

Labanotation The System of Analyzing and Recording Movement

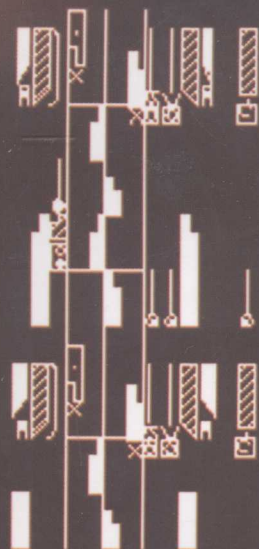
拉班记谱法 (第4版)

动作分析与记录系统

[美] 安·哈钦森·盖斯特 (Ann Hutchinson Guest) © 著

罗秉钰 等 © 译

中国出版传媒股份有限公司
中国对外翻译出版有限公司



拉班记谱法

动作分析与记录系统

第四版

安·哈钦森·盖斯特 著

参与翻译的人员：

罗秉钰（负责译校）

唐 怡 车延芬

冯 莎 陈正府

秦 政 张晓洁

任培坤

中国出版传媒股份有限公司
中国对外翻译出版有限公司

图书在版编目(CIP)数据

拉班记谱法:动作分析与记录系统 / (美) 盖斯特著; 罗秉钰等译.

—北京: 中国对外翻译出版有限公司, 2013.3

ISBN 978-7-5001-3598-2

I. ①拉… II. ①盖… ②罗… III. ①舞蹈动作—记忆方式

IV. ①J712.2 ②B842.3

中国版本图书馆CIP数据核字(2013)第013151号

(著作权合同登记: 图字01-2012-5705)

Labanotation 4th Edition / by Ann Hutchinson Guest / ISBN: 0-415-96562-4

Copyright© 2005 by Ann Hutchinson Guest

Authorized translation from English language edition published by Routledge,
part of Taylor & Francis Group LLC. All rights reserved.

China Translation & Publishing Corporation is authorized to publish and distribute exclusively the **Chinese (Simplified Characters)** language edition. This edition is authorized for sale throughout **Mainland of China**. No part of the publication may be reproduced or distributed by any means, or stored in a database or retrieval system, without the prior written permission of the publisher.

本书中文简体翻译版授权由中国对外翻译出版有限公司独家出版并仅限于中国大陆地区销售。未经出版者书面许可, 不得以任何方式复制或发行本书的任何部分。

本书封面贴有Taylor & Francis公司防伪标签, 无标签者不得销售。

出版发行 / 中国对外翻译出版有限公司

地 址 / 北京市西城区车公庄大街甲4号物华大厦6层

电 话 / (010) 68359376 68359303 68359719

邮 编 / 100044 传 真 / (010) 68357870

电子邮箱 / book@ctpc.com.cn 网 址 / <http://www.ctpc.com.cn>

总 经 理 / 林国夫

出版策划 / 张高里

责任编辑 / 李 颖

排 版 / 竹页图文

印 刷 / 保定市中华美凯印刷有限公司

经 销 / 新华书店北京发行所

规 格 / 787×1092 毫米 1/16

印 张 / 30

版 次 / 2013 年 5 月第一版

印 次 / 2013 年 5 月第一次

ISBN 978-7-5001-3598-2 定价: 89.00 元



版权所有 侵权必究
中国对外翻译出版有限公司



安·哈钦森·盖斯特

作者简介

安·哈钦森博士出生于美国纽约，受教育于英国。她在早期的舞蹈生涯中学习过“拉班动作记录”系统。这个纽约舞谱局的缔造者，是将“拉班记谱法”确立为教科书的作者。对其他舞蹈记谱系统的研究使得当代许多舞团所表演的以及学院和各大学中学位研究的过去的作品得以恢复。作为职业舞蹈家或记谱专家，她曾与艾格尼丝·德米尔（Agnes de Mille）、杰罗姆·罗宾斯（Jerome Robbins）、乔治·巴兰钦（George Balanchine）和安东尼·图德（Antony Tudor）等编导家们一起工作，通过她的著作，对《舞蹈记谱法》——动作被记录在纸上的过程和动作书写方法——与 15 世纪到现在的“舞蹈记谱系统”的比较，她已经完成了可以买到的重要资讯的普及版本。基于她对舞蹈教育的贡献，她获得了两项博士头衔和多项终身成就奖。

