

曹金鈴

著



医药学院 610 2 12051811



和諧與美麗

吳淑芬

Harmony & Beauty



經濟日報出版社



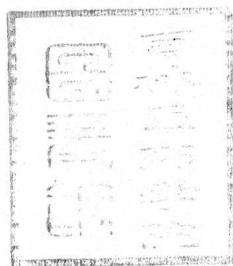
医药学院 610 2 12051811

和諧與美麗

吳淑芬

曹金鈴

著



任濟日報出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

和谐与美丽/曹金铃著. —北京: 经济日报出版社, 2008. 5

ISBN 978 - 7 - 80180 - 867 - 7

I. 和… II. 曹… III. 曹金铃—自传 IV. K837. 125. 76

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2008) 第 054022 号

和谐与美丽

编 著	曹金铃
责任编辑	钱大川
出版发行	经济日报出版社
地 址	北京市宣武区白纸坊东街 2 号 (邮编: 100054)
电 话	010 - 63567691 (编辑部) 63567683 (发行部)
网 址	www. edpbook. com. cn
邮 箱	jjrb58@ sina. com
经 销	全国新华书店
印 刷	北京画中画印刷有限公司
开 本	787 × 1092mm 1/16
印 张	10
插 页	8
字 数	50 千字
版 次	2008 年 5 月第一版
印 次	2008 年 5 月第一次印刷
印 数	1 ~ 3000 册
书 号	ISBN 978 - 7 - 80180 - 867 - 7
定 价	45.00 元

版权所有 盗版必究 印装有误 负责调换











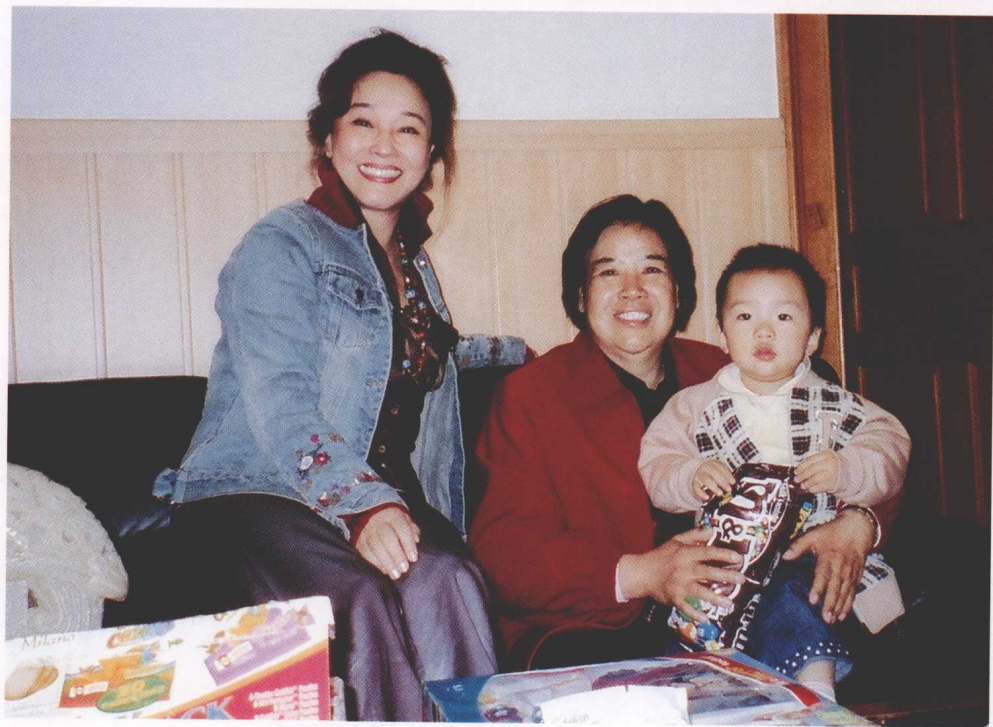
1971年登上《台湾》杂志封面



1996 年获得美国西太平洋大学文化教育哲学博士学位



母女情深



在中国摄影家协会主席邵华将军家中做客



在台北市与马英九先生同台表演



与美国布什总统的弟弟尼尔·布什合影

传播美丽的使者

白淑湘

中国文联副主席 中国舞蹈家协会主席

曹金铃女士是上世纪六七十年代祖国台湾最著名的现代舞艺术家，也是著名电视节目主持人，是当时宝岛的“美丽代言人”，是台湾首位国际艺术名校——日本宝塚音乐学校的毕业生。她在艺术与生活中，成功地创造了美丽与和谐的统一，并且做传播美丽与和谐的使者。近几年，她回到祖国大陆，在北京定居，致力于海峡两岸的文化交流，为祖国统一事业尽心尽力。

金铃7岁习舞并登台，在宝岛台湾舞坛崭露头角，十来岁就成为舞蹈明星，获得过民族舞蹈比赛的优秀奖。她在日本宝塚音乐学校刻苦学习4年，接受了国际水准的艺术教育。她编演的中国现代舞《爱的追寻之舟》、《月下兰花》、《阿兰胡埃斯》、《吉普赛之舞》、《山地组曲》、《卡门》及古典中国现代舞《白蛇》等广受欢迎。

金铃长期致力于现代舞的传播和教育，是我国台湾电视史上第一位舞蹈顾问。她通过电视等传媒手段普及舞蹈艺术，使现代舞艺术家家喻户晓。她还把大部分精力投入到教学之中，开设了“曹金铃舞蹈社”，教授学生数千人。

