



中国书籍文库
China Books Library

汇集优秀原创学术论著
推动科研成果转化交流

舞蹈创作思维

WuDao ChuangZuo SiWei

何 群 著



中国书籍出版社
China Book Press

舞蹈创作思维

WuDao ChuangZuo SiWei

何 群 著



图书在版编目(CIP)数据

舞蹈创作思维/何群著. —北京:中国书籍出版社,2012.9

ISBN 978-7-5068-3109-3

I. ①舞… II. ①何… III. ①舞蹈编导—创作方法—
高等学校—教材 IV. ①J711.3

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2012)第 209237 号

责任编辑/王华庆

责任印制/孙马飞 张智勇

封面设计/中联学林

出版发行/中国书籍出版社

地 址:北京市丰台区三路居路 97 号(邮编:100073)

电 话:(010)52257143(总编室) (010)52257153(发行部)

电子邮箱:chinabp@vip.sina.com

经 销/全国新华书店

印 刷/北京天正元印务有限公司

开 本/710 毫米×1000 毫米 1/16

印 张/18

字 数/324 千字

版 次/2013 年 1 月第 1 版 2013 年 1 月第 1 次印刷

书 号/ISBN 978-7-5068-3109-3

定 价/54.00 元

版权所有 翻印必究

序

翻阅一部几十万字的书稿，不做精读与研究就来做序，实在有违我的治学原则。然而支持鼓励年轻学子的劳动及其成果，也是我的本分。两难之下，我只能选择后者。我以为，对于一项认真、深入而踏实的科研项目，即使是阶段性成果，即使有不同见解也应公之于世，这总比结题后就酣睡在抽屉里更有意义。

何群是我任北京舞蹈学院院长期间的学生，编导系的，毕业后留校虽未直接定岗在编导教学岗位，却也从未脱离专业。他不停地学习、探索，从不放过任何创作与教学机会，在各种学术活动中都能见到他的身影。此前，他为普通高校写的专著《校园舞蹈教学与创编实践》早已悄然出版，而这部《舞蹈创作思维》则是他2008~2011年的科研课题。

翻看书稿，知道他阅读并研究过相当数量的论著与文章，也做过教学实验。这一课题涉足了教育学、美学、心理学、生理学，特别是思维理论与脑科学等，他力求使他的立论获得科学依据，这种对高难科学领域知难而进的精神，最值得称道，因为这正是舞蹈圈的所欠缺的。

本课题核心关键词是创作思维以及舞蹈思维。前者虽然胡尔岩曾在20世纪80年代就提出并有过阐释，平心教授也在他的《舞蹈心理学》中探讨过这一概念，本人在2011年出版的《舞蹈美学》中也专门讨论了动作思维与舞蹈思维，但这些看法仍都是各抒己见，仍需从各方面进行深层探索。格式塔心理学家鲁道夫·阿恩海姆在他的《艺术与视知觉》中提出了“视觉思维”与“音乐思维”，“零点项目”的参与者加德纳在他的“八大智能”（也说成“八个半”）中更明确提出“身体/运动”是人类认识世界的一种重要智能，这一切都直接或间接地为我

们研究动作思维、舞蹈思维、舞蹈创作思维提供了可靠的佐证，说明何群这一课题的必要性与可能性。他事实上更多的是在胡尔岩《舞蹈创作心理学》成果基础上的再发展，再创造。

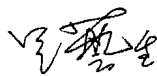
舞蹈编导，虽然已成为世界性职业，也见诸许多专著，如苏联罗·扎哈洛夫的《舞蹈编导艺术》、德国约亨·施密特对《皮娜·鲍什——为对抗恐惧而舞蹈》的研究、法国卡琳娜·伐纳的《舞蹈创编法》、日本江口隆哉的《舞蹈创作法》、台湾林怀民的《高处眼亮》与《跟云门去流浪》、中国舒巧的《今生另世》、李承祥的《舞蹈编导基础教程》、孙天路的《中国舞蹈编导教程》、张建民的《中国双人舞编导教程》、张守和的《单人舞编舞技法》等等。但这些大多是编导法、技法或编导随笔，其中虽参杂着某些理论问题，但真正的舞蹈编导理论是很少的。从某种意义上说，胡尔岩的《舞蹈创作心理学》与这部《舞蹈创作思维》具有舞蹈舞剧编导理论研究的性质。

