

■ 艺术与人文修养读本

方 珊 / 主 编

动作的旋律

——
舞蹈美

刘秀乡
◎ 编 著



北京师范大学出版集团
BEIJING NORMAL UNIVERSITY PUBLISHING GROUP
北京师范大学出版社

■ 艺术与人文修养读本

方 珊 / 主 编

动作的 旋律

—
舞蹈美



北京师范大学出版集团
BEIJING NORMAL UNIVERSITY PUBLISHING GROUP
北京师范大学出版社

图书在版编目(CIP) 数据

动作的旋律——舞蹈美 / 刘秀乡编著. —北京: 北京师范大学出版社, 2011.6

(艺术与人文修养读本 / 方珊主编)

ISBN 978-7-303-11873-1

I. ①动… II. ①刘… III. ①舞蹈美学—通俗读物
IV. ① J701-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2010) 第 232358 号

营销中心电话 010-58802181 58808006
北师大出版社高等教育分社网 <http://gaojiao.bnup.com.cn>
电子信箱 beishida168@126.com

出版发行: 北京师范大学出版社 www.bnup.com.cn

北京新街口外大街 19 号

邮政编码: 100875

印刷: 北京联兴盛业印刷股份有限公司

经销: 全国新华书店

开本: 155 mm × 235 mm

印张: 11

字数: 170 千字

版次: 2011 年 6 月第 1 版

印次: 2011 年 6 月第 1 次印刷

定 价: 22.00 元

策划编辑: 饶 涛 责任编辑: 李洪波 曾忆梦

美术编辑: 毛 佳 装帧设计: 北京博兴元文化传播公司

责任校对: 李 茵 责任印制: 李 啸

版权所有 侵权必究

反盗版、侵权举报电话: 010-58800697

北京读者服务部电话: 010-58808104

外埠邮购电话: 010-58808083

本书如有印装质量问题, 请与印制管理部联系调换。

印制管理部电话: 010-58800825

总 序

· 每个人都是一个独立的个体，都是一个小宇宙，都有自己独特的喜怒哀乐，都有自己的理想与追求。艺术则是人类世世代代精神追求的一种浓缩，它把人的心灵世界通过外在的形式镌刻下来，让后人欣赏、赞叹与批判。艺术固然离不开人，离不开人的各种生活，但它不是因此而让人去炫耀自己，炫耀自己的人生，而是去审视自己，审视自己的人生意义。

艺术离不开现实，但它总是默默地把人的精神追求与理想，通过迷人的技巧与现实的图景予以展示。艺术的永恒魅力离不开技巧，更离不开通过艺术呈现出来的人的丰富多彩的情感和复杂多变的心灵。就是这些让人无法捉摸的情感与心灵，温暖着读者，动人心弦，令人一唱三叹，使人难以忘怀。艺术会让人去回归生命的活力，守望自己的精神家园，从而改变现实，迈向美好的未来。

因而，艺术是人的终生伴侣，只要有了人，就会有艺术，人不能没有吃喝，但更不能没有梦想。艺术予人以启示，它是人生智慧的升华，蕴涵着人的爱恨情仇、信仰与希望；它会让人微笑地面对人生，华丽地从磨难、贫穷中转身，无论身处何种险境，都能优雅地昂首阔步，富于尊严地去追求自己的幸福。艺术就如梦中花、水中月，激励着人去追求梦想，让人永远念想，领悟再三，却不会有丝毫贬损。

在高新科技高歌猛进的今天，人们愈来愈追求效率，讲究实利，物质生活愈来愈麻痹着人，使人愈来愈贪图安逸享乐。科技固然可强国，但人文艺术却会不断地鞭策着人，呼唤着人，使人振奋精神，激发生命活力，不断去追求那美好幸福的梦想。因为只有梦想，才会使人类永葆青春，怀抱远大抱负，不为蝇头小利而沾沾自喜，不迷醉于现实而忘记了自由的使命；也只有梦想，才会使人类牢牢把握前进的轮舵而不迷失方向，驾驭着高新技术，不使人一味讲究功利而失去人的灵性与活力。只有梦想，激励着我们为之奋斗，亲手把它变成现实。我们既需要迅速发展高新技术，更要提高中华民族的艺术修养，只有这样，才能使中华民族屹立于世界民族之林，为世界人民所尊重和敬佩。因而加强人文艺术修养，是我们在新世纪面临的一项极为紧迫的任务。