致 谢

这本书谨献给那些在早期给我鼓励与支持的人们，特别是玛莎·赫尔（Martha Hill）和约翰·马丁（John Martin）。

我还感谢那些在拉班记谱法中发现动作理解力的丰富充实和舞蹈能读能写的快乐的人们——我的那些遍布世界各地的同事们已经对舞蹈遗产和舞蹈的未来做出了贡献。

最重要的是，这本书献给一个非舞蹈家、非记谱实践者，我的丈夫艾弗·盖斯特（Ivor Guest），他在舞蹈史方面的学识已经滋养了好几代关心舞蹈史的师生。

作者对新版的说明

自从《拉班记谱法》1970年版出版以来，迄今已经过去35年了，比较1954年的第一版和1970年版的要求来说已经发生了许多的变化。当然，焦点还是在某些方面对动作分析的提炼并且如何通过符号学来准确地表达。最大的特征是这个系统已经在形形色色工作背景的实践者广泛运用和需求中获得了结果，不仅是舞蹈界，而且是其他动作形式和不同训练领域。

拉班教学的推广，特别是他的有价值的空间谐和理论，是否同样的方向模式被应用于拉班记谱法中的问题已居于首位。能够被普遍的应用，势必要将拉班记谱法从拉班为其“量身定做”的空间模式、解剖的运用，还有方向、水平、重力线等科学基础中分离开来。

与“主题舞谱”一起应用，将促使实践者的身体共同成长，他们当中的许多人还是拉班记谱员，专题座谈会将用不同的观点、需求和使用方法来讨论这所共有的优势。“主题舞谱”的进一步发展已经考虑到从高级水平的“主题舞谱”向拉班记谱法的三线谱表的结构描述顺利过渡的要求。

国际拉班动作分析委员会（International Council of Kinetography Laban—“ICKL”）的“学术”双年会继续为更进一步发展拉班记谱法的运用提供论坛。这里的概念需求和实践经验，来自这个系统在教学和记录中的无数不同实践和应用，是这个系统所共有的成果。

虽然许多较高水平的细节，已经被包括在这本基础的拉班记谱法教材中了，但读者也应该了解高级拉班记谱法的系列丛书，每本都是针对着特定范围的动作，书目如下：

《卡农形式》

《形态、设计、轨迹类型》

《跪、坐、躺》

《连续动作》

《手、手指》

《地面练习、基础杂技》

《重心》

《手持物体、道具》

《空间的变化》

第十本书《身体变化》正在筹备中。

由于目前存在着专门为适应不同年龄、水平、不同风格的舞蹈和动作研究方面所设计的拉班记谱法出版物的特殊需求，这本书的目的是保持现在系统的原理，用权威性的术语和充分实际运用的例子，为可能确立的特殊技术提供一个坚实的基础。

安·哈钦森·盖斯特

2005 年，伦敦

作者对中国读者的话

在纸上捕获动作对于中国的很多舞蹈形式以及多种动作研究是非常重要的。对上述所有的方面来说，拉班记谱法是一种国际性的“语言”，它为我们打开了一扇通往世界性知识和资料的大门。舞蹈，从书写的谱子中将表演动作进行再创造是一种技术，这种技术让当代的学生或职业表演者能够从过去或其他文化根源中获得作品是有效的。

在我早期研究舞蹈时，拉班记谱法提供给我学习的是“能读能写的舞蹈”，是一种阅读与书写舞蹈的才能，这个才能已经出色地用于我的舞蹈教学和记谱生涯中。通过这种技术我已经为后代记录了丹麦“布农维尔”学校（the Bournonville School Danish），意大利“契凯蒂方法”（the Cecchetti Method Italian）和英国皇家舞蹈学院的古典芭蕾舞的训练教程（the Royal Academy of Dance English）。我还能通过出版《拉班记谱法》的“舞蹈语言丛书”中获得过去许多编导家的重要佳作。研究拉班记录的舞谱目录——作为一种国际文献，在过去的日子里给予许多不同国家的同事们一种记录作品的广泛概念。

