

义乌商圈·文化录

左手烟火 右手星辰 义乌老板娘的诗意“起舞”

春日义乌,暖阳和煦。近日,在上溪镇五七农场,金黄的油菜花随风摇曳,花田间,一群身着各色服饰的女子正翩然起舞;在义乌全球数贸中心的商铺走廊里,另一群女子则趁着午后的闲暇,练习新学的舞步,交流穿搭的心得。她们是义乌市场的老板娘,从忙碌的商铺到广阔的花海,她们用舞蹈勾勒出生活的多彩画卷,在生意与热爱之间,找到属于自己的平衡与力量。这不仅是身体的律动,更是心灵的舒展,是“她”力量在商圈之外的别样诠释。



《家和万事兴》走秀表演



邓菊珍的学员们表演中国舞

一场身心的优雅蜕变

走进位于江东街道的一家舞蹈工作室,午后的阳光透过落地窗洒在木地板上,一群学员正在练习中国舞的基本手位。其中,朱双双的舞姿引人注目,举手投足间尽显柔美与力量。很难想象,两年前她还只是一个零基础的“舞蹈小白”。

“当时我在网上看到老师演绎的一段中国舞,觉得太美了,令人眼前一亮,就想着自己也能像老师那样,在音乐中自由舒展。”朱双双回忆起与舞蹈的初遇,眼中仍有光。作为一位“90后”老板娘,她与丈夫共同经营着遍布全国的健康产品连锁店,日常工作是与繁杂的数据、账目打交道,“以前一直投身于工作和家庭,时常觉得自己被琐事淹没,找不到属于自己的时间和空间。”她说,中国舞的美将她从琐碎中拉了出来。

然而,从向往到实践,并非一帆风顺。

“一开始学习中国舞特别自卑,人家有基础,跳起来很美,自己一摆动作就觉得僵硬别扭。”朱双双坦言,零基础入门尤为艰难,筋骨僵硬、动作不到位,都曾让她感到些许挫败。但舞蹈老师邓菊珍的鼓励和科学的教学方法,让她坚持了下来。“老师会根据我们成年人的特点,先教基本功,把筋骨拉开,再学手势、眼神,慢慢串起来。这样后面学习中国舞片段就会容易一些,让人特别有成就感。”

如今,舞蹈已成为朱双双生活中不可或缺的一部分。每周一、三、五的早上,她都会雷打不动地来到舞蹈室。“它就像是情绪的释放口、压力的一个支点。”她说,每当带着烦心事走进教室,一曲舞罢,整个人便通透了,“先把自己从负能量里抽离出来,再回头看那些问题,就觉得都不是事了。”

与朱双双一样,邓菊珍也深刻感

受着舞蹈带给人改变。作为舞蹈工作室的负责人,她发现来学舞的学员中,绝大多数是义乌老板娘。“她们生活节奏快,精神长期紧绷,需要一个情绪疏通的出口。”邓菊珍说,舞蹈不仅能训练肢体,更能调理情绪。“她们刚来咨询时的状态,应该说昔不如今。这是舞蹈与团队带来的变化。”课后,学员们会聚在一起喝茶聊天,分享生意经、育儿经,甚至家庭琐事。这种同频的交流,让她们在忙碌的生意之外,找到了一个温暖、包容的“大家庭”。“大家经历相似,认知相近,很容易就成为好友,能互相疏解烦恼。”朱双双补充道,这种因舞结缘的友谊,也会延伸到生意上的互助与交流,让这群商圈女性在相互鼓舞中,生发出更为坚韧的精神力量。



舞剧视频拍摄



老板娘们进行日常舞蹈训练

一份“照亮他人”的公益传承



舞蹈《笑美难难》

如果说朱双双的故事是关于个人的身心蜕变,那么蒋仙花和她的一群姐妹们,则是在用舞蹈编织一张更大的网,传递着爱与美的力量。

在位于苏溪镇的一家银龄生活馆里,老板娘蒋仙花正带着十几位学员排练节目《我把故乡比苏杭》。她们身着改良旗袍,手持油纸伞,步态轻盈,笑意盈盈。这些学员,以五六十岁女性为主,大多是曾经或正在市场上打拼的老板娘。

蒋仙花的舞蹈生涯始于2015年。那时,她因长期忙于饰品生意,体重一度达到148斤,身体也亮起了红灯。“为了改变自己,我走进了舞蹈形体班。”从最初的“站都站不稳”,到后来自己能优雅地走秀、编舞、教课,蒋仙花用了近十年时间。这十年里,她不仅在形体上完成了蜕变,更找到了人生的新方向,要将这份美传递给更多人。

然而,蒋仙花的“美丽事业”并非一帆风顺。她坦言,过去几年,因为既要照顾生意,又要兼顾团队,常常感到心力交瘁。“有时候店里正忙,这边又要上课,只能舍弃生意。”她说,最累的时候,甚至想过放弃。但看着姐妹们因为她的坚持而改变,那句“把自己活成一束光,点亮自己,照亮别人”的话便

