

舞蹈托举的人生

海上谈艺录

袁水海

陆其国著

上海市文学艺术界联合会编

上海文艺出版集团
上海锦绣文章出版社

海上谈艺录丛书

舞蹈托举的人生

陆其国 著

上海文艺出版集团
上海锦绣文章出版社

图书在版编目(CIP)数据

舞蹈托举的人生 / 陆其国著. — 上海: 上海锦绣
文章出版社, 2012.11

(海上谈艺录)

ISBN 978-7-5452-1190-0

I. ①舞… II. ①陆… III. ①袁水海-评传

IV. ①K825.76

中国版本图书馆CIP数据核字(2012)第247867号

“海上谈艺录”丛书获  资助

策 划 宋 妍 张晓敏 沈文忠

统 筹 倪里勋 徐明松

责任编辑 吴 迪 胡 捷

特邀编辑 孙建成 司徒伟智

封面设计 姜 明

技术编辑 李 荀

丛 书 名 海上谈艺录

书 名 舞蹈托举的人生·袁水海

著 者 陆其国

出版发行 上海锦绣文章出版社

地 址 上海市长乐路672弄33号 (邮编200040)

经 销 全国新华书店

印 刷 上海一众印务中心

规 格 787×1092 1/16

印 张 12

版 次 2013年1月第1版第1次印刷

书 号 ISBN 978-7-5452-1190-0/J.770

定 价 30.00元

如有印装质量问题 请与印装单位联系 021-56477097

版权所有 不得翻印

目 录

艺术访谈

感受肢体语言中的纯美	003
------------------	-----

艺术传评

第一章 坎坷的求学之路	019
第二章 从南方到北方	031
第三章 朝鲜烽火岁月	041
第四章 重返芭蕾世界	051
第五章 燃烧的激情	061
第六章 师从古雪夫	076
第七章 奉调上海	085
第八章 在“文革”的潮流中	110
第九章 重回上海舞蹈学校	127
第十章 家里家外	137
第十一章 结缘国标舞	143
第十二章 出入国门	158

附 录

从艺大事记	169
后 记	177

艺术访谈



可以这样说，我这一生最美好的年华，都贡献给了中国芭蕾艺术和芭蕾舞教育了。进入老年后，我曾经这样总结过我芭蕾艺术的一生，我虽然没有作出多少了不得的贡献和辉煌成就，但我毕竟在中国芭蕾舞这块艺术园地中工作过、奋斗过、拼搏过。我尽自己所能作出了努力。每当看到我的学生在中外芭蕾舞台上取得好成绩，我就感到莫大欣慰，为他们，也为我自己。如今，当我远远看到这块园地中，绽放出灿烂美丽的艺术奇葩，我就会对自己说，中国芭蕾舞艺术自有长江后浪推前浪。

——袁水海



袁水海、温小铁夫妇与本书作者陆其国（吴佳艺摄）

感受肢体语言中的纯美

时间：2011年 盛夏

地点：上海真如西村袁水海寓所

采访人：陆其国

被采访人：袁水海

2011年上海的夏季，连续几天烈日炎炎，炎热难耐，连空气中吹过的风都仿佛是蒸汽，笼罩在周身，让人觉得要升上云端。就在这样的夏天里，我骑着自行车，于每个星期六上午，准时前往坐落在上海西北角真如西村的中国芭蕾舞教育家、中国国际标准舞顾问、评审袁水海先生家“报到”——对袁老进行采访。袁老生于1930年，已年逾八十。采访这样一位老人，本来应该是一件轻松愉快的事，问题是由于袁老在2005年遭遇小中风并留下后遗症，致使他的语言表达出现些微障碍，不仅语速变慢，更显吐词含混，表达不清。访谈中，有时候袁老又急于想表述，于是就越急越说不清楚。这时候幸亏有与袁老相濡以沫的老伴温小铁老师来为我们当“翻译”，这样我才终于得以听明白袁老的娓娓而谈。袁老和我谈芭蕾舞、国标舞；谈他的人生；谈他对中国芭蕾舞、国标舞的展望……当然，其间袁老还从他的工作谈到家庭和个人，于是，就有了下面这篇艺术访谈。

