周则珍和姐妹们第一反应就是胆怯和犹豫。姚树贵不仅提出要打造一支新颖的“金凤凰女子舞龙队”，还主动承诺提供龙具、派遣师傅教学。这份全方位的支持，打消了周则珍和姐妹们的顾虑，她们鼓起勇气，应下了这个挑战。

当龙具被双排车拉回村里，周则珍和姐妹们第一次见到演出用的龙，这份从未有过的新鲜和震撼，让大家既好奇又兴奋。对于一辈子扎根乡村、只扭过秧歌的她们来说，这么长的龙，还是头一回见。“它一条龙，18.5米长，还得有一个引球的，一共10个人才能舞起来。这个龙头最重，大的六七斤，小的三四斤，耍龙的时候，龙头最不易。龙头、二棒、三棒一直到九棒，各棒有各棒的责任，每个人都得练熟了，才能把龙舞活了。”

舞龙和扭秧歌截然不同，对队员的身体素质、身高体型都有特殊要求。周则珍说：“得挑腿脚利索、能跑的人，最高的舞龙头，二棒、三棒、四棒到最后，个儿就越来越小，从高到矮排列。”最终，她们从30多人的秧歌队里，选出了20人组成两条龙，还多留了几个预备队员。

大家把训练时间定在了晚上，在露天场地里，开启了日复一日的坚守



金凤凰女子舞龙队在文艺汇演中



舞龙队参加花会展演



舞龙队参加中国舞龙大赛

和练习。

从最基础的动作练起，抬手、举龙、跑动、配合，每个动作都要反复打磨，培养默契。就这样，基础动作一练就是近一年，队员们才算真正摸到了舞龙的门道。原本看似笨重的龙身，在这群乡村妇女手中，渐渐有了灵气，仿佛被赋予了生命，真正活了过来——时而盘旋腾飞，时而蜿蜒游走，时而舒展身姿，每个动作都威风凛凛、栩栩如生。

坚守：风雨兼程，二十八年累并快乐着

从1998年组队至今，整整28年，在队长周则珍的带领下，这群零基础起步的普通女性，凭着一腔热忱和一股韧劲儿，把龙舞得风生水起，在天津大大小小的舞台上，舞出了独属于女性的精气神。

队友杨金花回忆起刚出道时的那次“硬仗”，至今记忆犹新：“头一次亮相是在北宁公园旁边的火车头体育场，他们正好举行一个足球比赛，头一次就让我们去演出，哎呦，那个跑，你想那个体育场多大呀，给我们累的呀，咬着牙坚持下来了。”

这次演出，也成了周则珍心里难忘的记忆。那次她负责舞龙尾，却因体力不支半路掉队：“那次表演，我当尾巴，跑半截，我跑不下来了，就把尾巴扔了，实在跑不动了。金凤是替补队员，上去就把那棒拾起来，接着耍，我才下来休息，你看，耍龙真不是件容易事。”

舞龙不只是拼体力，更耍的是花样和走位。高强度的训练、密集的演出，受伤早已是姐妹们的“家常便饭”。队员金凤就曾在训练中遭遇意外，说起当年的场景，周则珍的语气里满是心疼：“那阵金凤脚崴了，有一洼坑，她一跑，咔嚓一拧，好了之后还接着玩，那也愿意玩，就是凭着一股热爱。”

哪怕受伤疼痛，哪怕要承受身体的疲惫，队员们也从未有过一丝放弃的念头。“咱说白了就是人来疯，你要一喊好，那劲儿就来了，越喊好，那劲

儿越来越，多累，她也把那劲使出来。”杨金花笑着说，“台上意气风发，台下累到虚脱，可只要一听到掌声，所有的疲惫就都烟消云散了。”

这份不计条件的热爱，支撑着她们走过了二十八个春秋，也让这支女子舞龙队，在岁月里愈发耀眼。随着队伍的不断成长，她们也得到了专业的认可和指导——天津市龙狮运动协会会长孙文旗也派老师来教女子舞龙队动作，让姐妹们的技艺愈发精湛。从此，她们的身影走出天津，亮相更广阔的舞台。二十八年风雨兼程，刘安庄村金凤凰女子舞龙队累计参加了上百场演出、赛事和文艺活动，捧回了18个奖杯、数十块奖牌，从最初零基础、无人问津的民间队伍，一步步成长为家喻户晓的民间“明星”。

