

目 录

001 引 子 梦，和有关舞蹈的遇到

009 第一章 舞蹈的初心

010 一 一个舞者的小时代

025 二 说吧，年轻的舞蹈

039 三 《阿姐鼓》，叩动初心

057 四 一路向西，西藏的启示

070 五 舞动在雷峰塔与西湖上

089 六 舞蹈合伙人

101 第二章 与民生对视

102 一 向外，最初的一瞥

119 二 无数的理念奔涌而来

- 127 三 起舞的公众欲望
- 135 四 是什么扣动了灵感
- 140 五 连绵的意象
- 149 六 现场，让舞蹈倔强生长
- 163 七 一场舞蹈的文化辐射波
- 166 附 《与外乡人一起跳舞》创作全记录

171 第三章 见证奥运

- 172 一 是什么来敲门
- 177 二 让家成为自己的背影
- 181 三 走入奥运的N个初次印象
- 198 四 她眼中的奥运同事们
- 208 五 挺住，每一次“被毙”
- 214 六 一个画面的一千种创意
- 222 七 坚持和坚持的结果
- 227 八 鸟巢，夜，某些静思

233 第四章 生长没有结束

- 234 一 寻找更多的可能性

237	二	MOMO 唤醒了沉睡的剧场
251	三	快闪,公益的另一种方式
266	四	寻找晚会的关键词
277	五	墨舞之时, 艺术家的凝视
287	六	多重体悟, 从舞者到人大代表
297	七	大运河, 汇聚生长的方向
319	结语	向·外·生·长

引子
梦，和有关舞蹈的遇到

遇到崔巍，仿佛遇到了梦想。

西溪湿地绿丛中的工作室，里里外外透露出艺术与自然交织的奇妙。那里，是杭州城西的一块湿地，没有过多加工的风景里捎着野性的茁壮。

初识，便是过目不忘的梦想地——

崔巍工作室所处的湿地，也是清代戏剧家洪昇的故居。新建的工作室由两幢面池而立的高房子组成。临窗，有不止一张造型特别、大大的座椅。这是崔巍自己设计的椅子，椅子两边构成一个小小的书架，坐在椅子上，手边就是一堆堆的书。向外望，则是无边无际四季常变的自然风光——一个池塘，一条小船，几只野鸭，一片芦苇，丛丛树影倒映在水面上。

工作室建在这块具有文脉的风水宝地上，进入房子还必须要穿过他人的风景。与之比邻的，有作家麦家、戏剧家赖声川……这是一种暗合，崔巍关于舞蹈的梦想，也曾经过不同艺术门类的滋养，然后抵达艺术创作的“自由王国”。

此时，崔巍坐在眼前，短发，妆容淡淡。细长的眼线从她的上眼睑优美地划过，描出一双敏

捷的眼睛。

直视她的眼睛。那里冒出一丝丝真诚的光，让人不由地想，并可以，走近她的内心。

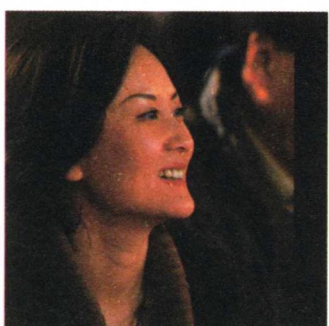
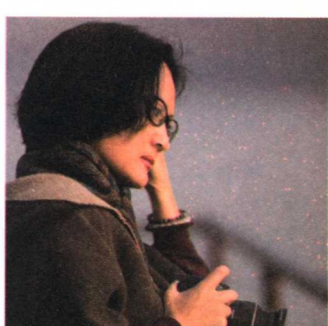
这个说话直爽，但声音柔软的舞者、编导，身上有一种颇为神秘的东西，让人期待进一步探究——

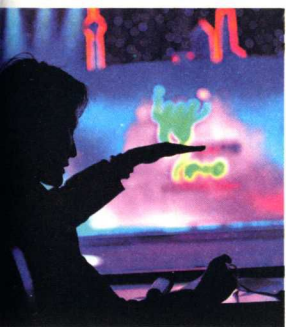
探究她的舞蹈梦想，她永不放弃的动力，经常在她激荡的胸怀中游动着的那丝细腻的情感，她成长过程中的起起伏伏。

崔巍的成长史，犹如一支《向外生长》的舞蹈。

她像一棵不知疲倦的小树，汲取着周遭生活赋予的阳光空气水分，在广阔的云朵与土地之间，努力生长，向外，向外，向外。

在生长的时间历程中，舞蹈是她区别与他人最独特的外衣。仿佛她的身体里早就隐藏了一只小小的精灵，时常冒冒失失地冲出来，却是在提醒，一种美妙的存在。





有关舞蹈，是一个人，一个女人，一个女性艺术家对现实的观照。它不是一成不变的镜像，它如江南水波般，是随心而行的旅程。从幼年时对律动的敏感，到身体自觉的表达，观念的艺术性传递，崔巍的舞蹈像亮光映照了自己的人生，更映照出围观者的嗟叹——这个世界，人人都要发声。发声呈现存在，表达情感，表达梦想。

舞蹈是崔巍的眼睛。她看到了一种艺术如何萌芽，生长，从独自矗立进而成一片森林。随着视觉，她触摸到生命的律动，然后从律动中释放出畅快的美感，以及社会与人的深邃思考。

舞蹈是崔巍的语言。她的讲述，是一个习舞女孩成长为著名编导和舞蹈家的故事，是一个舞者与飘荡在喜马拉雅和玉龙雪山上空的民族精灵的对话，也是在拥抱中国大运河与奥林匹克时的心路历程。