芭蕾舞、国标舞

陆：袁老，据我了解，您家族中好像没有人从事艺术，尤其是芭蕾舞、国标舞。您与芭蕾舞、国标舞结缘，甚至几乎可以说是终身从事芭蕾舞教育，您觉得是命运安排，还是源于个人兴趣？

袁：你说得不错，我们家族中没有人从事艺术，更没有人跳芭蕾舞。我终身从事这项工作，虽然里面有我个人的兴趣，但在在我看来，更多的好像是命运的安排。我人生中的两个转折点都是较为偶然的。当我还是个中学生时，我就喜欢上了跳舞，当然跳的都是一般的民间舞、民族舞。不仅喜欢自己跳，还喜欢教别人跳舞。我最早的施教对象就是我的弟弟妹妹们，暑假期间，我编了一个新疆舞，就在家教他们跳开了，服装就用被面、被单。后来到学校去参加表演，居然获得好评。我

妈很高兴，大家也都夸我对舞蹈有灵感，说我有艺术细胞和才能。我从中受到很大鼓励，也有了自信。后来我又认识了同对舞蹈感兴趣的徐淑清、李守珠。他们看我身材匀称，有舞蹈基础，自己又喜欢，觉得我有这方面才能，就告诉我，他们在学芭蕾，而我有跳芭蕾的条件，鼓励我跟他们一起学。这也是我最初了解有关芭蕾舞的知识。有一次他们去上芭蕾课，我跟着去看，开始直观地接触到芭蕾。我看了以后，一下子就喜欢上了芭蕾舞。后来就想方设法，筹钱交学费去学习跳芭蕾。当时纯属出于个人业余爱好，哪知道我以后的人生会因此出现转折。第二个转折点是我参加工作以后，最初只是在文艺团体、舞蹈队跳民间舞、民族舞，后来遇到著名舞蹈家戴爱莲老师，由于她的推荐，我去参加舞蹈教师培训班，从而使我成为日后的芭蕾舞老师。

对我来说，我长期从事我国舞蹈教学工作，也是听从组织的安排，我只是在从事的岗位上，尽心尽力做好本职工作而已。平心而论，单凭我喜欢舞蹈、喜欢芭蕾，如果没有机遇，我也是走不上这条艺术道路的。至少不会走得像今天这么远。

至于国标舞，那是在我从事芭蕾舞教学后半段，也可以说是快接近退休的时候才涉足的。

陆：既然如此，那么就请您先谈芭蕾舞吧。芭蕾舞艺术或者说芭蕾舞教学，对您的一生来说意味着什么，您对这门艺术有怎样的认识？

袁：我好像和你说起过，我家庭出身贫寒，认真说来，应该说没有接受过严格意义上的中等以上的教育。我真正接触芭蕾舞，也是在解放以后，看到了一些外国文艺团体带来的芭蕾舞节目和芭蕾舞剧。看了这些芭蕾舞，我就非常喜爱。这是一门对我极有吸引力的艺术。芭蕾舞这个舞种，我认为它的艺术性、技术性都高于其他的舞蹈，因为这份偏爱，我才会有兴趣去探索和追求芭蕾艺术的魅力。芭蕾舞的肢体语言是跳跃的，这符合人们的思想。中国芭蕾就是用西方芭蕾的舞蹈语汇来表达中国人的情感和文化。《白毛女》、《红色娘子军》都是中国芭蕾的成功实践。这是一个不断探索的过程。

陆：您如何看待中国芭蕾和西方芭蕾的交融，中国芭蕾民族化或创新，我们应该怎么认识？

袁：芭蕾历史已不下五六百年，它延续着自身固有的艺术规律向前发展。芭蕾刚出现乃至兴盛的时候，演员都穿拖地长裙，后来改穿长纱裙，再后来才穿短裙，现在我们看到，许多已穿紧身服演出了。这就是一种慢慢前进的创新。新中国的芭蕾舞训练体系，主要是来自以前的苏联。是苏联专家帮助我们把西方古典芭蕾学派