诚然，我一向认为舞蹈编导不是教出来的，而是悟出来的；它也不是理论出来的，而是实践出来的。编导理论对舞蹈编导来说，只是帮帮忙而已，如果它能够接近舞蹈编导本体的话。以我看，舞蹈编导理论性研究，永远是第二位的，它因其第二位而必要，而重要。可能实际上许多舞蹈编导大家对所谓理论总是不屑一顾的，但一经他们的实践证实，他们便一定会在理论上有所感悟。到那个时候，理论的重要性便突显出来。

我们可以说，舞蹈编导实践与理论共筑了舞蹈思维的建立，舞蹈编导的智慧，则构建在舞蹈思维的基石上。

正是在这样的意义上，我们欢迎这部有关舞蹈创作思维研究的专著出版。

让我们将舞蹈思维的理论研究进行到底！



自序

生活在文化艺术界，最令人兴奋的莫过于名了，虽然时处市场经济时期，利也成为文人雅士群起而求之的东西，但与名相比，毕竟还是居于第二位的。“死要面子活受罪”是文化艺术界的通病，也是文化界知识分子相同的心理特点。日本艺术评论家上田敏有“无名指最美”之说，理由是无名指在五指中“形状最秀美”。而我觉得无名指的美，全在它的无名上。你想，假若当年我们的祖先把手和脚之功能分开的时候，就冠它以“食指”、“拇指”之类的名称，那么，它的纤秀，它的清纯也就被掩盖了，只是一般的实用。如此一来，地位与其他手指一般齐，无名的意味也就断送了。所以我主张，人的一生应该有三种境界：“无名——有名——‘无名’”。在两种“无名”中，以后一种为高，是最美的境界。因为它超脱了喧嚣、名利，是一种善其道、美其身的崇高。也许有人认为，无名虽好，但过于清寒。是的，高处不胜寒，嫦娥也寂寞，但那是人们的理想境界，也绝非是人人能够达到的。

由此，我想到了许多在舞蹈教育园地里甘愿受清寒而执著追求“无名”的人，他们以那“春蚕”的德行、“蜡炬”的德性诠释了“无名”的精神。

我崇尚教育，以追求教育的崇高为神圣的事业。

前言

一、编导专业的教与学

编导技法是可以教的，但编导的创新却无法教授，也无法强迫创作者完成。因为它是舞蹈者文化修养、生活感悟和锲而不舍探求精神的完美体现。编导创作思维研究的可取之处，就在于它永远是在不断地开创未竟的思想领域，寻找舞蹈创作新的动作语言和尝试新的表现方式，并为全面启发和开掘编导的想象力、创造力而进行不懈努力的精神体现。可以说，只要你是因为创作工作的崇高而进入这一领域，就已经进入了一种忘我的为了创造而疯狂工作的状态。如果创作者把自己的每一步看作是新的起点，把每一个创作环节的创造视为行动的目标，那么，创作者也就永远不会感到满足和疲倦。

但是，今天对于刚刚跨入创作领域的年轻的舞蹈学子们来说，较为薄弱的因素并不在于他们不愿意为这一崇高的创造而努力，而是因为他们大多数人的才能，可能还达不到一些前辈和观众所期望的程度，在完成某一阶段的创作目标后，他们遇到了巨大的障碍。或许有时候人们过高的期望值的刺激反而扼杀了初涉创作的年轻舞蹈者的创作萌动，他们瞬时的冲动和质朴的创造性思维的最后痕迹被消减殆尽，以至于引起舞蹈者对创作的畏惧和不安。这样，在严峻的社会竞争和紧张的学习压力面纱的掩饰下，或平淡或激烈地深深地隐藏着许多的不安宁和不肯定。我们应该正视这种“伟大的”不安宁和不肯定的本质，并且要比过去更加关注他们创作思想的萌动，并为他们提供宽松的创作环境。这种作用比枯燥的理论讲解和司空见惯的励志要大得多，从而更有力地把舞蹈者这种不安宁和不肯定变成创造的伟大。