2010年，在中国人民大学王旭晓教授与牛宏宝教授的举荐下，北京师范大学出版社独具慧眼，发现了这套书的艺术价值，欣然接纳了丛书。众多作者齐心协力，尽快地对原作进行了修订，图片也焕然一新，以使本丛书更为适合大家阅读。凡是愿意提高自己艺术与审美修养的人，不论是老师或是家长，不论是青年或是少年，不管年龄大小，只要是艺术爱好者，就一定会在阅读中喜欢上它。美与艺术是人类文明的精华，中国人民在改革开放中逐步摆脱了贫

穷，就有必要去了解世界各国的艺术与美，了解中国的艺术与美。

当然，提高艺术修养与艺术教育及审美教育密切关联。我们绝不能将艺术与审美教育只看做是学校教育的事情，当我们一些人并不知晓斗拱、爱奥尼亚式、巴洛克、哥特式等时，不要把责任都推向学校教育。而是要问问自己：自己为何没去学，为何没有去学会学习，学会审美？爱美固然是人的天性，让人爱美、追求美的天性得以健康成长却要靠审美教育。审美教育不能简单地被理解为学校老师对自己的教育，或者父母长辈对自己的教育，好像没有专门施教者来施教就不是审美教育。在我看来，审美教育既需要专门施教者来施教，这种施教大多是审美知识教育，包括美是什么、为何审美、艺术何为等理论探讨，或许可称为“被教育”，因而需要老师引导与阐释，但它更需要自我教育。

这种施教是自己既当学生又当老师，因为接受什么、选择什么，都必须靠自己做决定；喜欢什么、厌恶什么、爱什么、恨什么，都必须靠自己表达。要使自己具有一定的艺术修养，就一定要多多自我教育，他人教育也须通过自我教育起作用。不要一听到教育，就以为是他人来教育自己，因而把教育归属于学校教育、家庭教育与社会教育，教育也完全可以自我教育即自己教育自己。

其实，审美教育就是以自我教育为主、他人教育为辅的一种自我发展、自我丰富、自我完善的教育。父母、朋友、老师，包括博物馆、美术馆、电影院、书籍、互联网，社会的方方面面、各色各样的人都可以成为我们施行审美教育的良师益友，可关键仍在于自己。因为美与艺术重在自己去发现，重在自己去体悟。没有自我、失去个人的独特性，追逐时尚、跟随潮流其实只是一种“伪时髦”。这套丛书就是要帮助读者走进艺术，独立地去发现艺术中的美。

现在这套丛书终于要与大家见面了，希望它能成为艺术爱好者

的伴侣。我作为丛书主编，既要向北京师范大学出版社的大力支持表示感谢，又要向王旭晓、牛宏宝、王志敏、杨桂青、赖配根、丁伯奎、王志钧、王芊、边国英、刘秀乡、乔基庆、宿志刚、林叶青、苏丹、崔辰等编委的认真努力表示感谢。丛书在撰写与修订中，虽然强调了编写体例统一的要求，但由于各编委的关注点不同，想法各异，更何况各门艺术的演变亦有长有短，因而各门艺术的撰述会有一些差异。加上我们也在学习中，本身水平仍有待提高，因此，本丛书仍会存在这样或那样的缺点，如有不足之处，欢迎广大读者不吝指正。对于广大读者所提的意见，我们会心存感激，因为我们知道，我们都怀有同样美好的梦。

北京师范大学价值与文化中心

方 珊

2011年1月18日

前言

这本书，可以帮助读者们了解舞蹈这门艺术。如果你是一位喜爱舞蹈的读者，可能会对它更感兴趣。

2 世纪时，基督教的一首赞美歌中唱道：“谁不跳舞，谁就不懂得生活。”这当然说的是古代的事情，但是可以知道舞蹈曾经在人们的生活中是多么重要。在那个时候的中国，舞蹈在生活中的地位大概也差不多。孔子制定的学校教育内容“六艺”——礼、乐、射、御(驭)、书、数，其中的“乐”就是“乐舞”，也就是音乐舞蹈。

现代生活，与古代当然不可同日而语。个人的爱好可以有更多选择，学校教育的内容也丰富得多了，其中舞蹈教育在一些地方很受重视。例如，20 世纪的美国教育法就确定：舞蹈是基础教育中的“核心学科”之一。刚刚进入 21 世纪的时候，英国政府制定的中小学教育改革措施，要求每名小学生都有机会学习一种乐器，