的东西照搬了过来。我知道并参与演绎的就有《天鹅湖》、《吉赛尔》、《泪泉》等经典。要让世界了解中国芭蕾的发展，我们必须跳好这些西方经典作品。

陆：您作为一名有影响的芭蕾舞教育家，一直以来都很低调，我在网上甚至都查不到多少有关您的信息，这是不是您的谦逊呢？

袁：我从来没觉得我是一名芭蕾舞教育家，我也从来没有得到过类似的正式称谓或荣誉。因为种种原因，我曾经几次中断过芭蕾教学工作。上海舞蹈学校只是一所中等学校，我也只是一名中等学校的教师而已。学校评职称时，我已评得最高职称——高级讲师，这也称不上是芭蕾舞教育家。我对此一直习以为常。

在我身上也不存在高调、低调的问题，我只是觉得我在自己的教学岗位上尽力工作了，当然也取得了一些为人认可的的成绩，被同行和社会肯定。这就很让我感到宽慰。就做人而言，不瞒你讲，我人缘很好，师生情谊深。我也自以为是能力强的人，业务上是出色的。我也有自己的抱负、理想和作为。我只想过好自己的一天，其他的东西我并不怎么在意。

陆：如果让袁老重新选择人生，您还会钟情芭蕾吗？

袁：如果还让我重新选择人生，我想我还会干芭蕾舞教学的工作。我喜欢这门艺术，也喜欢芭蕾教学。更乐意看到学生们一个个成材。我还有许多希望，我最大的希望是，让我许多没有实现的想法有实现的机会。说起来，这就是我对芭蕾的钟情了。在我看来，芭蕾舞的魅力是没有其他东西可以替代的。芭蕾舞艺术通过人的肢体语言表现出来，有一种纯美的东西直抵人的内心，让你感觉得到，体会得到，就是无法用语言来表达。我觉得这就是芭蕾舞的魅力。

陆：离开芭蕾舞台或者说芭蕾教学岗位已有好多年了，您现在有什么想对年轻一代芭蕾艺术人才说的吗？

袁：我看了近年来上海舞蹈学校毕业生的情况，我认为年轻一代的老师是大有希望的。陈家年、林美芳等人，努力全身心倾注这项事业，真是可喜。当然，据说也有个别老师自己学得少，在教学上钻研不够，对学生的责任心也不够强，他们更多的只是被惯性推着在完成教学计划，没有能够做到因材施教，设计出一些独创的办法，促使学生成才。所以，还需要不断改进，“百尺竿头，更进一步”才好。我对陈家年和林美芳除了钦佩，更希望他们再接再厉，在他们的工作平台上多出人才，多出新剧目。

话又要说回来，芭蕾教学事业不是一两个人能造就的，我们必须拥有一支既有

事业心，又有能力的教师队伍，这样才能培养出一批又一批优秀的芭蕾艺术人才，让这些艺术人才卓尔不群地亮相在令世人瞩目的中外芭蕾舞台上。就我的体会来说，我觉得我们年轻的教师还应该坚持多练功，有为学生作好示范教学的能力。学生，尤其是初级班的学生，在学习中是以模仿为主的，老师能做出正确的完美的示范动作是很要紧的。

陆：袁老，刚才您谈到了芭蕾的魅力。在您看来，芭蕾舞最大的魅力是什么？

袁：我从事的不是芭蕾舞编导工作，我是搞芭蕾教学工作的，对于你提出的这个问题我以前想得不多。不过据我看，所有文艺剧目的魅力应该也都是相通的吧，那就是人们希望从中看到人性中的真善美，并在观赏过程中，获得美的享受。

芭蕾舞通过人体的肢体语言来表现真善美，技术性很强，演员在表演上相对而言难度也很大，需要经过刻苦系统的训练才有望达到。一个好的舞剧，首先要有一个好的剧本，一个好的故事，能让人感动；然后需要有足以能胜任的演员（角色）来演绎。一名优秀的芭蕾舞演员能通过身体的转、跳技巧，再配上各种舞步、舞姿，从而将角色演绎得生动感人。当然，这其中也少不了舞美、音乐、服装、道具等各方面的作用，总之，一台芭蕾舞剧的成功与否，取决于多方面的因素。所以我们说芭蕾舞是一门综合艺术，是一项高雅的艺术。而现在我们往往会看到不少的文艺演出，存在着本末倒置的现象，比如将舞美、灯光、服装视为第一要素，而剧中故事、人物、演员技巧都视为平常，这实在让人不敢恭维。如此发展下去，会影响人们去欣赏享受这门艺术的兴致的。