舞蹈创作思维对于专业舞蹈编导者来说,是从事舞蹈创作的基础,而对于非专业人员来说,是一种重要的艺术素质。一般而言,大学时期是这种思维能力培养的最佳阶段。所以,我们应当不失时机地加大对舞蹈大学生创作思维教学的力度,以增强学生的创作能力,提高学生的综合素质。

二、对创作的误解

舞蹈创作思维能够让舞蹈者运用各种艺术思维方法创作出他们所设想的舞蹈作品,这是创作的基础和途径,也是判定一个舞蹈者是否具备编导潜质的重要依据。其实,创作并无奇异之处,联想、想象、直觉、顿悟、陌生感都是我们每个人在平常学习中早就尝试过的思维方式,每个舞蹈学习者都具有这种能力,这是上天赋予的,不论你是否有过这方面的学习和训练,你每天都在有意无意间进行创作思维和创造性活动。过去,在舞蹈学习者或者演员中间,较早有意识地进行创作思维的人成了舞蹈编导。所以,决定一个人能否成为舞蹈编导,是舞蹈创作思维的开发和运用,而不是形式上的学习和外力的驱使。

对于许多跨入舞蹈之门的年轻演员来说,常常存在一种根深蒂固的偏见,就是认为创作是那些具有创作天分的人才能完成的事,而自己生活的环境创作素材贫乏,只能完成一些舞蹈创作附属的工作,就是把编导创作出来的作品跳好。这一思想,长期以来束缚着舞蹈演员创作思维的开发,也束缚着他们创作才能的发挥。笔者为此想要告诉年轻舞者的是:有意识地挖掘你与生俱来的创作思维和创作能力,使之成为你享受创作快乐的手段和获取创作成功的阶梯是完全可能的。

三、舞蹈创作思维活动

舞蹈创作思维是舞蹈者在头脑中进行创作构思的一种精神活动。当你看到一幅精美的图画,听到一首动人的乐曲、一个曲折的故事,当你面对人间百态、社会炎凉,运用艺术思维进行联想、想象的时候,你一定会在脑海中形成一连串流动的画面,逐渐形成一

些生动的舞蹈形象，并且有把这些形象表现出来的欲望和冲动。随后，你会专注于这一感受，不断补充新的内容和想法，直至成为一种艺术的现实呈现在观众面前，这就是创作思维带来的结果。

你的目的达到了，它是一个包容不同社会、不同历史、不同文化领域、不同民族风俗、不同人物形象、不同自然景致的林林总总的大千世界，你惊叹于自己很容易就创造出一个理想的舞蹈世界，不费什么力气就使自己平时看起来不可能出现的世界变得近在咫尺，你就身在其中。你借助艺术思维的能力，成为这个世界的构造者，也成为这个世界各种事件的亲历者，你使这个世界变得栩栩如生、光彩夺目。

许多对眼前的现实世界，或者对当下舞蹈创作不甚满意的人，都可能产生改变这种现状的想法。这时，你需要做的事情就是集中精力，进入舞蹈冥想状态，想象出一个你可以任意组织、变化的舞蹈世界。

创作就是这样，每天重复进行舞蹈思维的简短练习，不管是有意还是无意。当你真正进入一种平静的艺术的冥想状态后，就会出现如此生动、有趣和快速变化的各种图景，许多看似不可思议的事情都会变得合理起来。当然，思维中的冥想是营构艺术世界的手段，目的是要打通我们舞蹈思维中的许多“经络”，比如精力不集中，对自己创作能力不自信，没有创作状态等等，使自己渐入佳境，完全进入一种虚幻的艺术世界，使这个世界的每一个生命都变得鲜活起来。