又在耳边响起。如今,她重新调整了节奏,不再给自己太大压力,把更多时间交给了舞蹈。“把身心打开,把情感注入舞蹈,用故事去演绎。”蒋仙花说,她希望通过直播、公益课,甚至下乡演出,把这种“内外兼修”的美传递给更多女性。

“我运动,我健康,我快乐,我美丽,我坚持,我幸福。”这是蒋仙花一直以来和周围人分享的口号。如今,她不仅自己受益,更带动了身边众人。从最初在自己的厂里抽空带着姐妹们练习,到如今在生活馆里固定授课,再到线上直播教形体、走秀,她的“公益课堂”从未间断。“我自己受益了,就想让更多人受益。”她甚至培养出15位团长,让她们去分享、去传播,将这份自信与优雅的理念传得更远。

她的学生季玲仙就是受益者之一。她告诉记者:“自从跟着蒋老师跳舞,精气神好多了,身体也健康了,心态也好了。”季玲仙笑着说,她的变化不仅给生活带来了不少乐趣,还感染着身边的朋友一同加入。如今,姐妹们在空闲时,会经常聚在蒋仙花经营的“新中式”服饰店里,互相分享舞蹈心得,有时还会在店铺旁的走廊里练习老师教授的舞姿,在衣香鬓影间,将东方美学的韵味融入市场。



蒋仙花带领老板娘们训练形体

一种积极向上的生活态度

朱庆芳的舞蹈故事,则更添了一份“家庭影响力”。在义乌副食品市场,她经营着一家喜糖铺子,从婚庆到外贸,生意红火。然而,8年前,她的状态却远不如现在。“那时候亚健康太严重了,整个人没精神。”她说,正是尊巴舞,让她重新找回了活力。

“我本身就爱运动,心态也比较年轻,不想自己40多岁就早早‘定型’,变成暮气沉沉的样子。”朱庆芳回忆起刚开始跳尊巴时的情景:服装“性感”,舞步“火辣”,周围人的议论随之而来。但她不为所动,心中默念着尊巴老师说过的一句话“你从什么时候开始运动,你的背影就会停留在什么年纪”。这句话成了她坚持的动力。

朱庆芳不仅自己跳,还拉着同伴一起跳。从健身房的课堂到雪峰公园的广场,都留下了她充满活力的身影。随着时间推移,她的变化被家人和邻居看在眼里,身体更健康了,笑容也更多了。渐渐地,家人从观望变成了支持。“现在我老公也受到我的影响,开始运动了,有时候还会主动提醒我,该去跳舞了。”更让她惊喜的是,她三岁的小孙子也受她影响,听到音乐就会跟着扭动起来,成了小“舞者”。“他喜欢跟我一起跳,走到哪跳到哪,特别开心。”

在舞蹈中,朱庆芳不仅找到了快乐,也锻炼了责任心和毅力。

她说,跳舞让她学会了团队协作,也让她在面对生意的压力时更有韧劲。“有时候我们要参加比赛,但是客人的货也不能耽搁了,我就通宵把货赶出来,再准时去排练。不能因为我一个人影响到整个团队。”这种在生意场上练就的“拼劲”,与舞蹈带来的“快乐”,在她身上奇妙融合,让她成为既能干事又能享受生活的“大女主”。

同样感受到舞蹈带来改变的,还有老板娘吴晓妹。几年前,她因看到同事的巨大变化而踏入舞蹈教室,从拉丁舞到走秀,一发不可收。“学了之后,整个人气场都变了。”她说,以前很保守,手都不敢伸出去,现在却能自然地舒展身体,展现自信。她笑着说,跳舞让她在退休后的生活变得充实而丰富,“跳舞让我学会修心养性,把生活过成自己喜欢的样子。”

从最初的身心重塑,到后来的温暖传递,再到最终的家庭滋养,这些义乌老板娘的故事,如同一曲动人的乐章,层层递进,奏响了新时代女性在事业与生活中寻求平衡、追求卓越的华美乐章。她们用舞动的舞姿证明,无论身处何地,无论年龄几何,只要心怀热爱,便能活出属于自己的精彩。她们不仅把生意做到了全球,更将这份源于舞蹈的自信与优雅,传递给了身边人,在春日的暖阳下,成就一道夺目的风景线。

全媒体记者 魏佳佳 文/图

我市第36届群众声乐比赛报名启动

全媒体记者 傅柏林

本报讯 近日,由市文广旅体局主办、市文化馆承办的“焕然有声”——2026义乌市第36届群众声乐比赛报名启动,面向全市广大声乐爱好者征集参赛选手。本届大赛设青年组(18至40周岁,分美声、民族、流行三种唱法)与中老年组(41至65周岁,不分唱法)两大组别,旨在发掘与培养声乐新锐,为声乐爱好者搭建展示才华、交流技艺的专业平台。参赛作品需弘扬主旋律,传递新时代正能量,展现积极向上的学习、生活态度。比赛将邀请省内专业评委担任评审,评委将从选手演唱时的音准、节奏、舞台表现力等多方面进行综合评判。