陆：通常人们都觉得芭蕾舞是高雅艺术，这样的门槛是不是会影响到它的受众面，您觉得应该如何看待这一现象？

袁：芭蕾舞叙述事件确实有它的独特性，一般观众不太容易懂。而且芭蕾舞主要不是演绎故事，而是引导观众从舞者的肢体，尤其是脚尖上的动作，体会到人体和生命中纯美的那种情感。这里有一种独特的美，那是在其他艺术门类中享受不到的。总之，芭蕾舞更偏重于抒情。芭蕾舞从意大利兴起，到法国王室，再到俄国沙皇时代，都属于高消费艺术。不过说起我国的“样板戏”，它们在某种程度上也“普及”了芭蕾艺术。毕竟芭蕾舞剧《红色娘子军》、《白毛女》的推出，让中国老百姓直观地感受到了芭蕾舞艺术。

陆：您对芭蕾这门高雅艺术的认识和理解，是不是有过一个由浅入深，直至有所升华的过程？

袁：是的。对任何事物的认识和理解，都会有一个由浅入深的过程。对芭蕾舞艺术也不例外。我因为得到苏联芭蕾专家古雪夫的直接指导，可能起点会稍高一些，但毕竟芭蕾艺术也是“师父领进门，修行看自身”，主要还是要靠自己不断地在教学实践中去有所总结、有所改进。我的艺术经历还实在不够丰富，还远远没有达到你说的“有所升华”的程度。

工作与人生

陆：您退休以后，还参加舞蹈学校的工作、活动吗？退休后生活是如何安排的？

袁：自从1990年退休后，我主要在做一些普及、推广、提高我们国家国际标准舞水准的工作。有时也参加一些我原来任职的上海舞蹈学校退休职工的活动，如老年节聚会，旅游活动。我觉得大家年纪都大了，见一次少一次。只是我过了80岁以后，舞蹈学校就不大请我这样的高龄老人参加这类活动了，应该是出于关心我的身体。不过，我其他活动还是排得很多的，如每年年底，上海舞蹈家协会、上海国际标准舞协会的联欢活动，我基本都会去参加。有其他活动，只要通知我，我也必到。1960年我调到上海工作后，上海技巧队、体操队常常请我去讲课，所以我还是上海老年体操协会会员。我也是上海离退休高级专家协会会员，也参加协会组织的重阳节活动，及体育组活动，还经常去听协会组织的形势报告等。居委会组织的旅游活动，我也和老伴一起去参加。除此之外，这几年中，我和老伴应亲友、学生的邀请，已去过美国、加拿大及英国等欧洲十国。另外还游览了我国的澳门、台湾地区，日本、马来西亚以及在俄罗斯的莫斯科、圣彼得堡等地作探亲、访友、旅游活动。总之，我和老伴退休后的生活过得称得上丰富多彩，在我2005年中风前，甚至还可以说很忙碌。

陆：作为一名曾经从事过这么多年芭蕾舞教学的老师，您对自己的事业或工作会作出什么样的自我评价？

袁：我曾经从事过多年的芭蕾舞教学工作，由于种种原因，也有过几次中断。但不管怎么样，我认为我在工作上是尽职尽责的。我对到我教学班上的学生，都有过较仔细的观察和分析，教学中为他们制定过培养发展的方向和规划。我觉得，教学中不仅要注重完成教学大纲，还要因材施教。老师要有一些独创的方法，这样才有可能培养出优秀的演员。我当然也有不足之处，也有在教学中引以为教训的缺点。但往往当我意识到什么，想有所改进和弥补时，我的教学工作就由于各种原因而中断，没有了继续实践的机会，对此我也深感遗憾。不管怎么样，我是在认真摸