进行舞蹈创作思维，你可能需要学习和掌握一些前人留下的可供你效仿的创意和方法，但你不必在意众多讲得天花乱坠的形而上的观念、理论，也不需要太在意某些前辈、大腕的成功光环，因为面对每一次的创作，每一位创作者都是“新人”。你需要做的是，以一种积极的态度面对你所关注的人和事，积累每一次即使是失败的经验，开放你的心胸，不断丰富自己各方面的知识，在实践中掌握创作的规律，找寻适合自己的创作方法。如果这些方面你都做得很好，那就继续大胆地尝试下去，开动创作思维的机器，捕捉每一个细小的创作灵感，经过一段时间的努力，你会突然发现，你对创作的理解和思维能力都大大超出了你原有的想象。

创作思维具有千里飞瀑、万里海空令人神往的魔力，在思维

中，你可以支配宇宙万物，自然界、人类社会都在股掌间玩味，你成为宇宙万事万物的“主宰”。笔者在此提倡的是你与这一世界的和谐相处，而不是自恃“主宰”的身份无视人伦、无视法度，建立邪恶的世界。

正如我们在发现天体运行规律之前，认为地球是宇宙的中心一样，我们在没有掌握创作思维规律之前，也可能认为自己毫无创作才能。人类的伟大之处是能够最终找到天地、宇宙的运行规律，当然也能最终掌握创作思维的规律。一个普通的舞蹈者，在她对创作的知识知之甚少的时候，一定会惊叹于那些精美、宏大的作品，认为它们高不可攀。但当他们经过一段时间的学习和训练，懂得如何运用其中的法则后，就会发现原来创作是多么平常的事情，并没有什么神秘的地方。

一旦你掌握了创作思维的规律并能够自由运用，你在别人眼里就是一个了不起的人，因为你将不断地创造出属于全社会的、令人神往的奇妙世界。

四、舞蹈创作思维研究的入手点

进行舞蹈创作思维研究首先需要考虑的问题是，我们现在研究舞蹈创作意识、行为、方法在多大程度上与科学研究有关，特别是与脑科学有关。我们知道，十九世纪的现代舞理论之父拉班创立“拉班舞谱”和“人体动律学”，归纳出砍、压、冲、扭、滑动、闪烁、点打、漂浮八大动作元素，二十世纪韩芙丽—韦德曼归纳出“倒地——爬起”技术，玛莎·格莱姆创立“收缩——放松”训练体系，这些都是跟人体科学，或说跟脑科学有关的，而我们目前还没有形成这么经典的人体科学的命题。这是我们舞蹈研究不得不面对的问题，因为距离我们尊为现代舞理论之父提出的学说已经近百年，能不能在舞蹈科学的研究上面有所突破呢？——就在当今，就在舞蹈理论研究领域。我们都有这个愿望，都有这个期待。

有了问题，要解决，第一步首先是要找准定位，就是研究的内容和目标：我们在哪一个层面上研究舞蹈创作思维，在哪个范围内吸收、运用脑科学的研究成果等等。找准定位以后，第二步就要找准合作对象：因为当我们能力不具备的时候，是很难依靠自己解

决自身问题的，我们需要“外援”，这个外援就是舞蹈科学、脑科学，就像年轻人找对象一样。舞蹈创作思维需要进一步深入研究，需要发展，仅仅靠自己闭门造车，苦思冥想不行，我们需要找到一位体贴入微的丈夫，或者善解人意的妻子，共同结出爱情之果。

过去我们对舞蹈创作思维的研究大多在形而上的层面，舞蹈编导理论也多是从主题、形象、题材、动作语言、结构等等方面入手，较少涉及思维的脑神经生理机制的发生层面。舞蹈在创作领域与人体科学，特别是与脑科学的关系就显得十分陌生和疏远，人体科学与舞蹈的联姻也主要在训练领域，这样，我们的舞蹈人体研究就缺少了很大的一块阵地。如果我们的研究能够在这方面得到相关专家、学者的关注，必将为舞蹈创作研究开辟一片闪亮的天地，这将是一个了不起的成果。

所以，本教材把研究舞蹈创作思维的入手点定在有关脑科学的探讨上面，因为脑科学能够为舞蹈创作思维的开发和研究提供一片闪烁着美丽星光的天空，它能够引导着我们到达舞蹈创作思维的科学彼岸。

