



穿着100多斤的裙子在水墨画上跳舞 重庆妹子李倩 领舞《水墨入诗画》惊艳亚洲

9月23日晚，杭州亚运会开幕式文艺演出的第一个节目《水墨入诗画》就惊艳众人，一名身着青绿色长裙的舞者在呈现钱塘江两岸风情景色的水墨画卷上起舞，她轻盈快速地“滑”入画中，随着舞者舞步的移动，闪闪波纹将水墨画逐渐擦去，这唯美的一幕迅速“美出圈”，让人惊叹中国古典之美。不少观众网友都在好奇这位优雅婀娜的小姐姐，是从哪里冒出来的？据了解，这位惊艳所有人的舞者名叫李倩，是一位地地道道的重庆妹子。她不仅在舞蹈艺术上收获了大量奖项，更是央视春晚等文化类节目的常客，还曾两次与体育结缘登上国际体育盛会的舞台。

领舞《水墨入诗画》惊艳亚洲

9月23日晚8:00，杭州亚运会开幕式拉开大幕，文艺演出的第一个节目《水墨入诗画》就惊艳众人。

国风男子挥毫作画，绘就山水画卷，风雅钱塘尽展眼前；烟雨染江南，女子清雅隽秀，在水墨画上起舞。仔细看，她的裙子上缀满了古建筑。“那是一幅巨大的山水画，一点青绿在水上轻轻游动，仿佛有人从《千里江山图》里取了一抹色彩，点在《富春山居图》上。”媒体在报道中这样描述。而那一点宋韵青绿山水，是舞蹈演员李倩穿着裙子在起舞，她轻盈快速地“滑”入画中。

让人无法想象的是，那条5米多长裙摆的裙子，重达100多斤，上面还装饰了很多立体的“亭台楼阁”，李倩在接受媒体采访时说：“从没穿过这么‘大’的衣服。”在过去的两个月里，李倩每天排演到凌晨，这段几分钟的舞蹈动作已经成为她的肌肉记忆，最终才有了完美的呈现。

李倩多次登上春晚舞台

1985年，李倩出生于重庆，因为小时候喜欢爬树十分调皮，所以被妈妈领进了重庆市歌舞团少儿舞蹈培训班学习舞蹈，后来考入了重庆艺术学校。“在我印象中，李倩高高瘦瘦的，出生在普通家庭，是一位尤其刻苦的孩子。”李倩曾经的文化课老师告诉记者，后来李倩破格考入了北京解放军艺术舞蹈系，正式走上了舞蹈之路。这位重庆女孩曾多次登上春晚舞台，并参演多台文化艺术类晚会。

2001年春晚是李倩首次登上春晚舞台。当年的舞蹈节目《飞舞迎春》的文字介绍中，领舞名字就是李倩。节目中，领舞先是身着红白相间演出服展示了一些高难度的舞蹈动作，后又换上鹅黄色的巨大舞裙在一众演员的簇拥下翩翩起舞。

此后，李倩再登2012年龙年春晚，一支《龙凤呈祥》为整台晚会点睛，李倩演绎的凤凰大放异彩。2013年在中央电视台蛇年春节联欢晚会上她表演《净土》与孙楠合作。2023年春晚，她领舞的《锦绣》如流水浮云，又将汉代织锦之美展现得淋漓尽致。此外，李倩2022年9月9日参加2022河南卫视《中秋奇妙游》，演出舞蹈《嫦娥奔月》广受好评。

为了深造，李倩曾去英国，在世界顶级编舞大师阿库汉姆麾下学习的经历，也让她的舞蹈并不局限于中国或西方的风格。李倩还出访过瑞士、希腊、西班牙、意大利、马耳他、巴基斯坦、罗马尼亚、老挝等国。在这些出访活动中，她让世界更加了解中国的舞蹈，同时吸取各国家、各民族舞蹈中的元素，将之融入自己的舞蹈创作里。虽然看过了不同

的世界，但李倩曾在接受采访时说：“重庆人骨子里吃苦耐劳的拼劲，让我一路面对困难咬牙坚持下来。”

与体育结缘参演“北京8分钟”

杭州亚运会开幕式上的精彩表演，并不是李倩与体育的首次结缘。2004年李倩就曾代表中国参加第28届雅典奥运会闭幕式接旗8分钟文艺演出。雅典奥运会闭幕式上，在北京市市长、北京奥组委执行主席王岐山接旗后，2008年奥运会东道主北京8分钟的文艺演出堪称美妙绝伦。