上芭蕾舞课程，或者学习一种体育项目。

如果你是一位舞蹈的表演者，那你就会经常到铺着地板、装有大镜子和把杆的教室去上舞蹈课，到排练厅去排练舞蹈节目，到舞台上用舞蹈来展现自己的才能，那时，舞蹈与你的关系就更加密切了。

我们现在特别强调素质教育，同时也比以往任何时候都重视美育，在这个目标下，舞蹈在学校教育中应该受到更多的重视。应该成为经常性的教育内容和活动内容。一个懂得欣赏舞蹈以至能够参与舞蹈的人，他就会更多地享受美和创造美。其实，舞蹈教育的作用还不仅仅限于美育。现代科学证明，参加舞蹈活动，有助于开发右脑，促进整个大脑的发育，对提高智力也有积极作用。另外，接受舞蹈教育有利于改善形体和健康状况，这是更加明显的。总之，推行舞蹈教育，对于青少年学生综合素质的提高，会有不可替代的作用。

这本书，会带领你走进一座充满生命活力的舞蹈艺术殿堂，从而使你了解这样一门美好的艺术。

目 录

一、古老而年轻的艺术——舞蹈的起始与发展	1
(一)原始的激情——最早的舞蹈	1
(二)冲出宫廷 走向世界——芭蕾舞的诞生与发展	4
(三)新生的古典舞——中国古典舞和敦煌舞等的重现	35
(四)叛逆的精灵——现代舞的崛起	46
(五)尊重传统 兼收并蓄——应运而生的当代舞	52
二、用人体动作“说话”——舞蹈的艺术特征	57
(一)舞蹈的语言	57
(二)美妙的“律动”	61
(三)以“情”为重	64
(四)音乐的孪生姐妹	67
三、争奇斗艳百花园——舞蹈的主要类型及其特点	69
(一)形神兼备的中国古典舞	69
(二)浪漫飘逸的芭蕾舞	75
(三)自由洒脱的现代舞	81
(四)多姿多彩的民间舞	83

(五)温文尔雅的舞会舞	116
(六)热力四射的街舞	124
四、让我们走进剧场——舞蹈名作赏析	127
(一)《天鹅湖》(四幕芭蕾舞剧)	127
(二)《关不住的女儿》(两幕三场芭蕾舞剧)	132
(三)《吉赛尔》(两幕芭蕾舞剧)	136
(四)《斯巴达克思》(三幕十二场芭蕾舞剧)	142
(五)《奥涅金》(三幕六场芭蕾舞剧)	147
(六)《鱼美人》(三幕八场中国民族舞剧)	152
(七)《红色娘子军》(六场芭蕾舞剧)	154
(八)舞蹈精品晚会	158
结束语	165
参考书目	166

一、古老而年轻的艺术 ——舞蹈的起始与发展

二十年前说起舞蹈，我们会觉得它是一种时尚的艺术，是一种“新潮”。是的，舞蹈总是让人把自己的身体展现得极其优美，光彩焕发，充满着生命的活力，从而特别受到青少年朋友的喜爱。作为一门艺术，舞蹈的历史可以上溯到很久很久以前。可以说，早在原始人类用石头打造粗糙工具的时候，他们就开始跳舞了。好吧，让我们看看原始舞蹈是什么样子，以及后来多种多样的优美舞蹈又是怎样发展起来的。

（一）原始的激情——最早的舞蹈

1. 原始舞蹈的状态

伟大的文学家闻一多先生曾经描写过澳洲原始部落的一种舞蹈。他这样写道：

灌木丛中一块清理过的地面上，中间烧着篝火……野火的那边，聚集着一群充当乐队的妇女。忽然林中发出一种坼裂声，紧跟着一阵沙沙的摩擦声——舞人们上场了。闯入火光圈里来的是三十个男子，一个个脸上涂着白垩，两眼描着圆圈。身上和四肢画着些长的条纹。此外，脚踝上还系着成束的树叶，腰间围着兽皮裙。这时那些妇女已经面对面排成一个马蹄形。她们完全是裸着的。每人在两膝间绷着一块整齐的袋鼠皮……

于是，随着妇女们一边拍打袋鼠皮一边唱起歌来，一场热烈、狂放的科罗波利舞就开始了。舞蹈达到高潮时，“情绪真紧张到极点，舞人们在自己的噪呼声中，不要命地蹬着脚跳跃，妇女们也发狂似的打着拍子引吭高歌”。