五、对舞蹈编导创作思维教育的思考

（一）本科阶段的编导创作思维教育

1. 在舞蹈编导教育教学中，培养具有创新意识、创造性思维和创作能力的舞蹈编创人才极为重要，任何好的作品的创作都是编创者创新意识和创作能力的充分体现。然而，舞蹈编导的创新意识和创作能力必须以创作思维为基础，离开创作思维，艺术灵感不会产生，好的创作思路还会堵塞。因此，为了培养具有创新能力、高层次、高素质的舞蹈编创人才，就必须深入地研究创作思维，探究创作思维产生的生理、心理机制，深入分析创作思维的过程、特征，找出影响创作思维形成与发展的主要因素，因材施教，运用恰当的教学方法才能取得显著的效果。

2. “舞蹈创作思维”对于创造学、思维学来说是一门应用学科，而对于舞蹈编导专业来说，则是一门基础学科。带着这样的研究和写作目的，笔者力求在创造学、思维学和心理学理论的基础上比较全面地建构舞蹈编导思维的基础理论和基本方法，以引起这个

领域专家学者的关注和讨论,把舞蹈创作理论的基础铺厚做实。

3. 把欣赏主体的思维特征纳入创作思维阈进行考察,扩大了创作的概念和范围。因为观众的欣赏行为不是被动地接受,而是积极地参与。对创作者来说,演出可能是作品一个阶段的终结,但于欣赏者来说,可能恰恰又是另一种创作的开始。所以,把欣赏主体和创作主体的创作思维特征一并进行考察,对舞蹈创作思维的研究具有开创性的意义。

4. 世界不断变化,社会不断前进,舞蹈理论研究的最大价值是要对当今的舞蹈现象、舞蹈规律有所发现、有所总结、有所创新,能够对现实的舞蹈艺术创作、表演、教学进行深刻指导。我们站在前辈研究成果的基础上,在归纳、总结、传承、扬弃中建立新的学术观念、学术思想。

5. 目前,舞蹈领域对创作思维的研究尚不深入,在舞蹈高等教育课程体系中还没有纳入这一类课程,这对于培养新世纪舞蹈创造性人才十分不利。因此,深入研究创造性思维,找出舞蹈编导创作思维的规律,对舞蹈创作实践具有重要的现实指导意义。

(二) 硕士阶段的舞蹈创作思维教育

现代教育的核心是要使人充分地、自由地、全面地得到发展,从而促使每个人的潜能得到充分发挥。舞蹈研究生教育虽然处在偏重理论研究的高级层次,却并没有脱离和改变它注重实践的学科特性。如何把人的艺术本性、艺术创造的潜能开掘出来,引向社会,做出创造性的贡献,是摆在新世纪舞蹈研究生教育工作者面前无法回避的问题。而舞蹈编导创作思维正是在新时期党的教育理论的基础上对舞蹈研究生创造潜能进行的更为深层次的开发,是艺术思维能力培养和提高的不可缺少的推动力。

在研究生基础课程学习阶段,所设基础课程必须针对舞蹈学科特点及发展需要,在比较短的时间内,使研究生对本专业方向基础领域形成一个既有深度,又有广度的认识,为今后的学科理论与专业实践的紧密结合打下坚实基础。就舞蹈学科比较偏重艺术实践的各研究方向中,我们需要针对与创作、表演联系密切的基础课程进行设置与建设。在这一过程中,应重点培养研究生的创新思维、创新意识和创新能力,促使他们由本科阶段比较依赖教师“教”的学习特点转变为研究生阶段较为自主“研究”的学习。二者的区

别在于,以“教”为主的学习主要是掌握前人已经创作、总结出来的一系列公认的典型素材、经典作品和一系列表演、教学、创作和思辨方法;而以“研究”为主的学习则要求学生把握各类动作风格的复杂性,并能灵活运用到具体情境中。同时,在研究生基础课程教学中还应当更加重视课程的恰当选择与创作思维能力的培养,只有这样才可称之为高质量的教学,真正提高舞蹈研究生的实际思维水平和创作能力。