通过各种动作的分析与研究，我把所有动作进行比较，把最基本的动作“建筑基石”编撰成法典。目录中的“动作字母”，是“舞蹈语言”的基础，是一种能全面应用于研究和理解动作的普遍方法。舞蹈语言结合简单的拉班记谱符号，称作“主题舞谱”。

在中国出版《拉班记谱法》，让我特别地高兴，将会有越来越多的人接近这个系统的本身，而且还能用我们大家都能“说”的一种语言来广泛地记录舞蹈作品的遗产。

安·哈钦森·盖斯特

2010年，伦敦

鲁道夫·拉班为《拉班记谱法》 1954 年版所写序言

大约 200 年前，一位法国宫廷的风俗与道德作家 J. P. Menetrie，感叹每当夜幕初临，巴黎小姐们书桌上更多的是一些动作描述法(Choreographies)而不是圣经。由此可以推测，这些小姐们当时能够阅读著名的伯让-富叶(Beauchamps-Feuillet)舞谱所记录的舞蹈作品。^[1]我们断定她们已能够像读乐谱或普通文章一样流利地阅读舞谱，因为这是她们普通教育中的必修科目。

在过去的 50 年中，越来越多的人们对舞蹈记录开始有所了解，现在人们开始相信，书面舞蹈(written dance)、文字一舞蹈(script-dance)是我们这个时代文化上的必然。

此书作者安·哈钦森(Ann Hutchinson)十多年来一直致力于以最有效的方式在美国普及文字一舞蹈。哈钦森小姐和众多成员称这套动作记录体系为“拉班记谱法”(Labanotation)，以我的名字合成，不仅如此，她还要求我为此书作几句序言，对此我深感荣幸。

对于动作记录这个主题，在我早期的著作中我总是强调一点，即用特定的符号努力去描述舞蹈动作是我们最主要的目的。那就是创造可阅读的舞蹈和动作作品。显然，舞谱或字符促进了动作理念在人们之间的交流。很久以前，人类就已经意识到可通过一些标准的图画与符号与他人交流某些思想，当然从很早开始身体动作与姿势就被包括在内。早期的书写形式就充满了许多动作和运动的标记与符号。很大程度上，这些书写形式中，都有大量的与人类动作相关的动词，没有哪种书写形式能够忽略这些动词的运用。在我所搜寻的原始动作符号里，由古代西藏僧人发明的占卜符号和古代亚述人和巴比伦人发明的楔形文字中，我惊奇地发现有关于动作描述的例子。在埃及和中国的书写字符中，我发现了大量的非常丰富和多样的动作符号。从某种意义上说，这些是舞蹈动作记录的原型。

[1] 1666 年，柏让(Beauchamps)作为舞蹈记录体系的发明者而被法国议会的法案承认。富叶(Feuillet)出版舞谱是在这套舞蹈记录体系 20 多年以后。

诺维尔 (Noverre)^[1] 是“动作化芭蕾”的倡导者，将芭蕾从生硬和刻板中解放出来，进入丰富的身体表情和全面发展的时期。但他反对舞谱记录，而宁愿去用文字记录芭蕾的内容。这让我们深感遗憾，因为从他对作品的现场描绘图示和解说中我们很难去重构他著名的动作创作。富耶的舞蹈作品不需要去重新结构，因为对那些不厌其烦地学习他的舞谱系统的人们来说，去读他所写的舞蹈作品就是轻而易举的事了。

关于这个论题，在我最新出版的书^[2]中我采用了富耶舞谱的功能性动作序列，这正是富耶舞谱得以承认的基础。他的基本原则普遍有效，并且他的记录体系简易且合理——其基本原理就像哥伦布的鸡蛋一样^[3]。这让人们惊奇的是，为何没有被人们早些发现呢？