舞蹈是崔巍的思想。她的成熟，从原创舞蹈《阿姐鼓》开始，路过民生舞蹈、奥运会开闭幕式、大运河原创舞台剧等等，它们不是一个个脱离尘世的艺术符号，而是有血有肉、与社会之变休戚相关的艺术之声。

在崔巍的理想中，舞蹈是这样一种存在：第一层面，说出心里想说的话，无论是青年时代的激情和迷惑，还是成长中的纠结与骄傲，不隐藏，有真诚；第二层面，表达情感和思想，它是人性化的思考方式，和一本好书、一部好电影对人产生的影响一样。

最理想的舞蹈，其实存在于每个人自己的想像中。身心的自由表达，让现实与梦想并行于一个通道，它知晓悲欢离合，又有无喜无悲的透彻。由感受自由和善意，至彻悟的信仰境界，崔巍觉得，冥冥之中，就是一种遇到。



第一章

舞蹈的初心

在那个活泼的女孩走入少年宫的瞬间，舞蹈已经成为了她的宿命。即使在她的小时代里，崔巍就天然地领悟到了这种命运的安排。她交付出的是性格上的顽强，不断汲取，开放的心态和专注向上。

正是这些造就了她的不断生长，直到《阿姐鼓》的绽放。

一切都是付出，一切都是在起伏中实现的。但对于崔巍，舞蹈是可以直观地表达人生的形态、是一件可以释放灵魂的事，是她的欢欣和激情的来源。

就像在她的多次西藏之行中感悟到的那样，纯净的信念滋生能量。

一 一个舞者的 小时代

生活在当下——很多人用这样的词表达一种现在进行时。但是，有时，现在进行时，并不一定能让人明白，一个人或一件事，之所以是这样而不是那样，其内在的规律或动力何在。而后来者是需要找到一个答案的，为什么不同时代产生不同的人，类似的寻找过程，恰好可以令人们更好地理解这个世界。比如为什么21世纪的青年有郭敬明的《小时代》，为什么20世纪的青年有费孝通的《乡土中国》。

让我们从头说起。去寻找1966年那个时代，

一个出生于山东青岛的女孩在她小时代的经历。

崔巍的舞蹈梦在风光美丽的地方开始生长，
开阔的海洋、开放的观念随着自由的海风吹拂，
预期着一个开阔开放的舞蹈世界。

1. 城市安静，少年活跃

上个世纪60年代和70年代。

在崔巍的个体记忆里，那是她的一个小时代。

1966年初夏，崔巍出生于青岛一个教师家庭。她说自己是巨蟹座。这个星座的人，按通常的说法，是一个很顾家的性格。她是不是呢？崔巍说，虽然人们看到的我，整天风风火火的，但我内心里，真的是很顾家也很恋家的。

听她这么说，旁人总是摇头表示不太相信。

1960年代的青岛，安静，无争——这是崔巍的记忆，她说一直到现在，那个城市的变化也不是翻天覆地的。房子很异域，但是即使白天车水马龙，到了晚上，很快就会陷入安静，那是一座城市的内在气质。晚上天一黑，人们马上都回家去，和国外的很多城市一样。它不是不发达，而是一种生活习惯。

崔巍小时候住的房子，距离海边只有10分钟的距离，退潮的时候抓螃蟹小鱼是她经常的活动。

在一个安静的城市气质衬托下，小时代的崔巍显得非常活跃。

这份活跃，当然就与舞蹈有关。崔巍在6岁的时候就进入青岛著名的少年宫学习舞蹈。每天早上，由奶奶领着，到少年宫练早功，那些最简



小时候的崔巍和弟弟

单的身体拉伸活动，使崔巍获得了最初的表演者的体验。

表演者，站在舞台上，她必须出色才能成为主角，也只有用功，才能比别人更出色。

表演者站在舞台的最中间，是多么的荣耀，让小伙伴们惊叹、羡慕；又是多么光彩，让自己确立了身体和心理双重的信心。

崔巍是少年宫里当仁不让的主角。她在少年宫里一直练到12岁，考入北京舞蹈学院。基本上每天下课就去少年宫，从小到大，对于舞蹈这件事，崔巍觉得：不累也不苦，因为她喜欢。

说到少年宫里的舞蹈，应该说是中国现有的艺术培训体系里最重要的一环，几乎所有的专业舞蹈者，都是从少年宫的儿童舞蹈里完成自己的启蒙。一群孩子，身体柔软，体力充沛，加上一点兴趣，很多人，特别是女孩子，就这样建立起了对身体姿态美感的最初体验。

舞蹈的独特性决定了一个人少年时候训练的重要性。以一般12岁进入专业训练为例，那么六七岁，甚至更早，就应该进入基础的启蒙训练，让身体在合适的年纪里打开柔软度。

在少年宫，老师让怎么做就怎么做。身体在老师的要求下打开来，对舞蹈天生的亲近感，是崔巍幸福感的来源。

今天，作为职业舞蹈家，崔巍对少年宫舞蹈

青岛市少年宫位于市中心景色秀丽的贮水山南麓、儿童公园旁，成立于1964年6月1日。少年宫常年开设艺术教育、体育培训、科技活动和群众性活动四大类目的20多项专业科目。