过去,舞蹈高等教育教学对舞蹈创作理论的研究多是集中在舞蹈创作思想、创作手法和呈现方式的研究和探讨上,没有从创作者、表演者和欣赏者创作思维上进行深入探究,没有更深入研究创作思维的基本规律,更没有从研究生教材建设的角度进行调研、总结、形成基础教材教法,以至于到目前为止,这个领域的基础理论教材呈现空白状态,这极不利于我国正在广泛兴起的舞蹈研究生教育。

从舞蹈专业研究生教育发展的现状来看,北京舞蹈学院作为全国舞蹈研究生教育的排头兵,目前有两种类型的研究生硕士教育:一类是舞蹈学硕士,包括舞蹈编导方向在内的近40个研究方向,主要培养品格高、专业精、能力强、具有创新精神的高素质舞蹈研究、教育高级人才;另一类是艺术硕士,包括舞蹈编导和舞蹈表演方向,主要培养具有系统专业知识和高水平编创、表演技能的高层次、应用型艺术专门人才。众多研究方向的课程虽然因各自研究方向的不同具有不同的内容和要求,但作为一门以研究、探索舞蹈艺术创作思维规律的基础理论课程对舞蹈研究生的培养却是具有普遍性的,这在当前舞蹈研究生教育教学课程质量亟须提高和社会需求对研究生提出更高要求的形势下,更显现出建设这类课程紧迫的现实意义和科学、系统的理论意义。我们相信,随着这一课题的深入研究,必将带来研究生课程体系更加系统、合理、科学、完整的建构,更加符合当前我国高等教育领域提出的教育质量工程和创新工程的建设和深入发展。

北京舞蹈学院编导系第一、二届本科班,由于学生年龄普遍较大,招生人数少,为了更好地针对不同学生的特点因材施教,在教学上基本采用一对一的方法。当时有同学戏言,说有点像导师带研究生。记得当时孙天路老师给我们上《结构》课,胡尔岩老师给

我们上《舞蹈创作心理学》课，课余，两位老师带我们班8位同学去“捕捉形象”，回来我们完成了小品《芸芸众生》。后来胡尔岩老师在她的专著《蓦然回首——好一派灿烂阳光》中还专门提到这次教学案例：“我给他们出了一个‘命题作业’，题目是：在雍和宫的一个佛殿里，安静得只有一男一女两个人，女的是位农村老妇，男的是一位好似鲁迅的中年男子，这一男一女皆面朝佛像，背向殿门。环境、人物已有了规定，要求他们从二人的背影的肢体语言中，使观众感受到这二人的身份一个是农村老妇，一个是‘好似’鲁迅般人物。这个小品的要求，从表层理解好像是要求他们如何运用肢体语言的问题，从深层理解是要求他们明白只有准确地分析了人物的内心活动，方能找到准确的肢体语言的‘越过表面看内核’的问题。”这是一个从理论教学到创作实践的历程，很有意思，因此，两位老师的教学使我们深受启发，受益匪浅。

2002年，笔者在学院开设了一门专业基础课《舞蹈创作思维训练》，当时，在学科论证会上得到了与会专家的充分肯定。同年，天津师范大学艺术系聘请笔者为该系客座教授，讲授《舞蹈动作构成》和《舞蹈创作思维》，积累了一些教学经验。后来，笔者在山东、山西、四川等地进行教学和交流，一直致力于这方面的教学尝试，收到了比较满意的教学效果。

“舞蹈创作思维”可以针对从来没有尝试过舞蹈创作的学习者，他们之前可能非常怀疑自己的舞蹈创作才能。与别的舞蹈教科书不同的是，本书所有训练的目的是为了发掘舞者本来已经具备但还没有释放出来的创作才能。而那些在创作领域奋力拼搏了多年的年轻编导们，如果希望通过加强创作思维、创作方法训练以突破创作中的瓶颈问题，更好地运用针对性强，有实际价值的创编技巧解决实际问题，那么，他们将通过本课程提供的思维原理和训练而获得帮助。

