



文体人物

在三林塘老街附近有一个古戏台，整个戏台被一个巨大的龙头占得满满登登。古戏台一侧，就是铺着青石路面的舞龙会馆。四周墙上挂着三林舞龙的“高光时刻”——有施瓦辛格学舞龙的画面，有成龙持龙珠的场景，还有舞龙队舞到柬埔寨吴哥窟、新加坡等海外表演的热闹景象……凭一路努力，历经三四十三年把三林舞龙推向国际舞台，自身也从农民成为舞龙国际裁判——陆大杰把对家乡和土地的热爱，转化成对传统文化的寻根，在不断的竞技中带着团队一起登顶。



■ 陆大杰近影

文体两块牌子

浦东三林镇 2001 年被文化部命名为“中国民间艺术之乡（舞龙）”；2004 年又被国家体育总局社体中心、中国龙狮运动协会授予“中国龙狮运动之乡”。2011 年三林舞龙被列入第三批全国非物质文化遗产保护名录。年过七旬的陆大杰对会馆能同时拥有文体两个部门授予的两块牌子而颇为自豪。

“我们海派舞龙，胜在海纳百川”，陆大杰分析道，“我们在传承了圆、顺、活的传统基础上，还吸收了国内外兄弟省市的技艺。”圆，指的是龙在舞动中保持的身形始终要圆润；顺，是指舞动顺畅；活，则为生龙活虎状。与此同时，“三林舞龙的特色还在于——舞蹈的肢体语言、戏曲的步伐亮相、武术的精气神韵、杂技的翻滚腾挪。”

能在舞龙中融合舞蹈、戏曲、武术和杂技等中国传统文化特质，与陆大杰的生活历程密不可分。1965 年初中毕业参加工作之初，他的始发点是农民。1968 年参加了文艺宣传队，“就是在田间和打谷场宣传表演”，因而他于 1980 年有机会进入当时的上海县（现在的闵行区）文艺骨干培训班，专攻音乐舞蹈。1986 年，国家文化部推进一个重大文化项目——编撰《中国民间民俗（舞蹈）集成》，这是一项既需要深入排摸又需要文字功底的工作。他担任了这套集成的编辑之一，由此进入民俗民间舞领域，进而去舞蹈学校职工中专班学习了 2 年。这一下又为他进阶打下了基础，随后他与舞校老师一起上了大专班、上戏曲导演短训班。1993 年，他参加了东亚运动会的导演组。随后，就留在三林，“专心搞舞龙”。1995 年，国家体育总局依据《全民健身纲要》，把民间艺术里具有强身健体功能的活动开展成比赛项目时，陆大杰的一切所学刚好派上了大用场！

规则一遍通过

国家体育总局把交谊舞、广场舞、风筝、龙舟、舞龙等等相继开发成竞技比赛项目的关键是一——如何把文化里的“形神意蕴”转换成“可量化的分数”。陆大杰回忆道，当时为了做到合

从农民到舞龙达人

三林舞龙队创始人陆大杰的故事



▲ 施瓦辛格学舞龙

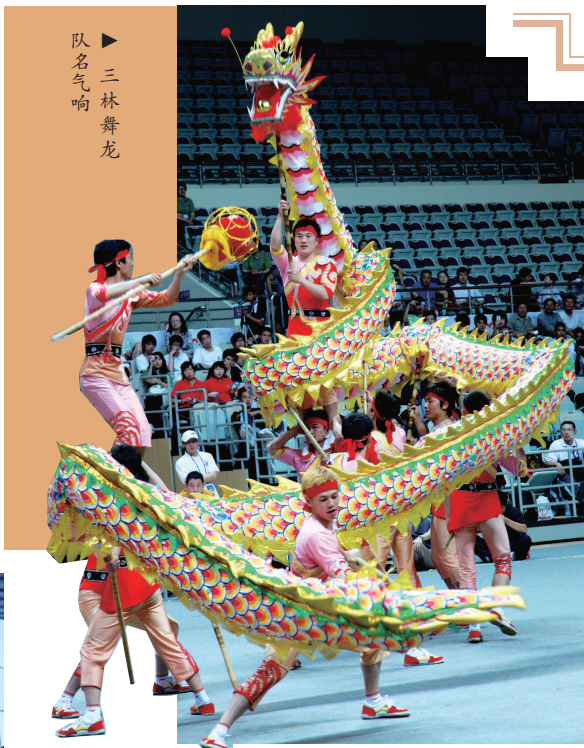
理化量，国家体育总局邀请各地代表赴鼓浪屿研讨如何制定舞龙的赛事规则。他作为上海代表前去。给舞龙打分数，需要跨界经验。结果，“讨论了 3 天都没找到边。”当时一位央视记者采访了陆大杰之后，提出建议——要不先暂停，我们听听上海代表的意见？

陆大杰写了规则初稿——艺术表现分占 50%，重在“形美”，龙体表演中的速度、力度、幅度以及团队配合等都是其中要素；编排是否独特，音乐节奏踩点是否准确以及服装道具制作色调是否统一占据 30%；难度则占 20%，一套编排里要有 20 个难度动作——这一点规则有些类似跳水、体操等项目。总之，是锻炼价值与艺术价值的双重呈现。他笑着回忆，“说是初稿，其实就是一遍过！”