索和总结中前进的。由于多方面原因，没有机会让我从头开始一直教一批学生到他们成才。但作为一名舞蹈学校高级班教师，我认为我对学生是问心无愧的。

陆：我曾听说，您在北京的老同事曾有过一个假设，如果“文革”时您仍然还在北京舞蹈学校工作，你会受不了折磨而自杀的，您觉得会是这样吗？

袁：这样说吧，当我听到北京的朋友们在“文革”中所受到的种种迫害时，我就觉得如果我当时经历那样的遭遇，我也会走上自杀这条路的。我也是自尊心极强的人，肯定受不了对我人格进行那样的侮辱。正因为如此，我才十分庆幸自己在1960年回到上海，阴差阳错得以逃过一劫。同时我也深深感到上海学生对我太好了，也让我此后和学生相处彼此显得非常融洽。相对而言，我在北京舞蹈学校教学时，对学生似乎要更严厉一些。我在上海舞蹈学校教学中虽然偶尔也会打学生屁股，但那绝不是真下狠手。这点学生们自己也知道，他们背着我戏称我为“打我们屁股的人”。在我而言，那只是我的一种教学手段和方法，我的本意是在告诫学生，要对那部分肌肉加强用力、要注意收紧。

陆：袁老，我听您妻子温阿姨说，您的人生观和世界观，在很大程度上受到您岳父的影响，您是不是这样认为？在您眼里，您岳父是一个怎样的人？

袁：我老伴这话说得千真万确。我和我岳父第一次见面是在1965年。后来从1972年开始，他在我家和我们共同生活了19年。他去世也是我为他送终的。在朝夕相处的日子里，我进一步了解了岳父，并十分佩服他、尊敬他。他小时候在学走路时，不慎腰脊柱受伤，由于他祖母不相信西医，拒绝一位从德国留学回国的外科大夫给他治疗，从此他的两条腿就落下了终身残疾。由于残疾，他从小失去了上正规学校的机会，家里为他请了家庭教师。他就这样在家里读书，完成初期教育。长大后，能够拄着拐杖行走了，他就想出去找工作独立谋生。像他这种情况找工作需要有学历文凭。于是他就到上海的一所英语专科学校读书，并从这里拿到了毕业文凭。之后他的父亲（当时在银行工作）要他去银行工作，但他不愿意去，他信奉的是实业救国。后来他自己找了南京电厂，在那里工作。之后又到杭州浙赣铁路局材料科工作。抗战后随铁路局撤退到昆明，先在滇缅铁路局工作；后来国家接收法国人的滇越铁路后，成立了昆明铁路局，我岳父就在那里从事财会工作，直到解放。我岳父还在浙赣铁路局工作时，曾经参加过钱塘江大桥建设。在昆明滇缅铁路局工作时，参与建造美军飞虎队的沾益机场。解放后，1953年“三反”运动期间，因为我岳父是从事财会工作的，说他每天跟钱打交道，不会没有问题。就这样拿他当“大老虎”打，使我岳父蒙受不白之冤，被抓进昆明的劳改队劳改。这个劳改队

是需要强制劳改犯劳动的。所以在此期间，我岳父也“从事”了建造昆明市中心城区的建设。由于他服刑期间表现不错，得到减刑三年的宽大处理。1958年劳改结束。1965年返回原籍杭州。但他所遭受的冤假错案，直到1985年才获得平反。他就这样坚持挺了过来。

我岳父可以说是身残志坚，一生都在为实现实业救国的志向而努力，也做了不少实事。他对人对事的观察与处理，都通情达理。例如，他解放后遭受到那么大的冲击，到了家破人亡的地步。但他从不指责共产党，反而说共产党能把一个破烂不堪的旧中国发展到这样的地步，非常不容易。对于自己家生活情况的大不如前，他也不多抱怨，只是说全国毕竟有许多人生活水平大大提高了。至于个人与家庭遭遇的不幸，他认为这在革命的风暴下与国家历史转折期也属难免。儿女们受他影响，也从不怨天尤人，仍然勤恳工作。他虽然没有上过正规、高级的学校，但他却很博学，数理化样样通晓。直到老年，住在我家时，同住一栋楼的中学生们，学习上遇到难解的问题都喜欢向他请教，他也尽心辅导。有些高三学生遇到的微积分等难题，他一时解答不了，就留下这些题目，自己钻研，过后照样给出圆满答复。