这种科罗波利舞以及其他一些比较原始的舞蹈，直到近代，在澳大利亚

和非洲等地的土著民族中还普遍存在。德国艺术史家格罗塞对这些地区进行过广泛考察。他在 20 世纪初期写的《艺术的起源》这本著名的书中，就描述过这种科罗波利舞，还描述过非洲的布须曼人等土著人的原始舞蹈。

人类原始社会中的舞蹈，是代代相传、保存和发展起来的。那么，它已经存在了多少年呢？具体年代，我们很难弄清楚了。因为舞蹈只是在一小段时间内展示出来的动态艺术，一段舞蹈跳完了，也就消失了。它不像绘画、雕塑、建筑艺术等，一旦创造出来，就以固定的形式长期保留下来。当然在现代，我们可以用先进的科学手段，例如摄影、录像，把舞蹈表演、舞蹈活动的原貌保留下来。但是在古代漫长的岁月里，人类还远远没有能力掌握这些科学手段。所以，我们现在要知道原始舞蹈的面貌，以及舞蹈的历史究竟有多么悠久，需要采取其他多种方法。例如，像艺术史家格罗塞那样，不辞艰险，亲自跑到世界上还存在的原始部落里去看看，寻找还存在于那些人群中的舞蹈的“活化石”。直接看到了这些原始舞蹈，也就可以知道古代原始社会的舞蹈大概是什么样子了。这当然是一种很有价值的研究方法。

在人类文明发展到有文字以后，从古老的文字和简单的记载中，也可以看出当时舞蹈的一些情况。中国的汉字是从象形文字发端的。考古发掘出来

的刻在龟甲上的甲骨文，“舞”字是这样写的：



这可以说是一幅简笔画，一个人两手提着用羽毛或兽尾做的道具，正在跳舞。战国时期《吕氏春秋》一书中《古乐篇》有这样的记载：“昔葛天氏之乐，三人操牛尾，投足以歌八阕。”这里的“乐”是指“乐舞”，就是音乐与歌舞的结合体。这句话比较具体地描述了我国远古时代的一种歌舞：三个人都拿着牛尾巴，边跳舞边唱着八首歌。《竹书纪年》一书也记载了原始歌舞的状况：“击石拊石。以歌九韶，百兽率舞。”这是新石器时代的歌舞，伴奏的乐器是石制的，也就是磬。伴奏者们一边敲击和拍打着磬，一边唱歌；舞蹈者们装扮成各种野兽的样子，一起跳舞。

对于原始舞蹈状况的了解，除上面说的实地考察和查阅文字记载之外，还有别的方法。例如，20 世纪 70 年代考古学家们在青海省先后发掘出两个陶盆，上面都绘着舞蹈图案(如图 1-1、图 1-2)。

可以清楚地看出，1973 年出土的陶盆，一群人手拉手站成一排，步伐整齐地跳舞；每人头上还缠着大头巾和缀着一根羽毛样的饰物。这些陶盆是新石器时代的遗物，距今已有 5000 年了。这两件珍贵文物的发现，不仅让考

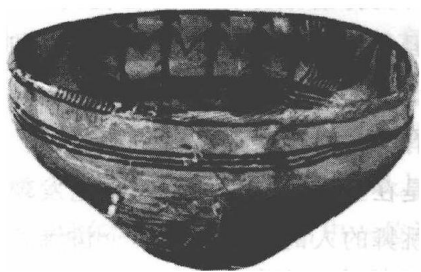


图 1-1 舞蹈纹彩陶盆①

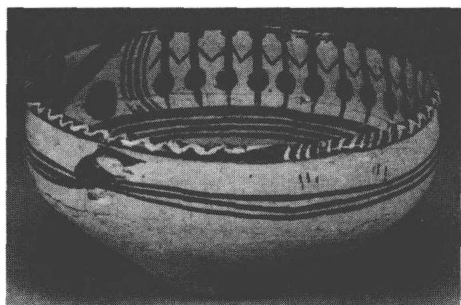


图 1-2 舞蹈纹彩陶盆②

古学家高兴，而且受到艺术研究家的极大关注，因为这是了解远古舞蹈的有力证据。还有一些原始时代的岩画、洞穴壁画等，也提供了这样的证据。例如在广西南明的花山，内蒙古的阴山，以及云南、宁夏等地，都发现了绘有各种舞蹈形象的岩壁画。这些画都很古老，其中广西花山岩画大约有4000年的历史(如图1-3)。