金铃的舞蹈艺术博采众长，在现代舞艺术中融合了古典芭蕾舞、中国民族舞、日本舞、爵士舞的元素，形成了“以情塑舞，以舞传

情”的艺术风格，取得了很高的艺术成就，为现代舞的发展和普及作出了重要贡献。她在现代舞中突出一个情字，以真情塑造人物，不管是热情奔放的还是含蓄内敛的体裁，她都能以情动人，可以说是“未成舞姿先有情”。

金铃的这本《和谐与美丽》，以优美的散文笔法记述了她的成长经历和学艺之路。读者从书中可以感受到，金铃的成功不仅因为艺术天赋和勤学苦练，还与她的家庭和成长环境有很大关系。一个和睦、温暖、平等，充满知识和关爱的家庭孕育了她。开明的父母、科学的引导、自由的成长、宽松的环境、快乐的童年造就了这位艺术家，同时也造就了一个愿把快乐、美丽带给别人的人。相信这本书会对读者和有艺术梦想的孩子有所启迪。

2008年4月24日

自序

围绕我的生活，只有两个字——快乐。

常有人问我：“维持青春美丽的秘诀是什么？”如果说有秘诀的话，那就是：快乐是青春的源泉，艺术是美丽的工具，人一定要有精神生活。我一生最幸运的事，就是我爱好舞蹈艺术，并且成了我的职业。

从五六岁跳蝴蝶舞开始，我便对舞蹈许下了今生相守的誓约。也许有些人会发出这样的疑问：习舞之路如此艰辛，为什么我却能一直无怨无悔地跳下去呢？

其实，艰辛的过程对我来说，反而是一种享受、一种挑战。每一次乐声响起，旋转起舞，我总是那样地忘情，陶醉在舞蹈的梦幻天地里。即使跳舞的时间再长，练习的过程再累，我都以此为乐，快乐地享受这个过程。因为我心中洋溢着对舞蹈的热爱。

如何学好舞蹈艺术呢？我认为，除了艺术天分和勤学苦练之外，更重要的是要掌握舞蹈乃至其他一切艺术的内在规律，那就是协调。

对美的追求是人的本能。柏拉图说，协调就是美。追求身体美丽的实质也就是在追求协调，而美丽与协调则是共生的。当所有的内在与外在都协调之后，你的精神与肉体间，自然也就是美丽的、

和谐的。

舞蹈除了要求身体与各关节协调、与呼吸的协调之外，还需要与音乐协调、与环境协调。更最重要的是与人之间的协调、与天地之间的协调。

人生难道不是一样吗？人与人之间的协调，人与社会之间的协调，不也是一个人一生要学习的课题吗？

人的生活处于协调的、平衡的、合拍的时候，也就是他顺利的时候。人还要善于在不平衡与不合拍中实现重生，找到协调。

我发现，舞蹈动作经过选择，可以成为生活化的动作，可以成为生活中的必须品，舞蹈可以雕塑美丽的生活。

从小看父亲练太极拳，而我却没学，实在很可惜。因为太极拳的动作就是每个环节都在找寻平衡点，一环一环使身体协调。虽然到现在我还没开始练习，不过我从舞蹈经验中选择出来的动作，可缓缓地使身体舒服，又可以塑造身材。我用这些动作锻炼自己，也传授给别人，从舞蹈艺术延伸到日常生活，使人与人之间的互动更加接近，也使自己在不知不觉中从舞蹈家转变为生活家。

人只要选择一门艺术作为爱好，不管是舞蹈还是京剧、歌唱、曲艺，都可以从中吸收精华，成为人生中寻找协调与平衡的载体。

还有一点特别重要，无论学习哪门艺术，都要有文化修养和底蕴。修养和底蕴造就一个人的境界。有多高的境界，才有做多高的艺术。如果说我在舞蹈方面有一点成绩的话，那么这很大程度上受益于父母善于发现我的潜力，并且循循善诱，给我一个宽松的成长环境，让我按照自己的天性成长，特别是允许我读了许多名著和小说。读中外经典名著，不仅可以了解人生和社会，而且使人提升修养和境界。梁启超先生曾经说过：“吾以为凡为中国人者，须获有欣赏楚辞之能力，乃不虚生此国。”前辈学者对修养竟是如此地看重！

老子有言：“大音稀声，大象无形。”庄子则曰：“天地之大美不言。”我们现在都讲“和谐社会”、“和谐世界”，那就让艺术改变我们的生活，让美丽与和谐共生。每天花一点时间，让精神愉悦起来，让身体舒通起来，让精神与身体协调起来，整个人自然会散发出和谐之美，也使得人与人、人与自然、人与社会之间关系和谐，自然能成为国家进步的原动力。

谨以此书送给学习舞蹈和喜欢艺术的孩子及他们的家长，希望我的习舞之路对他们能有点滴启示。

曹金鈴

2008年4月10日

5

自
序
■

目 录

■ 走过快乐的童年

- 太阳的女儿 /3
- 黑妞与太阳有约 /5
- 牛车牛车我爱你 /6
- 数学IQ零蛋 /6
- 妈妈是我的最佳枪手 /8
- 学习与成长 /9
- 背《古文观止》的启示 /11
- 围棋的玩法 /12
- 快乐的动物农庄 /13
- 狐狸狗小白 /14
- 爱护动物的柔软心 /16

■ 初尝舞蹈甜滋味

- 第一次上台的绿蝴蝶 /21
- 决心学芭蕾 /22
- “绿蝴蝶”飞错了方向 /25
- 天生不是说谎的料 /26
- 表演前的一餐 /28

■ 拥抱梦想的天空

- 跳窗子的初中岁月 /33
- 蛇和泥鳅 /34
- 独创风速字形 /35
- 背书的投机者 /38
- 红指甲为马口铁而哭 /40
- 参加歌唱比赛 /41
- 钢琴只考49分 /43