

# 一个芭蕾舞女演员的热情

安 诃译著

日本的森下洋子是目前国际间已有定论的芭蕾明星之一，是享有这种荣誉的第一个亚洲人。一九八四年，森下洋子撰写的自传性散文集

《芭蕾舞女演员的热情》

出版

书里，她以十分真切的感情，

自己的成长过程和从舞

台上的甘苦生活。

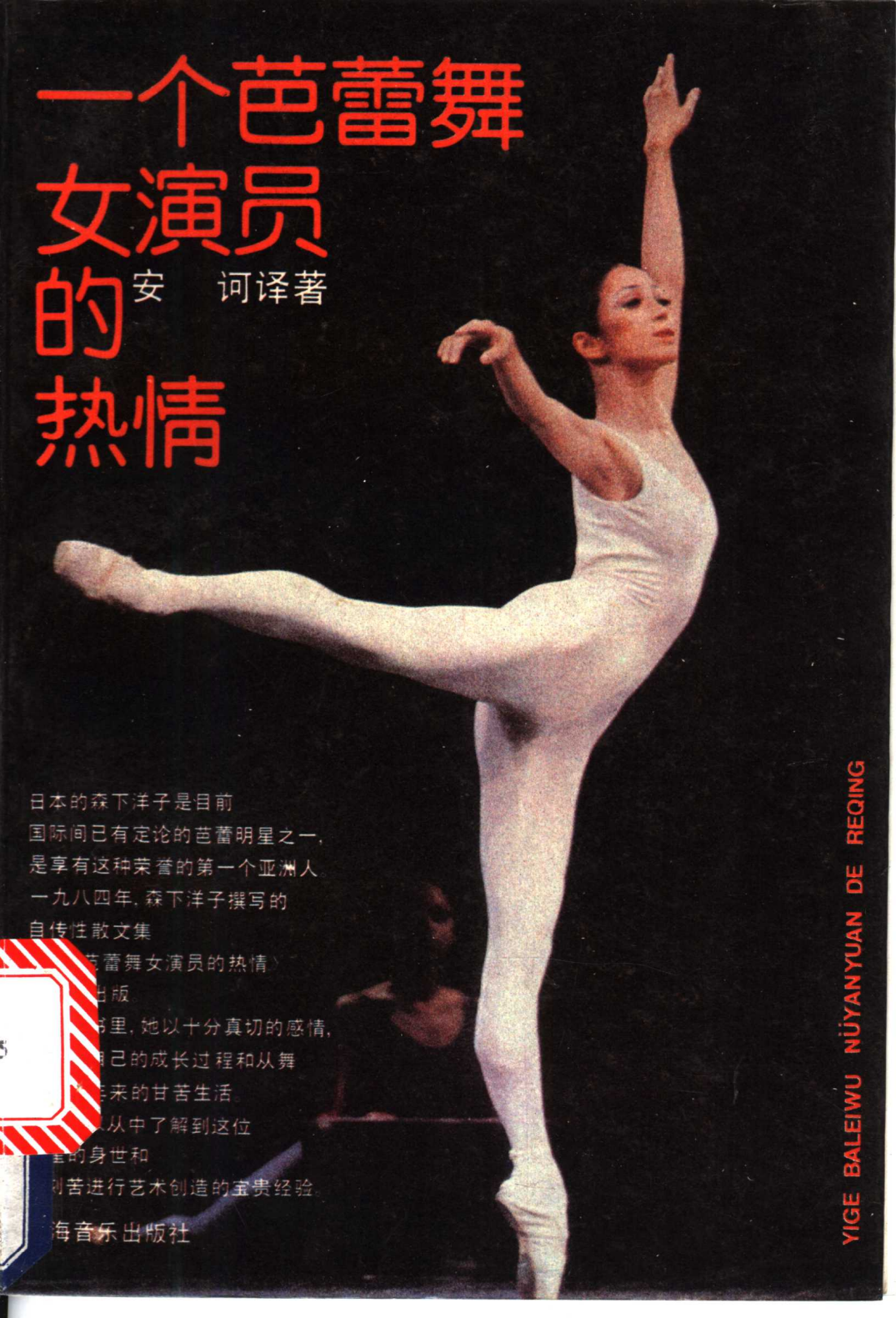
从中了解到这位

舞星的身世和

刻苦进行艺术创造的宝贵经验。

上海音乐出版社

YIGE BALEIWU NÜYANYUAN DE REQING



# 一个芭蕾舞 女演员的 热情

安 诃译著

上海音乐出版社

责任编辑：黄惠民

封面设计：陆震伟

**一个芭蕾舞女演员的热情**

〔日〕森下洋子著

安 柯译

上海音乐出版社出版、发行

（上海绍兴路74号）

新华书店经销 祝桥新华印刷厂印刷

开本 850×1168 1/32 印张 5.25 插页 4 字数 111,000

1988年10月第1版 1988年10月第1次印刷

印数：1—1,900册

ISBN 7-80553-047-5/J·44 定价：3.35元

作者十四、五岁时的照片，经常出现在当时的少女杂志上。



战后的少女们所憧憬的  
森下洋子的舞姿。

作者在一九八四年的  
“都民文化荣誉章纪念会”  
上的笑颜。





森下洋子在排练《天鹅湖》第三幕中的黑天鹅双人舞，男舞伴是努里耶夫。



全身都沉浸在音乐中的  
森下洋子。



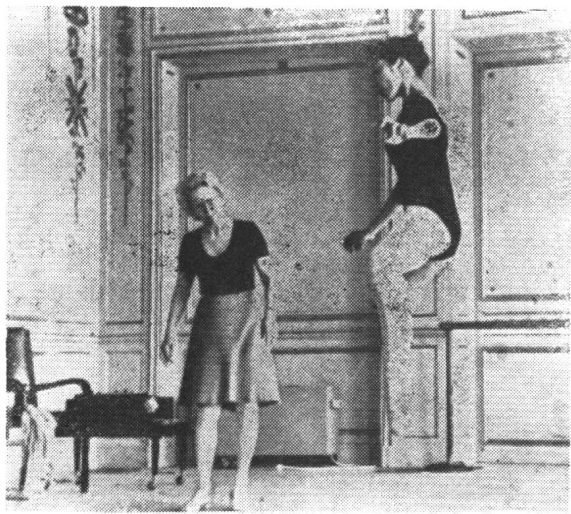
向同伴们学习。