荣光：走出国门，雨中舞龙扬中华风采

刘安庄村金凤凰女子舞龙队，不仅把龙舞活在了津沽大地，更把龙舞出了国门，舞出了中国女性的风采，舞出了中华传统文化的魅力。

时间回到2008年，那一年，这支天津市第一支女子舞龙队接到了一份特殊的邀请：远在澳大利亚珀斯市的多元文化节，通过网络被这支天津姐妹的舞龙深深吸引，特意发来邀请函，邀她们跨越大洋，去展示中国文化。“为了演出，也为了争光去，咱也让外国看看咱这耍龙，看看中国女性的厉害。”周则珍回忆起当时的心情，依旧难掩激动。2008年7月，周则珍带着12名队员，还有一条精心准备的“中国龙”，踏上了飞往澳大利亚的旅程。

演出那天，远远望去，广场上人山人海，许多金发碧眼的外国友人，好奇地打量着这条来自东方的神秘道具，眼神里满是期待。“外国人也说，你这中国龙，由女子来舞，确实是新鲜。咱在那也骄傲，出国了，代表中国，让你们看看我们中国的女性，你别光知道男的舞龙，女的也不次。”周则珍说。

然而，演出开始没多久，天公不作

美，一场突如其来的雨倾盆而下。雨水瞬间打湿了舞台，也打湿了队员们的衣衫，更打湿了沉重的龙身。“人家都演出挺好的，等我们一上去，在台上正耍着，哗，大雨点就下起来了，可就算这样，也得耍啊，不能给中国人丢脸。”周则珍坚定地说。雨水顺着龙身不断渗透，布料吸饱了雨水，本就沉甸甸的龙身变得更加沉重，但队员们丝毫没有松懈。她们踩着鼓点，挥舞着手臂，脚下碎步或急行或跳跃，一系列动作行云流水，那条龙在雨幕中穿梭翻转，灵动矫健，仿佛真的活了过来，在雨中腾云驾雾，尽显中华龙的磅礴气势。“龙也浇湿了，人也一样都浇湿了，等我们表演完下来，雨也停了，一滴都不下了。”周则珍笑着回忆。

外国友人顶着雨驻足观看，阵阵掌声伴着雨声，在广场上久久回荡。表演结束后，珀斯市市长特意走上前，紧紧握着队员们的手，对她们的精彩表现赞不绝口。那场演出虽然只有短短五六分钟，却让周则珍和姐妹们倍感骄傲，也让中华龙文化在异国他乡绽放出了耀眼的光芒。女子舞龙队演出结束回国后，北辰区和小淀镇得知她们在澳洲的精彩表现，特意为她们的颁发了奖金，还在大会上进行表扬，让她们上台分享这段难忘的经历。

传承：薪火相传，让中华龙韵生生不息

这支女子舞龙队如今已有28名固定队员，年龄最小的五十多岁，最大的就是队长周则珍。岁月在她们眼角刻下了皱纹，却从未磨灭她们心中的热爱；青丝变成了白发，却让她们更加坚定了传承中华龙文化的信念。

如今，她们常常走进刘安庄小学、中河头村红色教育中心，手把手教孩子们舞龙技艺，把这份坚守和热爱，把中华龙文化的魅力，一点点传递下去。“目的就是传承，一代一代往下传。”周则珍的话语朴实却坚定，“我们老了，但是龙文化不能断，得让孩子们知道，咱中华的龙，是有精神的，咱中国的女性，也是有力量。”

二十八年寒来暑往，二十八年风雨兼程。从乡村集市的秧歌扭摆，到国际舞台的龙舞飞扬；从零基础的胆怯尝试，到传承津派民间文化的坚定坚守，刘安庄村金凤凰女子舞龙队的姐妹们，用一双双布满薄茧的手，舞活了津沽民俗，也舞亮了自己的人生。

当周则珍被问及这二十八年最大的收获是什么，她笑着说：“体格好、健康，最重要的是，收获了快乐，收获了一群志同道合的姐妹，收获了一份属于我们女性的骄傲。”

这群天津阿姨，用巾帼力量，打破偏见、绽放芳华，让中华龙韵在津沽大地上生生不息，也让世界看到了中国民间文化的魅力与中国女性的风采。