8分钟演出的主题是“从奥林匹亚到万里长城”，整个演出分为4个部分。其中第一部分《舞动的北京》共有2分半的时间，14名身穿民族服装、手持中国民族乐器的“奥运宝贝”出场。在中国民乐的伴奏下，21岁舞蹈演员李倩身穿白色服装，手持红绸，演出一段充满活力的红绸舞。“这既是北京奥运会会徽‘中国印·舞动的北京’的写意，也是北京热诚期盼下届奥运会到来的流露。”新华社对此评论道。而这段红绸舞也成为了李倩的代表作之一。

30岁曾放弃舞蹈当家庭主妇

记者在李倩的个人微博上看到，除了最新更新的杭州亚运会上《水墨入诗画》表演照片和现场花絮，近年来李倩发得较多的是参演舞剧《红楼梦》和《大饭店》的宣传图文和幕后花絮。而让人没想到的是，舞剧《大饭店》竟是让这位优秀舞蹈演员复出的关键。

据报道，出演《大饭店》前的李倩，已然放弃舞蹈，在家过了三四年家庭主妇的日子。李倩在考入北京解放军艺术舞蹈系后，因为外在条件、身材比例俱佳，软度、力度、形象出众，她成为老师们重点培养对象，与之相伴的便是加倍的练习和枯燥的重复。虽然一直在拿奖，不断登上大舞台，名气也与日俱增，可是她觉得很累，身不由心。“我不是自由的舞蹈，我的身体不属于我，在舞蹈中感受不到快乐。”

“30岁那年，我不跳了。”李倩在接受采访时表示，她只有一个单纯的愿望：从30岁开始做自己。2018年，对李倩的艺术生涯来说，是一个极其重要的转折点。这一年，黎星和李超携《大饭店》多次找到李倩，希望她重出江湖。这部剧由七位国内实力派舞者，扮演生活中的七类人。李倩的角色是一位远离人群，端庄而悲伤的夫人。演还是不演？李倩陷入激烈的挣扎。最终让她决定复出的是“夫人”的表演空间和现代舞剧的包容性。关于未来，她说，“我现在很享受舞蹈，只想跳跟自己有关关系的舞蹈。”

据人民日报、厦门日报、潮新闻、新华社、华龙网等

李倩在雅典奥运会闭幕式上表演《舞动的北京》



李倩在开幕式上的表演美轮美奂

重师20个姑娘献艺开幕式
“敲了50多分钟桂花鼓，很累但很值得”



亚运会开幕式现场，一群敲着桂花鼓的表演者中，就有来自重师的同学。



雷晓渝和部分同学还参与表演了翩翩起舞的白鹭

9月23日晚的杭州第19届亚运会开幕式，让全世界观众欣赏到了中国式的唯美和浪漫。值得一提都是，来自重庆师范大学的20名女学生也有幸参与了演出。“敲着桂花鼓，还有场上翩翩起舞的白鹭就是我们！刚结束表演，现在还等着上台拍个照纪念呢！”电话那头，重庆师范大学音乐学院研究生雷晓渝还喘着粗气，结束两个节目表演的她，等着上台和同学们合照留念，因为这是她第一次参加国际性盛会的演出。

金桂飘香迎远客，桂花鼓敲起来，《我们的亚细亚》唱起来。开幕式恰逢中国二十四节气中的秋分，在运动员入场仪式中，一群身着黄裙子的姑娘们，精神饱满地敲击着面前的桂花鼓，其中就有雷晓渝和她的同学们。“当我们知道能参加开幕式表演时就激动坏了，但又有点紧张，毕竟是第一次。”雷晓渝告诉记者，此行学院共来了3名研究生和17名本科生。

从7月13日抵达杭州开始，姑娘们就投入了紧张的训练中，最晚时要训练到凌晨1点多。“在最热的七八月，每天都在体育馆内训练，当时还是有点想家。”回想起训练的苦，再看今天表演的现场，雷晓渝觉得一切付出都值得。在她看来，虽然两个舞蹈表演的动作都不难，但要在全世界观众面前展示出中国风采，需要所有演员不断练习，做到密切配合。

“第一个节目最大的考验就是体力和情绪。”在运动员入场过程中，鼓手需要全程蹦蹦跳跳、情绪饱满地敲击桂花鼓，以激情昂扬的状态欢迎八方来客，50多分钟的表演她们始终保持热情的笑脸。在随后的表演中，当现场出现星光点点，一群白鹭翩翩起舞，在逐渐铺开的潮涌画卷中，白鹭逐浪而行，描绘出一片和谐美好的生态文明画卷。雷晓渝和部分同学一起，又继续参加了这个节目的表演。

唯美的画面和表演相配合，让不少网友直呼这是“中国式浪漫”。而对于能参与这样一次展示中国实力的表演，雷晓渝也表示很开心：“两个多月的努力，没有辜负学校的期待和自己的付出！” 据华龙网