从这些绘画中，我们不仅可以看出许多地区原始舞蹈的不同面貌，而且可以看出当时的舞蹈活动是相当广泛的。

2. 舞蹈的产生

在更早的时候，人类是否有舞蹈活动呢？舞蹈究竟产生在什么时候呢？我们知道，绘画和雕塑这样的艺术形式，早在3万年前就出现了。例如西班牙北部叫做阿尔塔米拉的山洞中，那画满了野牛、野马、野猪和鹿等动物形象的壁画，就是举世闻名的例子之一。

另外在与西班牙北部相连的法国西南部的山洞中，也发现了产生于同一时期的壁画，同时还有泥塑的野牛。那时还处于旧石器时代，人类还只会用

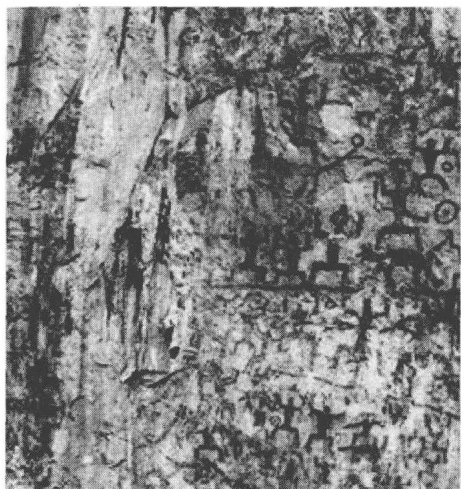


图 1-3 广西花山岩画

① 新石器时代·马家窑文化(距今5100—4700年)，1973年青海省大通县上孙家寨出土，中国历史博物馆藏。

② 新石器时代·马家窑文化(约公元前3300—前2050年)，1975年在青海省同德县巴沟乡出土，青海省博物馆藏。



图 1-4 鹿角巫师

石块打磨最原始、最粗糙的工具，但是他们同时也开始进行绘画和雕塑了。那么舞蹈呢？那时是不是也有了？要找到证据就更困难了。但是在当时的壁画中，间或也发现了跳舞的人的形象。有一个仿佛长着鹿头的人，就是在做跳舞状。可以看出，那鹿头是用真鹿的头皮和角做成的。而且这人还给自己加上了一条兽的尾巴。这个装扮成鹿的人，跳的是一种原始宗教性质的舞蹈，可能为的是祈祷狩猎丰收。考古学家称它为“鹿角巫师”(如图 1-4)。

要知道，那时候人们主要是以狩猎为生啊！

舞蹈虽然早在旧石器时代就产生了，但那时的人对舞蹈的看法，与现代人是很不相同的。他们并不把舞蹈看成是艺术，更不会把它当成职业或者单纯的爱好。他们主要把它看成是一种生存需要。我们知道，艺术的产生是与生产劳动分不开的，艺术起源于劳动。世界上也只有有意识地进行生产劳动的人类，才有创造艺术的能力。原始狩猎民族的舞蹈活动，总是与狩猎联系在一起的。他们或者在出去打猎之前，举行一种仪式，用舞蹈来祈求收获；或者用舞蹈来庆祝打猎取得胜利及表演打猎的情况和过程，向下一代人传授经验。

(二)冲出宫廷 走向世界——芭蕾舞的诞生与发展

1. 芭蕾舞的诞生

在 15 世纪，欧洲王宫和贵族社会兴起一种娱乐性的艺术表演活动。这种表演中有音乐、舞蹈和一些戏剧情节，甚至还穿插着朗诵，是多种艺术形式的混合体，也可以看作是一种结构松散的歌舞剧。当时都是由王公贵族自己来表演，没有职业演员。节目的内容取自希腊神话、圣经故事和历史传