目光倾注(在松山芭蕾舞团,  
教师是松山树子)。



千锤百炼(在摩纳哥,教师  
是玛丽卡·贝索勃拉索娃)。



《堂·吉珂德》中的森下洋  
子(在伊丽莎白女皇加冕典礼  
二十五周年纪念上演出)。





扮演中国舞剧《白毛女》中的喜儿。



与努里耶夫排练《吉赛尔》。



与丈夫清水哲太郎共舞。

## 序曲——“为舞蹈而生活罢”

人为何而生，又为何而死，这个问题我不了解。

人是为喜悦而生吗？也许是为忍受哀愁而生的？现在的我，却仅仅为舞蹈而生活着。如果在人世以外的空间，也有“人”在看着我的话，我想他一定会对我说：“为舞蹈而生活着罢，这也很好呀！”

我为何要生在广岛？这也许只有神才会知道。

在我出生之前的昭和二十年<sup>①</sup>八月里，从空中落下了恶魔手中的伪太阳<sup>②</sup>。如果没有这一瞬间，我现在的舞台生活将会给我的祖辈们带来多大的喜悦呀！但是，就因为有了这一瞬间，他们都不能和我见面而从这世界上消失了。我生到这世上来，也不能和他们同欢乐、共哀愁了。

人总是希望忘却那些不愉快的往事，我的母亲也不太讲过去的事情，可是，唯独有一个人，她顽强地摆脱了生和死的悲哀，无言地告诉了我一切。

这个人就是我的母亲的母亲——我的外祖母。外祖母对谁都不发牢骚，没有一句怨言。她的名字叫晴世。昭和二十年

---

① 1945年，昭和的年代加25，即为公元年代。

② 指原子弹。



八月六日的早晨，她在广岛的家里，受到了那次伪太阳的热光和风暴的袭击。她相信太阳是给在自然中生长的人们以温暖和幸福的。可是这个伪太阳却突然从天而降，用它巨大的光和热烧灼着每一个人。