据了解,本次比赛报名截止时间为4月19日。比赛将按照成绩对青年组、中老年组各设金奖、银奖、铜奖若干。

桃韵书香 乐享春景

全媒体记者 傅柏林

本报讯 日前,在市供销合作社联合社、上溪供销社支持下,市图书馆“我是小匠人——桃韵书香 研悟春光”活动顺利举办。孩子们走进上溪镇春日美景中,沉浸式感受“六义”文化,共赴一场兼具诗意与实践的春耕研学之约。

活动现场,园艺老师手把手教学,围绕桃花剪枝原理、实操技巧以及田间作业安全规范等内容,逐一拆解知识点、开展标准示范,将专业的园艺知识转化为通俗易懂的内容,便于孩子们理解吸收。孩子们全神贯注地倾听讲解,认真模仿操作手法,小心翼翼

修剪桃树冗枝,在亲身实践中掌握剪枝技能,真切体会到农耕劳作的不易,也收获了动手实践带来的成就感。

随后,园艺老师详细讲解桃树种植要点,强调种植深度、根系养护等关键细节。在种植环节,孩子们与家长携手合作,挖坑、扶苗、悬挂种植牌、覆土压实,配合默契,现场氛围其乐融融。

据了解,市图书馆打造百态研学“我是小匠人”活动,创新融入多元阅读场所与特色场景,通过开展形式多样的阅读研学实践活动,带领孩子们走出书本,体验行业百态,在实践中提升动手实践能力与人文思考素养。

赤岸镇春季公益课堂开课

全媒体记者 王佳丽

本报讯 春光作序,万物和鸣。由市文广旅体局主办,赤岸镇新时代文明实践所与赤岸镇综合文化站承办的2026年“义起来学艺”春季公益课堂日前正式开课。本次课堂融合“花开四季”课外学堂、“蒲公英”全民艺术学堂、“乐享银龄”幸福学堂三大板块,精准对接全年龄段群众文化需求。素描课上,孩子们以线条的轻重缓急学起,在画纸上勾勒出几何的立体感;硬笔书法课堂,孩子们端正坐姿,在米字格里认真临摹基本笔画;阅读课以义乌地名由来为引,带领青少年穿越千年感悟家乡文化。魔方课、篮球课、非洲鼓、瑜伽、非遗宋锦手作、八段锦、书法等课程也同样精彩纷呈。

“义起来学艺”全民公益课堂采取“群众点单、政府派单”模式,将优质教育资源送到群众家门口,让公益普惠触手可及。

向阳社区:古韵越音 文化悦民

全媒体记者 李爽爽

本报讯 近日,稠城街道向阳社区在向阳·合立方“六微”服务站举办“古韵越音 乐在向阳”越剧活动。

活动邀请义乌市越剧联谊会楼中平老师现场献艺。他不仅带来经典越剧选段,更结合越剧文化分享,让居民在聆听婉转唱腔的同时,读懂戏曲背后的文化底蕴。尤为动人的是,楼中平特意带来以义乌为主题的原创越剧《赞美商城》,熟悉的区域元素、鲜活的商城故事,让在场居民倍感亲切,

在戏曲声中感受义乌发展的蓬勃生机。

在专业表演的带动下,居民参与热情持续高涨。有戏曲爱好者即兴献唱,凭借真挚的情感与朴实的唱腔,展现普通居民的戏曲风采;有的居民受氛围感染,与楼中平同台合唱《天上掉下个林妹妹》,默契演绎经典,将现场气氛推向高潮。

此次活动以戏曲为媒,搭建起邻里连心桥梁,让邻里情谊在丝竹雅韵中悄然升温,更是向阳社区“文化润社区”理念的生动实践。

兴业社区:戏韵润银发 文化暖夕阳

全媒体记者 林晓燕 文/图



越剧爱好者们正在排练

本报讯 3月25日,稠江街道兴业社区党群服务中心二楼的小舞蹈室内,丝竹悠扬,唱腔婉转。一群上了年纪的越剧爱好者齐聚一堂,手持曲谱,眼含笑意,在琴弦与鼓点的伴奏下,深情吟唱着经典选段。

这是兴业社区“乐在兴业”越剧社在年后的首场活动,也是社区为老年群体精心搭建的“文艺暖巢”。活动现场,十余名退休老人以戏会友,互相切磋技艺。有的

专注调试二胡音准,有的轻抚琵琶重温指法,还有的站在谱架前,字正腔圆地演绎《梁祝》《红楼梦》中的经典唱段。

之前,社区在调研中了解到,越剧社成员年纪普遍较大,不少老人腿脚不便。而原先设置在四楼的活动室需爬楼梯,给部分老人带来一定的困扰。为此,社区主动将场地调整至二楼小舞蹈室,并添置专业器具。此举通过“场地适老化改造+专业设备支持”双轨并行,不仅守护了老人的艺术爱好,更织密了邻里情感网络。