我们的子女从小在学习上得到外公的教辅和外婆在生活上无微不至的照顾，一直让我们心怀感恩。我岳父从小残疾，他也曾经得到别人帮助，所以他极重友情，讲义气，对人肝胆相照。他的下属、同事和他相处得都很好，甚至可以说对他还蛮崇拜的。他的冤假错案最后得以平反昭雪，也多亏了这些老同事给他递送信息，不仅还了他的清白，还使他恢复了原有的铁路局总会计师的职务，成为国家正式退休职工。

我岳父性格开朗乐观，在逆境中也不气馁，永不言败，总能努力去拼搏出自己的一片天地，如他在“劳改”后期，还为云南省的司法部门培养出一批又一批财会人员，这也是他得以减刑的一个重要原因，他因此也深受这些学生们的爱戴和尊敬。我岳父在生活上也很懂得享受，在“吃喝玩乐”上堪称高手。他在滇缅铁路局工作时，曾组织职工排演话剧，他自己出任舞台监督、总导演。除此之外，他还曾组织职工和他们的家属外出旅游。1975年我岳父重返杭州时，一些旅游景点的老舫公居然还认识他，因为他在抗战前常带朋友来，乘过他们的游船，泛舟西子湖上。到“楼外楼”、“魁元馆”这些酒楼吃饭，一些老厨子也都认识他。可以这样说，我岳父会享受，也能够粗茶淡饭地过日子，且照样把日子过得有滋有味。对待有些人则是不卑不亢，活得有尊严有气节。总之，儿孙们都十分爱他，敬重他，以有他这样的父亲和爷爷或外公为荣。他身上这些品质也潜移默化地影响着我，只是我确实还到不了他那样的境界。

陆：袁老，您认为在中国芭蕾舞教学上，您是位开拓者吗？是，或者不是，您自己怎么看？

袁：哦，我只能这么说，在中国芭蕾舞教学上，我是我们国家第一所正式芭蕾舞学校的老师之一。在我印象中，我国文艺界目前好像还没有“开拓者”之说。我记得在北京舞院成立50周年的大会上，他们是给过我“建院元勋”的称号和荣誉的。或者可以这样说，在我国芭蕾舞教学上，我是最早的舞蹈教师中的一员。

陆：这么些年下来，您在从事芭蕾教学过程中也积累了不少成功的经验，为什么不为自己终身从事的事业著书立说？

袁：我觉得上世纪50年代的一代人，都为自己从事的工作在努力付出，像我这样的人有很多，我们的所想、所说、所为，都融化在了我们各自的教学实践中，我觉得这就是我的“著书立说”，除此之外，似乎没有必要另外付诸文字或其他载体。

陆：袁老，您觉得自己的才华得到充分施展的黄金岁月是在哪几年，为什么这样认为？

袁：我觉得我才华得以充分施展的黄金岁月，大约有两个时期。第一时期是在北京舞蹈学校工作时期。在那里我不仅是教员，还兼演员。我参加了《无益的谨慎》（又名《关不住的女儿》）、《天鹅湖》、《海侠》等芭蕾舞剧的演出，出任领舞或担任主要演员，这样的经历既丰富了我的艺术人生，也提高了我的芭蕾技巧。在我刚开始当教员时，古雪夫等外国专家当时还在北京舞蹈学校工作，他们也经常看我上课，指出哪些方面可取，哪些方面不足，提醒我该发扬什么，丢弃什么，精心指导我上好课。这些都使我在教学上变得越来越成熟。

第二时期是在上海舞蹈学校教学期间，那时我带教出了像施惠、陈家年、李春元、王国平等一批优秀学生。此前我曾经有一段时间停止了教学工作，所以这是重新投入教学。这个班我带教的时间较长，使我可以有规划有设想，最后这个班学生成绩也较好。此后我就再也没有带班教学的机会。