1997 年起，舞龙舞出了国门。此前，陆大杰又作为中国代表前往马来西亚吉隆坡，参加了国际舞龙大赛的规则研讨。“我当时也就是文化馆的一个工作人员，却能代表国家参与国际盛事，还是颇为自豪的。当时有一个念头最强烈——舞龙起源于中国，如果用国外规则来评判，那是对不起父老乡亲的。”所以，他斟字酌句，“力争一条条过”。最后进行了持续三天三夜的辩论，“我脑子里全都是当年编撰民间民俗舞蹈集成时，老师跟我说过的一字一句。”最终，《国际舞龙竞赛规



■ 在柬埔寨表演



队名气响
三林舞龙

则》起草人的职责，又落到他头上，他又成为研讨组组长。自然，为他今后在每四年一届、至今举行 6 届的世界龙狮锦标赛中，担任四届总裁判长、两届副总裁判长奠定了基础。他还在三林主办过多次国际舞龙培训活动。

在海内外交流演出时，与舞龙同台的明星几乎都是最具代表性的华人明星。与成龙合作次数最多，首次是在长城上舞龙，创了吉尼斯世界纪录；2004 年“龙耀浦江”在上海举行，成龙持龙珠登场，这颗龙头至今还保存在古戏台的舞台上。在山东曲阜祭孔时，费翔唱《龙的传人》，围绕着他的就是三林舞龙队。“小哥”费玉清有一次与他们同台时还嗔怪道：“你们的烟火龙，把我的风头也抢掉了哦！”

本报记者 朱光

记者手记

陆大杰打分的规则除了秉承体育界的“去掉一个最高分，去掉一个最低分”之外，还有一个提升整体水平的“杠杆”——打分对象，是团队里最差的那一个。“只有这样，才会人人争做最好的，且提升团队平均水准。”

练舞龙，太苦。曾有一位学生在成长为私营业主之后，才敢对陆老师说实话：“我那时候真恨不得有一个烟头意外地把龙头点着，烧掉了，那么，我们就不得不停止训练几个小时，等老师傅重新扎好龙头再训练也好。”陆大杰感叹：“以前没空调，大家大热天依然训练。一旦休息，不少人就直接躺在地上——等他们站起来，可以看到地面上有汗水勾勒出来的人形……”不过，因为能够吃苦耐劳，所以事后转行做什么行业都撑得下去，想想没有比舞龙更苦的了！三林舞龙队名声在外，约等于“上海舞龙队”。

最值得称道的是三林镇作为全上海非遗项目最多的镇，把舞龙推广到小学，成为特色课程，让孩子和老师都以舞龙为入口学习传统文化。每个老师都可以开设与舞龙相关的课程。数学老师会教“一条龙有几条腿？”主题班会上会讨论有关龙的成语。他们还经常参加电影节、旅游节等大型文化节庆活动表演，可以在一晚上就拉出一支队伍直接上台。这就是陆大杰的底气来源——带了一支非职业舞龙队，参加各种比赛，都可以把“力争全国冠军”改成“保证全国冠军”！

一支冠军队的练就

朱光

口臭 干苦

可用 养阴口香合剂

主治 口臭、口舌生疮、牙龈肿痛、咽干口苦、胃灼热痛、肠燥便秘。

功能主治：中医：清胃泻火，滋阴生津，行气消积。用于胃热津亏，阴虚郁热上蒸所致的口臭，口舌生疮，牙龈肿痛，咽干口苦，胃灼热痛，肠燥便秘。



销售地址：[黄浦]：南京东路第一医药商店、淮海路各药房，[静安]：区各药房、愚园路232号、山西北路208号、中华新路957号、[虹口]：四川北路各药房、[徐汇]：汇丰各药房、茶陵路216号、[长宁]：长宁之路265号得一各药房、[普陀]：曹杨路673号及复美各药房、[浦东]：海阳路622号、养和堂各药房、[惠南镇]：东门大街255号、[杨浦]：长海路349号、[宝山]：牡丹江路各药店、友谊路223号、[闵行]：江川路242号、莘朱路152号、[松江]：沪亭北路758号余天成各药店、[嘉定]：沙霞路83号、[金山]：恒德药店各药房、[奉贤]：南桥路589号、[青浦]：青安路210号、[崇明]：东门路178号等全市各大药房有售。

灰指甲

可用伊甲 YI JIA® 复方聚维酮碘搽剂

适应症 1.用于足癣、体癣、头癣、花斑癣、手癣、甲癣；并发现细菌感染也可使用。2.用于疖、蚊虫叮咬、手足多汗症。



批文文号：国药准字H52020539，生产企业：贵州万顺堂药业有限公司。请按照药品说明书或在药师指导下购买和使用。[禁忌]：尚不明确。[不良反应]：偶见皮肤刺激如烧灼感、或过敏反应如皮疹、痒痒等。[用法用量]：每日1-2次，每次1-2ml。[贮藏]：密封，避光。[有效期]：24个月。[生产地址]：贵州省贵阳市南明区。[总经销]：上海恒德药业有限公司。[客服电话]：400-888-8888。[地址]：上海市浦东新区川沙路223号。[邮编]：201231。[网址]：www.hengde.com.cn。[广告]：恒德药业。