现代舞蹈记谱员所面临的第一个问题是要去克服舞谱不能描述现代舞台舞蹈中所有动作的细微变化以及其它类型舞蹈风格的偏见。我们今天学习的芭蕾、现代舞、民间舞和民族舞以及所有历史的和富有异国情调的舞蹈形式，都不能用富耶限定的符号去精确地描绘，这是事实。所以现代舞蹈记谱员就是要去创建一种动作记录形式，以能够满足行业操作、教学训练以及心理动作研究的目的。

就我的研究而言，这么多年来，我不惜余力地研究古代动作符号，不断地进行实验和各种观点的讨论。20世纪初，我决定写两册包含我调查细节的书卷，只有第一册公开于世，而不是第二册。几年后我编纂了《拉班动作书写法和分类法》(*Method and Orthography of Kinetography Laban*)一书的第一版。

当代舞蹈一文字的构想成为可能的这25年来，发生了太多的事情。新一代动作记谱员的出现已经使我大部分想法的严密试验成为了现实。杜西亚·贝雷斯卡 (Dussia Bereska) 是我的好朋友和同事，也是40年前我的记录思想和我对未来文字—舞蹈作品期待的唯一支持者。她的预测和眼前的发展是那么惊人的相似。在第一代动作记录体系确立的荆棘道路上，对她的鼓励和建议，我一直满怀感激。

在随后的几年里，许多热情的支持者也都帮助我去改进我的第一个构想。一套动作记录体系单靠一个人的力量是不能产生的。我们著名的资深舞蹈记谱家，阿尔布雷西特·克努斯特 (Albrecht Knust)，是大家所熟知的。但是在舞蹈其它领域有不俗成就的人们如科特·尤斯 (Kurt Jooss)、希尓·丽达 (Sigurd Leeder)、丽莎·渥尔曼 (Lisa Ullmann) 以及另外一些人，也对我们这个体系的前期发展做了很多贡献。

我过去一直持怀疑态度，因为我认为舞蹈文字作品的创造，在变成现实之前将要经过好几代人。然而，我们现在能进行得如此快速。并且现在，在1954年，这件事的先驱者

[1] 让·乔治·诺维尔 (Jean Georges Noverre)，法国芭蕾大师。1760年发表《舞蹈和舞剧书信集》(*Lettres sur la Danse et sur les Ballet*)，为舞蹈史上最早的芭蕾舞理论著作。他在书中所阐明的“面部表情是人体最有利于表达情感的部分”这一观念，更是一直影响到现在。在他的影响下，芭蕾由“歌剧芭蕾”(Opera-Ballet)进入“动作化芭蕾”(Ballet d'action)时期。有“情节芭蕾之父”之称。

[2] 鲁道夫·拉班 (Macdonal & Evans)，《舞蹈和动作记录的原则》，伦敦，1956。

[3] 哥伦布为了驳斥忌妒者对他的挑衅和攻击，巧用竖立鸡蛋的方法证实：即使是最简单的事也需要有人去发现，去证实。成功的取得，关键在于创先。



安·哈钦森写的这本书现在也呈现在了广大读者面前。作为纽约舞谱局（New York Dance Notation Bureau）的领导和创建者，她的活动处处都显示出浓厚的兴趣和欣赏力。我想说的是，感谢所有用自己的语言和自己有代表性符号为舞蹈和动作记录作品的创建而努力奋斗的人们，我对这些年轻的作者是有信心的。

我们还必须记住，在舞谱局的桌上和其它许多地方，许多作品被收集而且它们正待发表。如果仅仅是手稿形式的话，实际上存在的是一份文字—舞蹈作品。

未来，我们期待从文字—舞蹈的图书库里能找到什么？我们确信需要在动作书写法和正确使用这个体系的一些技术作品。发展有能力的记谱员必须要有培训手册。需要一些很有用的书，以便于通过学校的课程传授动作和舞蹈知识。一些年轻的记谱员已经着手去收集和记录关于工业和治疗方面的动作记录材料，这些材料会在以后的图书馆里被找到，将有利于在许多领域进行科学研究。如在人类学领域，能用新的习语将人类早期的一些符号转化为现代舞谱。