陆：您的艺术人生与您的人生经历，是不是有着直接或间接的关系？

袁：每个人在个人发展道路上总是离不开人生经历的，对我而言，我的人生经历就是个人是不是有施展才华的机遇。

患病前后

陆：袁老，现在身体情况怎么样，您中风是哪一年发生的，怎么会发生的？

袁：我是2005年5月不幸中风的。中风的主要原因是我患有糖尿病，血液里已形成斑块，血管已狭窄，造成脑动脉堵塞。我的脑梗灶压在语音区，症状表现是不能正常说话，左腿动作也受到点障碍。经过治疗和康复后，现在肢体活动已无障碍，但说话仍较慢，口齿也不是很清楚。我是由糖尿病后期并发症引起中风的，而我患糖尿病可能和家族病史有关，我大姐、哥哥、小妹都在我患病之前就有了糖尿病。我大姐还因此眼睛失明，最后因肾衰竭而不幸去世。大约我在工作时期一直处于运动状态，工作量大，消耗也大，所以身体一直没有出现状况，每次做常规体检都很正常，血糖也不高。退休以后，由于工作量一下子缩减，身体能量消耗也少了，病情就陆陆续续地出现了。

那是在2000年以后吧，有一次感冒引起咳嗽，打针吃药也不见效果，于是就到医院做进一步检查。这一检查，结果发现血糖指数已达到25（正常指数应该小于5.8），确诊我患上了糖尿病。当时一方面我缺乏医学常识，另一方面我自我感觉身体没有什么异样或不适，丝毫没有察觉有患上糖尿病的症状。我也不知道自己究竟是什么时候得糖尿病的，此前一直就没有重视。发现毛病后，偏偏我又常常忘记用药，饮食上也没有引起十分注意。2005年我罹患小脑梗后，针对糖尿病的治疗就改用胰岛素针剂，现在定期到医院检查，在医生指导下用药。目前血糖控制得较好，各项指标较稳定。我现在特别注意，就是要预防再中风。

陆：中风以后，您的生活有过什么变化吗，比如是否减少外出的次数了，还是更多的时间是待在家里？

袁：我患了小脑梗后，经过治疗和康复，总算还是能够说话了，只是语速和节奏慢多了，你听我说起话来是不是像嘴里含了只橄榄，口齿含含混混的，听起来特别吃力。不管你愿不愿意承认，事实就是这样。这样一来，我要和人家交流沟通就非常困难。正因为这样，我原来还在做的一些国标舞的办班教学或为比赛做评委的工作，就只能都放下不做了。我在上海戏剧学院舞蹈分院芭蕾舞系给学生们上芭蕾舞教学法的理论课也停了。舞蹈教学和国标舞评委的工作我是没法继续干了，但我的其他行动却并没有受影响，生活也完全能够自理，日常生活的影响不是很大。再说以前在外面一直工作惯了，一下子待到家里，我也实在待不住，所以有什么社会活动，只要我能参与的都积极参与。如离退休高级专家协会举办的各类报告会，我基本都会出席；尤其是去国外旅游，这些年来我和老伴还真跑了不少国家和地区，

其中很多次就是在我中风康复以后去的。除此之外，每年逢暑期也常外出旅游，一方面也是避暑。如2007年我和老伴去北戴河，我们住的是家庭旅馆；2008年去加拿大；2009年去兰州；2010年去西天目山，住的是“农家乐”，很有特色的。

陆：袁老，我很想知道，您中风以后，思想上是否有过什么波动，尤其是在看待人生、事业、爱情上？您此前一直活跃在舞台上讲台上，或者是排练厅，现在一下子突然只能蜗在家里，您心理上能够承受吗？

袁：2005年我中风的时候已经75岁了，干我们这一行的都心照不宣，就是大家都明白我们是“吃青春饭”的。从这个角度来说，我在这一行中能干到75岁，似乎干得已经远远够本了。更何况在这项工作上，已经有不少很有才华的年轻人能接上班了，我们这些老人也可以淡出了。因为我有这样的想法和心态，所以2005年中风以后，工作停了，生活不受影响，加之经常出门旅游，与大自然接触，对我身心调适很有好处。我已步入老年，已处在人生的最后一段时期，比起那些早逝的同辈，我已很幸运能亲历现在的好日子。我这一生做到了尽职尽责，问心无愧。事业上也应该由年轻人来接班，继续奋斗。至于说对爱情，现在主要是以亲情为主。我和老伴最为惦记的就是远在加拿大的女儿和小外孙。2008年我们去探亲住了四个半月。2009年他们回来探亲，仅逗留三周，现在就盼他们再来探亲，一家人可以再次团聚，享受欢乐。