作者

目 录

CONTENTS

自序.....	1
序.....	1
前言.....	1
第一章 舞蹈,舞者思维的所在	1
第一节 舞蹈的生命意义	/ 1
一、创作与欣赏在思维中“遭遇”舞蹈	/ 1
二、舞蹈思维是对生命的宣言	/ 2
三、身体的节奏和律动让我们感受到生命的真实	/ 2
四、动作的现实转化是舞蹈思维的必然选择	/ 3
第二节 动作体验使舞蹈思维获得无限的自由	/ 4
一、舞蹈感觉产生于对动作的体验	/ 4
二、动作与思维的融会形成“动作流”	/ 5
三、舞蹈创作思维使心、肌、力、神合而为一	/ 6
第三节 舞蹈思维的辩证法	/ 7
一、舞蹈理论科学吗	/ 7
二、感性与理性的分离	/ 8
三、舞蹈通过思维确定舞者的存在	/ 9
四、舞蹈是浓缩的情感聚集	/ 10
五、舞蹈形式不即内容	/ 10

六、诉诸和接受是互为共通的思维过程	/ 11
第二章 创作思维的脑神经生理机能	12
第一节 大脑活动的基本原理	/ 13
一、人体组织系统	/ 13
二、思维活动的脑神经机能	/ 14
第二节 创作思维的脑电波研究	/ 16
一、脑电波及其波段	/ 16
二、 α 脑电波对舞蹈创作思维的作用	/ 18
三、 α 脑波的获得	/ 19
第三节 创作思维的脑神经生理基础研究	/ 20
一、艺术专业学生脑神经测试	/ 20
二、整个大脑参与创作思维活动	/ 22
第四节 创作思维活动的神经影像研究	/ 23
第五节 舞蹈创作思维的比较研究	/ 24
第三章 舞蹈动作与动机	27
第一节 关于舞蹈动作的观念	/ 27
一、动作观念、动作思维以及动作的类属关系	/ 27
二、动作图式	/ 29
三、动作图式的分解与组合	/ 30
四、自觉动作意识和非自觉动作意识	/ 31
五、自觉动作意识解构与非自觉意识动作解构相统一	/ 32
六、动作与思维相互促进	/ 33
第二节 舞蹈创作的动机	/ 34
一、创作动机的产生	/ 34
二、构思中的思维特征	/ 38
第三节 动作的“意味”	/ 39
一、动作动机	/ 39
二、“意味”是动作的内在要素	/ 41
三、动作“意味”的动态发展	/ 42
四、思维使动作变得有“意味”	/ 43
五、建立和分化动作图式与意义的联系	/ 45

六、动作图式的分化	/ 46
七、动作的“意味”受制于作品的生命意义	/ 46
第四节 动作的内化和外化	/ 48
一、什么是动作的内化和外化	/ 48
二、内化动作向外转化	/ 49
三、外化动作向内转化	/ 50
四、内化动作与外化动作的认同	/ 52
五、内化动作与外化动作的联结	/ 52
第五节 动作的多义性	/ 54
一、对话与旁白	/ 54
二、一“词”多义	/ 55
三、“动”不达意	/ 56
第六节 核心动作	/ 57
一、核心动作的产生	/ 57
二、核心动作的发展	/ 58
三、核心动作与辅助性动作的关系	/ 59
第七节 动作表现	/ 60
一、作为艺术表现的舞蹈动作	/ 60
二、动作表现中的思维特性	/ 61
第八节 对动作研究方法的分析	/ 63
一、绝对的同—和绝对的分离都是错误的	/ 63
二、思维是有动作的思维,动作是有思维的动作	/ 65
三、运用创作思维对舞蹈动作进行研究	/ 66
 第四章 舞蹈动觉与舞性思维	 70
第一节 舞蹈动觉	/ 70
一、动觉是舞蹈者的本体感觉	/ 70
二、动觉是一种思维过程	/ 71
三、舞蹈动觉的条件	/ 73
四、舞蹈动觉的基本特性	/ 75
第二节 舞蹈思维中的动觉能力	/ 79
一、什么是动觉能力	/ 79
二、舞者动觉能力特征	/ 80