说。这种歌舞剧，当时就被称为“芭蕾”了。在英国，因为是戴着假面具扮演剧中的人物，叫做“假面芭蕾”；意大利宫廷宴会中穿插的表演，叫做“席间芭蕾”。

1489年，在意大利城市托尔纳举行盛大宴会，庆祝米兰公爵和西班牙阿拉贡公主伊莎白尔的婚礼。筵席上安排了一连串歌舞剧，总剧名叫《俄尔甫斯》。俄尔甫斯是希腊神话中一位诗人的名字，因为这个大型节目中要出现他的形象，所以用了这样一个剧名。表演的内容密切配合着宴会的进程。当乐曲响起，公爵和公主步入大厅中央，在一张长桌前落座时，开始表演希腊神话中伊阿宋王子和同船的战士们渡海盗取金羊毛的故事。演员们献上当作金羊毛的桌布，铺在长桌上。然后每上一道菜，就表演一段有关的故事或乐曲。例如献上来最好的厨师做的“小金牛”，三个四方队围着小金牛跳舞，叙述《圣经》中关于小金牛的故事。然后，吹响了狩猎的号角，狩猎女神狄安娜带着宁芙仙子上场，仙子们抬着美味的烤全鹿，一边舞蹈，一边上菜。最后宴会结束时，呈现出以酒神等角色为中心的滑稽的狂欢歌舞场面。

1581年10月25日，在法国巴黎的波旁宫演出了一场艺术史家所说的“真正的芭蕾”——《皇后喜剧芭蕾》(如图1-5)。它被认为是芭蕾舞剧的真正开端。其实这场芭蕾舞剧也是综合着多种表演形式的，有音乐、舞蹈、诗歌朗诵和杂技等，舞蹈只占1/4左右。但这是一场真正的艺术表演，它表现了比较完整的戏剧情节和众多的人



图 1-5 皇后喜剧芭蕾(1581年)

物形象。

当时还没有舞台，演出是在皇宫的大厅里进行的，仍是由王公贵族们自己参加表演，场面极其豪华壮观。在正面，装置着一个拱形大棚架，演员们推着作为道具的华丽车辆，一一从棚架下进入表演区。在两侧，一边是妖女宫殿的布景；另一边是装饰着点点繁星的拱顶，下面坐着乐队和歌唱队。另外还有一片树林，更多的歌唱者位于其间。在大厅顶部，还有巨大的云彩垂挂下来。据说最精彩的场面，是皇后在侍女的簇拥下乘坐一辆带喷泉的金车登场，后面跟着一群人身鸟足的海妖和人鱼结合的海神，载歌载舞。演出时观众有万人之多，围绕大厅三面的楼廊上挤满了贵族仕女，宫廷外的街巷也人如潮涌。盛况空前的演出长达 6 小时，于当晚 10 点开始，第二天凌晨 4 点才结束。

这部舞剧，是法国皇帝亨利三世的皇后路易丝为了庆贺她妹妹玛格丽特的婚礼而安排的。剧情主要来源于公元前 9 世纪希腊诗人霍梅洛斯的叙事诗，同时吸收了一些圣经故事和希腊、罗马神话。中心人物是女妖希尔瑟。魔法无边的希尔瑟，轻易地对剧中人物施用了定身术。太阳神阿波罗前来解救人们，因而遭到希尔瑟嫉恨。她把阿波罗诱入自己的地盘企图捕捉他，并把他手下的神灵都变成狮、虎、象、鹿、狗等兽类。后来，全体受难者向众神求救，智慧女神米纳尔娃乘着巨蛇拉着的凯旋车到来。在庄严的合唱声中，她向国王宣誓。于是电闪雷鸣，罗马主神在空中出现，希尔瑟被雷电击中而狼狈逃遁。森林之神又用强有力的犄角撞毁了希尔瑟的魔宫。最后，被解救的人们浩浩荡荡，绕行于皇宫大厅，对皇帝的恩德和威力表示无限感激和崇敬。表现国王的无上权威，这实际上就是这部豪华舞剧的主题所在。

这部大型舞剧的总编导是意大利人波若瓦叶。他当时是法国皇太后的音乐总监和御前侍臣。在他的精心设计下，舞蹈与音乐达到了和谐一致，而且强调尽量使用腾空大跳等高难技巧，群舞场面也特别重视队形的变化。在当时，观众是环绕在三面并从楼上俯瞰表演的，舞蹈队形、图案的变化特别重要。

这部舞剧对舞蹈艺术发展的影响巨大而深远。霍梅洛斯的长诗立即在巴黎街头风行，欧洲一些国家一度把它当作典范来仿效。

到了 17 世纪中期，由于法国皇帝路易十四热爱芭蕾，使得法国宫廷芭蕾有了很大发展。路易十四 12 岁就在宫廷演出，扮演过太阳王。此后 20 年