难道说，是因为世界上的人太多了，要依靠自然的法则来减少他们吗？即使是如此，那也应该有个善恶之分呀！为何要那般狠毒呀？

外祖母（当然由于我尚未出生，这一切都是母亲告诉我的）在这一瞬间，半个身体受到烧灼，留下了伤痕。后来她便和那些将要死的人一起被抬到江田岛的兵营中去了。

当时我母亲还只是个女学生，她看到这光和云的时候，正好是在工厂里。后来她发疯似地四处去寻找外祖母。几天之后，有人说外祖母被抬到江田岛去了，她象捞到了救命稻草似的前去寻找。

那里是生和死的分界线。幸好外祖母还活着。奇迹，是的，在这种时候，人是相信奇迹的。可是，奇迹是从哪里来的呢？这是无法知道的。人们常常说，奇迹是天赐的，或是由神或佛赐予的，可是我却认为，这恐怕是一个人平常的生活方式所造成的吧。

最后，母亲和当曲棍球选手的父亲结了婚，我就这样诞生了。双亲和孤独的外祖母一起，又从成为灰烬的原野上，一步一步地重新开始踏上了严厉的生活道路。身体不自由的外祖母，爱抚着我和妹妹两个人，由于我身体瘦弱，双亲听了医师的劝告，让我去学芭蕾，那时我正好满三岁。

我的“芭蕾人生”，便在这样的背景下开始了。

我的外祖母在烧伤的人中算是活得长久的。一九八〇年

的春天，她七十九岁时以天寿逝世。当时正巧我在外地演出《吉赛尔》，等到地方公演完毕，回到东京时才得知这个消息，当时我只有茫然的啜泣。

通过舞蹈界前辈们呕心沥血地努力工作，日本终于掀起了第二次芭蕾高潮，目前，日本全国已有几十万人学习芭蕾，几乎每一条街上都有芭蕾研习所<sup>①</sup>。不亚于外国第一流的芭蕾舞团也成长起来了。这芭蕾世界与外祖母毫无关系，但是她忍受痛苦，毫无怨言，把一己之爱都投向了我是个外孙女。从外祖母的人生中，我不知不觉地学到了很多做人的道理。

在广岛，我接受了叶室洁先生，洲和满子先生的教诲，然后又投入东京橘秋子先生<sup>②</sup>的门下，受到了严格的训练。恩师橘先生亡故以后，我又加入了松山芭蕾舞团，接受了松山树子的深刻教导。正是由于松山先生的力量，才使我成为一个艺术家，才有了今天的我。

回顾起来，我似乎有这种感觉：加入松山芭蕾舞团之前，是我芭蕾生涯的第一阶段；自从加入松山芭蕾舞团，直至我和清水哲太郎包括在个人生活方面的结合之后，我进入了自己的芭蕾人生的第二阶段。从参加比利时二十世纪芭蕾舞团的摩利斯·贝雅尔的新作《赖以特》的演出开始，这是第三阶段。

还有第四阶段，那是五十岁以后，我的芭蕾生涯的后期了吧。

父母有一次说：“洋子的幸运是能够跳舞，无论如何，只要能够跳便是幸福。”

我现在是，无论如何，只要能够跳，就把精力集中于跳舞

---

① 向青少年传授芭蕾舞技术的场所，类似舞蹈训练班或小型舞蹈学校。

② 叶室洁、洲和满子、橘秋子均是日本著名的芭蕾舞女演员。

上，目标是五十七岁，到那时还有二十多年，在这期间，将一直在舞台上生活。

现在，我几乎每天在想，怎样才能使自己在舞台上给人以更美好的形象？这便是我的课题。

# 目 次

|                       |    |
|-----------------------|----|
| 序曲——“为舞蹈而生活罢” .....   | 1  |
| 第一章 在舞台上 .....        | 1  |
| 从练功出发 .....           | 3  |
| 最可靠的是不断地练习 .....      | 3  |
| 身体愈锻炼愈美 .....         | 5  |
| 脚尖鞋是有生命的东西 .....      | 7  |
| 伦敦的“弗里兹”最合我的脚 .....   | 7  |
| 要轻,要牢,要美 .....        | 8  |
| 使它成为肉体的一部分 .....      | 10 |
| 关于服装 .....            | 11 |
| 短裙子可以增加舞蹈的语言 .....    | 11 |
| 精致的无袖舞服和短裙 .....      | 12 |
| 外国的服装可以说明芭蕾舞的历史 ..... | 14 |
| 创造的心 .....            | 16 |
| 有“日本味”的芭蕾舞 .....      | 16 |
| 光靠技术不能深入人心 .....      | 18 |
| 主角的条件 .....           | 20 |
| 有“才华”的人出现在舞台上 .....   | 20 |