人类精神层面神秘现象的具体化能够使得舞蹈像诗歌和音乐等姐妹艺术那样存活，只要这些产品能够大范围地被外行人和表演者所撰写、印刷和阅读。那些已经完成了和只完成了一部分的有可能继续去描述，譬如，在阿尔伯特·克努斯所著许多卷的名副其实的百科全书中，记录了所有人类各种动作变化的可能性，但遗憾的是，它们脱离了大众。当前这本书的作者安·哈钦森，在这个领域已经做出的值得赞叹的成就超出了这篇序言的篇幅。我只能说的是我十分高兴这本出版物成为了一块沃土里早开的花。在这片土地里，我衷心相信，我们许许多多年轻的创造者和记录者富有成效的精神将会打下稳固的根基。

鲁道夫·拉班

1954年于萨里郡阿德尔斯通

乔治·巴兰钦序言（1954年版）

关于舞蹈记录这个课题，当我还是一名俄罗斯帝国舞蹈研究院的学生的時候，第一次接触到舞谱就对它产生了兴趣。那时我研究的是斯蒂帕诺夫（Stepanov）的方法，这是一套专以古典芭蕾词汇为基础却不适合记录其它舞蹈的记录体系。尽管有其局限性，但这门学问却使我意识到很需要一套能够被阅读的动作记录体系。后来，作为一名舞蹈编导，在工作中，我更加强烈地意识到很需要一套精确的可操作的方法来记录我的舞蹈作品。对我而言，这套记录体系最基本的必要条件是能够在时间值方面将舞蹈与音乐相互忠实地连接在一起，因为我编导的作品要么紧密地遵循音乐线，要么与之形成直接的对比。

当我听说拉班的记录体系似乎是发展得最完善的和切合我们需要的方法，特别是当我研究了这个记录体系并观看了美国拉班记谱员的倡导者、教师安·哈钦森（Ann Hutchinson）的记录作品后，我认识到这正是我所需的，并立即着手列出来一长串我的芭蕾作品需要记录的规划。“交响曲 C”（Symphony in C）、“俄耳甫斯”（Orpheus）、“主题曲与变奏曲”（Theme and Variation）、“协奏交响曲”（Symphony Concertante）、“乐队狂想曲”（Borree Fantasque）这些已完成。谢谢这些谱子，我坚信将来这些芭蕾舞会被准确地表演。

正如音乐家需要精确地记录他作品中微小的细节，以确保他的乐谱能被正确地表演一样，舞蹈编导家也需要一种记谱法能够准确地对舞蹈进行记录。当一些人提倡用电影来记录芭蕾舞时，我发现只能对展示已完成作品的风格并且使人从头到尾对可视的图片和上演剧目的联想有用处。影像无法一步一步地再现舞蹈，由于镜头从某一角度拍摄，即使你来回不断地播放也无法消除画面上的模糊不清。拉班记谱法可以记录舞蹈的结构，能非常清晰地揭示出表演者的每个特定动作。

通过拉班的舞谱，我们能坐下来商讨、比较或分析不同风格的舞蹈，甚至对于复杂的技巧的研究和动作空间的处理，而且还能运用记谱的模式理智地重建舞蹈作品。不再让我们在口头描述而最终又不知所云中跋涉前进。

为授权给安·哈钦森女士以准备这本书，洛克菲勒基金论证了这套记录体系的价值以及广泛应用后对未来舞蹈发展将有哪些影响等方面的可行性。我很感激这份信任以及这份

人文主义基金的创新政策，同时我很荣幸我是从接受拉班到运用拉班记录体系受益匪浅的编舞者之一。正如乐谱于音乐家一样，我相信大家很快就会统一认识到舞谱对于舞蹈家的必要性。安·哈钦森是为这本决定性教材做准备的理想人物，这将对所有工作在舞蹈领域的人有不可估量的价值。

