

跳舞让我更自信、更健康、更快乐

走近上汽大众销售公司“肚皮舞达人”杨淑娟

本报记者 林芸
见习记者 江睿杰

“这件和那件，穿哪件比较上镜？”看着眼前的女生露出灿烂的笑容，记者不禁被她的开朗和自信感染了。5年的肚皮舞学习让她身材妖娆的同时，也让她的生活快乐而充实，并且带动了越来越多的人加入肚皮舞者的大家庭，一起感受肚皮舞给身心带来的益处。今天，让我们走近上汽大众汽车销售有限公司斯柯达品牌传播策略部门的杨淑娟，听听这位舞者的故事。

从“自学”到获国际金奖

杨淑娟回忆起最初与肚皮舞结缘的情景。“我从小就喜欢舞蹈，但一直没有机会接受系统学习。记得在2010年，我在上海书城无意间看到一张美国肚皮舞大师Jillina的肚皮舞教学光碟，当时我对这种来自异域风情的舞蹈充满着强烈的好奇，心中一动，就买了下来。”

“那你是怎么被肚皮舞吸引的呢？”记者问。

“最初是被肚皮舞者优雅动人的舞姿所吸引，跳了之后感觉它的确给身心带来了诸多益处，有助于燃脂塑形，能让身体更灵活。更重要的是，它能够让人更加快乐与自信。除此之外，肚皮舞是一种安全系数较高的舞蹈，不但不容易受伤，反而很多动作的设计都有利于保护关节，因此也比较适合自学。”

“所以你完全是自学的吗？”记者好奇地问道。

“一开始是自学的。到2011年的时候，有一次公司需要大家表演节目，我觉得以前所学的还不够，就找了专业老师开始了系统的学习。之后利用假期和业余时间，我也会参加一些肚皮舞界的交流和集训活动。比如，有一次我去参加土

耳其的肚皮舞艺术节，与来自土耳其、俄罗斯、美国、印度，还有肚皮舞的发源地埃及的舞蹈大师们进行学习和交流，这些都对我的舞蹈技艺提升很有帮助。”

“平常每天都会练吗？大概要练习多久？”

“虽然平时工作也很忙，但只要你热爱它，肯坚持，哪怕每天练习5-10分钟，一周下来都会有进步。基本上有空我就会练习，有时为了一个动作会连续跳几个小时直到满意为止。跳舞的时候，感觉一切压力和烦恼都烟消云散了。”

“跳了那么多年，不会觉得枯燥吗？”

“枯燥？绝对不会。首先，我非常热爱这门艺术。肚皮舞之所以能吸引越来越多的人，恰恰证明了其本身的魅力。肚皮舞包容性特别强，风格很多，埃及风、土耳其风、印度风、部落风、融合风……各种各样的舞蹈风格都能融入到肚皮舞中，千变万化、风格迥异，完全不会觉得枯燥。另外，我还喜欢自己编舞，融入了自己情感和思考的舞蹈才能真正打动人心。而且，与其他舞蹈相比，肚皮舞不会因为年纪大了，关节功能下降就跳不了，哪怕上了年纪也仍然可以跳。它是一种适宜男女老少，并且能够跳到老的舞蹈。”2013年，杨淑娟参加了香港紫荆花国际肚皮舞大赛，并获得金奖，在个人舞蹈生涯中迈出了里程碑式的一步。

工作和跳舞都没有捷径

自信、健康、快乐是跳肚皮舞给杨淑娟带来的最大感触。天性乐观、开朗的她也非常愿意将这份快乐传递给身边更多的同事和朋友。2014年3月开始，每逢周四下班后，杨淑娟都会为单位给同事“发福利”——教授肚皮舞。“我的一

位学生，她有一段时间工作压力特别大，人也变得很烦躁。跳了肚皮舞后，现在晚上回家做饭时，她都会以肚皮舞的音乐相伴，不仅释放了压力，还增添了不少乐趣。每当听到肚皮舞能给同事带来快乐，我自己也会非常开心。”杨淑娟兴奋地说。

多年的舞蹈生涯不仅让杨淑娟收获了快乐，更让她懂得了坚持。“我现在的本职工作是部门秘书，会参与一些斯柯达品牌传播方面的相关会议，给外方做同声翻译。虽然我大学本科学的是英语专业，但刚接触翻译工作时也碰到过不少瓶颈。但是，跳舞让我明白，只有勤加练习，才能熟能生巧。翻译工作亦如此，没有捷径可言。所以我会花更多时间学习汽车行业相关知识，以及品牌传播相关知识，并不断丰富自己的专业词汇量，扩大知识面。这样在翻译过程中，能够更好地与外方进行沟通，使翻译工作更得心应手。另外，今年年初，我获得了北京大学研究生学位，希望能给我的工作带来更多益处。”杨淑娟笑着对记者说。

杨淑娟

性格：开朗、自信
爱好：舞蹈、阅读、电影、旅行、运动
最向往的旅行目的地：印度
最喜爱的美食：饺子
人生格言：生命不息，前行不止
最大的愿望：工作上精益求精；艺术上再攀高峰

对话杨淑娟

Q：现在开什么车子？对该车有何评价？

A：现在开的是斯柯达晶锐运动版，这是我的第一辆车。它小巧玲珑、机动灵活，非常适合女孩子开。我现在每天都会开着它上下班，不管加班到多晚，不管刮风下雨，它始终会“忠诚”地等候着我；我教授舞蹈或者外出表演时，后备箱里可以容纳我所有的服装、道具等，非常方便。它俨然已成为了我的“好伙伴”。

Q：在上汽全新的价值观中，最认同哪一点？

A：我觉得是创新。现在，汽车的同质化现象非常严重。对于车企来说，在“互联网+”时代，不仅仅是产品需要创新，营销方式更需要创新。只有创新，才能实现与竞品的差异化；只有创新，才能成为行业领头羊。对我个人而言，我觉得创新能够让我对工作和舞蹈始终充满热情。

Q：你认为未来的汽车生活是什么样子的？

A：我一直幻想着这样一个场景：未来，没有轮子的汽车能够在街上行驶，甚至在天上飞，这样拉风的汽车必然会夺人眼球吧。（笑）当然，若是更实际一点的话，我觉得智能汽车肯定会是未来大趋势，不管是自动驾驶、智能泊车，还是更加智能的车载系统，它能让驾驶体验更加轻松、愉悦，甚至老年人和小孩也能开车。当然，喜欢操纵感的驾驶者也有适合自己的平民赛车。总之，未来汽车更加智能，更加细分。

Q：做什么事情会让你有幸福感（成就感）？

A：工作上得到领导和同事的赞赏；舞台上得到观众热烈的掌声；教授跳舞时，得到学生的喜爱，这些都让我非常有幸福感和成就感。



扫一扫，看更多相关新闻的图片或视频