|                             |    |
|-----------------------------|----|
| 问题是一个人的身体能否歌唱 .....         | 21 |
| 舞台才是真正学习的场所 .....           | 23 |
| 怎样克服压力 .....                | 23 |
| 拿着金奖走向世界舞台 .....            | 25 |
| 每一次都有进步 .....               | 28 |
| 第二章 作为一个专业的芭蕾舞女演员 .....     | 31 |
| 所谓“糊口” .....                | 33 |
| 正因为这是一条漫长的道路 .....          | 33 |
| 高中毕业后全靠自力 .....             | 35 |
| 让人愉快的精神 .....               | 37 |
| 年轻时常到报馆去宣传 .....            | 37 |
| 使观众满意而归 .....               | 39 |
| 为人所知 .....                  | 40 |
| 努力使更多的人能够欣赏芭蕾舞 .....        | 40 |
| 外国的芭蕾舞团,日本的芭蕾舞团 .....       | 43 |
| 巴黎歌剧院的后台 .....              | 43 |
| 芭蕾舞同行之间的交流 .....            | 45 |
| 芭蕾舞女演员和年龄 .....             | 47 |
| 二十岁左右是舞蹈的好时期 .....          | 47 |
| 三十岁前后的身体状况正好活动 .....        | 48 |
| 舞蹈家的真正价值,要到她停止舞蹈时才能决定 ..... | 50 |
| 学的东西比教的东西多 .....            | 50 |
| 做一个纯粹的舞蹈家 .....             | 51 |
| 第三章 芭蕾舞女演员的生活 .....         | 53 |
| 公演旅行 .....                  | 55 |
| 不能到处玩 .....                 | 55 |
| 旅行公演的必需品——咖啡壶 .....         | 57 |

|                       |     |
|-----------------------|-----|
| 芭蕾舞女演员和结婚 .....       | 59  |
| 要互相理解对方的专业 .....      | 59  |
| 舞蹈优先的生活 .....         | 60  |
| 生孩子 .....             | 61  |
| 哪里是栖息的地方? .....       | 62  |
| 气氛的转换 .....           | 64  |
| 登上舞台,思想即能集中 .....     | 64  |
| 游玩也很重要 .....          | 65  |
| 打扮 .....              | 67  |
| 不为流行所左右 .....         | 67  |
| 高雅的女性代表——玛戈 .....     | 68  |
| 交友之乐 .....            | 70  |
| 玩乐伙伴都是酷爱工作的人 .....    | 70  |
| 二十岁前的玩乐生活 .....       | 71  |
| 第四章 我演《赖以特》 .....     | 73  |
| 意外的电话 .....           | 75  |
| 贝雅尔的新作,初次用女性作主角 ..... | 78  |
| 三个星期紧张的排练 .....       | 80  |
| 大胆的编导和特殊的服装 .....     | 83  |
| 初演时受到热烈的欢迎 .....      | 87  |
| 舞蹈的微妙变化 .....         | 90  |
| 三十三岁时初逢《赖以特》 .....    | 92  |
| 乔治·顿其人其事 .....        | 94  |
| 给观众以刺激的名人——贝雅尔 .....  | 97  |
| 第五章 努里耶夫其人 .....      | 99  |
| 惊人的记忆力 .....          | 101 |



|                            |     |
|----------------------------|-----|
| 在舞台上向他学习 .....             | 104 |
| 最初共同演出全部《天鹅湖》 .....        | 104 |
| 再次演出《吉赛尔》 .....            | 109 |
| 成为努里耶夫的舞伴 .....            | 112 |
| 努里耶夫和观众 .....              | 117 |
| 与小田岛志雄的谈话 .....            | 121 |
| 在舞台上时的存在感 .....            | 123 |
| 演出的次数多,学到的东西也多.....        | 127 |
| “洋子的芭蕾,令人不可思议”.....        | 131 |
| 第一天上演之前 .....              | 134 |
| 演出后喝啤酒特别香 .....            | 136 |
| 学习努里耶夫的技艺 .....            | 138 |
| 演员与群众性 .....               | 141 |
| 尾声——以《天鹅湖》开始,以《天鹅湖》结束..... | 145 |
| 附录 .....                   | 149 |
| 译后记 .....                  | 158 |

# 第一章 在舞台上