乔治·巴兰钦

1954年3月于纽约

目 录

TABLE OF CONTENTS

作者简介	iii
致谢	v
作者对新版的说明	vii
作者对中国读者的话	ix
鲁道夫·拉班为《拉班记谱法》1954年版所写序言	vi
乔治·巴兰钦序言(1954年版)	xv
第1章 舞谱简史	1
第2章 拉班记谱法简介	5
第3章 动作记录初探	9
第4章 拉班记谱法的基本原理	17
第5章 步态变化	39
第6章 脚的位置	52
第7章 空中步态(弹跳)	65
第8章 转动	78
第9章 手臂姿态	98
第10章 腿部姿态	120
第11章 空间测量: 弯曲与伸展	138
第12章 地面形态, 路线	158
第13章 腿部的接触和滑动	179
第14章 肢体部分	196
第15章 躯干部位, 含带动作	218
第16章 倾倒(倾斜)	228
第17章 肢体的转动(旋转)	240

第18章 躯干和头部的旋拧	259
第19章 特定的弯曲与伸展; 收缩, 屈折	277
第20章 关系	293
第21章 反复与类似记号	303
第22章 总谱	319
第23章 身体不同部位的支撑	339
第24章 平衡, 失去平衡	354
第25章 参照系统	368
第26章 位置、路线和步态的变化	386
第27章 特定的肢体部位; 手的动作; 表演姿态的方式	403
第28章 旋转的种类; 动力; 杂录	417
附录	432
A 补充版	432
B 老的版本	434
C 图表法与书写法	440
D 上身动作	442
E 技术术语	446
符号总汇	450
后记	461

第1章 舞谱简史

在过去至少五个世纪的时间里，人们已经有了设计记录系统的企图来记录动作。一些学者认为，古埃及人以象形符号记录他们的舞蹈，而罗马人则使用一种记谱法，来记录他们在表达问候时的肢体语言。然而，迄今为止我们所知道的最早的舞谱，是在西班牙塞尔维拉（Cevera）市政档案室存有两份15世纪下半叶时期的手稿。从那时起，许多其他的舞谱体系不断涌现，有些得以出版，并在一段时期内，受到了一定程度的欢迎。然而，时至今日几乎全部流于荒废。

值得注意的是，早在11世纪，乐谱就已经有了现代的雏形。然而，直到18世纪初它才形成一个统一的体系。但也正是乐谱的出现，才为音乐艺术发展至今天奠定了基础。舞谱发展的起步则要晚很多，并经历了一连串错误的尝试。

最初的许多不成功是可以理解的。与音乐相比，舞蹈要复杂得多，它既存在于空间又存在于时间，而且，人体本身又可以同时进行很多的动作。因此，构思出一套易读易写的舞谱所遇到的问题将是难以计数的。

较早期的方法出自舞蹈自身的发展，并且因舞蹈自身的发展而不断变化记录的方式，每一种方式又将成为过时而最终被废弃。有三个基本的必要条件导致了舞蹈记谱是不断变化的状态，而不可能稳固地发展几百年：1. 精确地记录复杂化了的动作；2. 用经济的，清楚易于阅读的形式；3. 保持在动作上不断革新和变化。

最初的记录舞蹈的方式之一，假如它可以被称作一种方式的话，即是使用舞步名称的缩写方法，诸如，用单词开头的字母来表示，即R代表敬礼（reverencia），s代表一个人对一个人（single），d代表双人（double），re代表represa。这种手段预先假定我们知道这个舞步，因此它明显有局限性，但是这种方法却依然盛行了两百年之久。

给舞步下定义的书籍出现在16世纪的意大利。其中最著名的一本书是1588年出版于法国的《舞蹈指导手册》（Orchesographie），其作者是杜瓦诺·阿尔博（Thoinot Arbeau）。书中对众所周知的姿态及舞步进行了文字描述，并配以人形轮廓图解，将每个表演的舞步及其名称置于相一致的音乐符号中组成舞谱。尽管阿尔博这样来编写舞谱，他却仍未能构