陆：袁老，不瞒您说，在这个炎热的夏天，我几次对您的采访得以顺利进行，我从内心里感谢您亲爱的夫人——温小铁阿姨。毕竟中风带来的后遗症对您的身体，比如肢体协调功能，以及语言表达，造成了严重影响，如果不是长时间生活在一起的人，尤其是非常熟悉了解的爱人，外人要想了解您的内心和听清楚您的每一句话，应该说还是有一定困难的。有温阿姨作你我的“翻译”，你我担心的一切问题都得以一一化解了。

袁：我老伴温小铁为人开朗、直爽。她平时为人，如说话做事很少藏着掖着，想说就说，说过也不上心。我俩在家庭琐事上，常常为了一些不同意见而打小嘴仗，最后总是我落下风。我当然只能愉快地接受。是愉快接受，你想呀，我总不能和她真来硬的吵架吧。我和她从不会真吵架。我们毕竟都有着自己的一块事业天地，她从事体育工作，我从事舞蹈工作，文体一家嘛，只是各有侧重而已，这就很好。以前小铁忙于工作时，我照顾家里多些。我退休后，中了风，并落下后遗症，现在小铁照顾我就比较多了。我也应该多体谅她。确实，我同意你说的话，这一时期你每星期来采访我，有小铁做我们的“翻译”，省了不少。你感谢她，我同样

也感谢她。

陆：听说你们曾经搬迁到新颖的楼盘居住，那里各方面条件和设施都比这里好，可是最后还是回到了真如西村的老房子住，是否对这里特别有感情？

袁：女儿在“清水湾”曾经买过一套两房两厅的居室，女儿全家移民加拿大后，那套房子就给我们住了。那里环境确实不错，紧傍苏州河，绿化等各方面设施和条件都不错，可以散步、做健身活动。我们在那里住了一年多。但自从我小脑梗后，小铁就坚决要搬回真如西村的老房子生活，毕竟这里有相熟的老邻居，附近医疗卫生条件比“清水湾”要方便许多，就居家生活来说，应该说更适合我们的老年生活。所以我们就搬回来了。

陆：袁老，用一句“相濡以沫”来形容你和温阿姨的爱情，应该可以吧？

袁：是的，这毫无疑问。我俩已经习惯了相互的一切。

陆：看得出你们的心态很好。你们经常出门旅游吗？

袁：我们会尽可能过一段时间安排一次旅游。最近就刚刚参加了日本十日游。跟新大陆旅行社夕阳红组织的团队去的。旅游让我们长见识，长知识，开阔眼界，启发思路，也陶冶了我们的好心情。

我不是名人，更不是完人，只是一个普通平凡的已经退休的文艺工作者。我这一生经历过兴衰荣辱，也尝到了酸甜苦辣。当然，更多地享受到了亲情、友情、师生情的幸福。我无怨无悔，自问已尽了我的全力，所以感到十分坦然。在工作上接我的班，仍在工作着的同志们，也都干得很好，甚至比我的工作更见成效，我祝福他们，并深深感谢他们。

展 望

陆：袁老，以您作为一名芭蕾舞教育家的目光，您认为具备什么样条件的人，才是从事芭蕾艺术的可塑人才？

袁：以我亲身的体会及多年来教学的经验看，我认为芭蕾舞的可造就人才需要有以下条件：

一、首先要承认，一个人的天赋条件是爹妈给的。如外形形态上，面部不能有太大的缺憾；身高适度（女孩子的身材不能太高大）；手臂、双腿要长，而腿形要直，不能呈现出X形或O形；另外头颈可以长；肩却要窄；脚背可以高；女孩脚趾