

THE CIVILIZATION'S DOOR

《文明之门》

舞蹈的故事

Story of Dance

大多数的人对舞蹈只是一知半解，关于舞蹈的起源、发展、每一个故事都美丽动人。读完这本书，你对中国特色的舞蹈，就彻底明白了。

陕西出版集团
陕西人民出版社



THE CIVILIZATION'S
DOOR
文明之门



江苏工业学院图书馆
藏书章

舞蹈的故事

图书在版编目(CIP)数据

舞蹈的故事/郭豫斌编著.—西安:陕西人民出版社,
2009

(文明之门)

ISBN 978-7-224-08975-2

I.舞… II.郭… III.舞蹈史—世界—通俗读物 IV.
J709.1-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2009)第144966号

主编:郭豫斌

编辑制作:北京协力时代文化传播中心

(www.xielibooks.com)

《西方文明之门》编委会名单:

郭豫斌	陈小庆	林苗苗	赵志刚
邵园园	杨雄	郑进	廖微矣
郭渝敏	王永国	张洁	乔建
孙铃	雷静	刘妍妍	黄锦荣
李明菊	李宝贵	李婷婷	高伟
杨西南	杨燕娜	李应刚	李明阳
郭雪梅	吴凤龙	吴凯	赵琼
刘建奎	王子权	郭绍才	袁静
杨长江	向阳	原少华	



选题策划

陕西人民出版社事业部
陕西人民出版社第一编辑部
北京协力时代文化出版中心

文明之门 舞蹈的故事

出版发行 陕西人民出版社(西安北大街147号 邮编:710003)

印	刷	陕西精工印务有限公司
经	销	各地新华书店
开	本	787mm×1092mm 16开 15印张
字	数	300千字
版	次	2009年7月第1版 2009年7月第1次印刷
书	号	ISBN 978-7-224-08975-2
定	价	33.80元

目录 CONTENTS

第一章 与神沟通的舞蹈

触摸神的梦想 2

手之舞之足之蹈之 / 与神灵对话的巫舞

华夏上古的凤凰来仪 8

泥巴与石头上的舞蹈 / 三皇的有凤来仪

五帝的百兽率舞

古希腊神话与舞蹈 13

雅典的众神之舞 / 克里特岛上的“米诺牛”

非洲岩画里凝定的美与激情 17

撒哈拉沙漠的《黑人的舞蹈》 / 崖壁上奔跑的《双角女神》

布须曼人的《舞蹈》情结 / 舞蹈的另一副面孔

印第安人的祭神之舞 23

巴西岩画里的月亮神 / 墨西哥原始舞蹈中的图腾



第二章 穿越亘古时空的翩翩舞者

金字塔边舞动的精灵 27

尼罗河边的轻歌曼舞 / 岁月尘封的古埃及舞蹈

金字塔下的肚皮舞

古希腊诸神的狂欢 34

《荷马史诗》里的英雄之舞 / 罗马征服者的欢乐



青铜宫商里的舞天红袖 39

恢弘壮观的先秦乐舞 / 助勾践灭吴的西施

四面楚歌里的生死诀别

浪漫律动中的撒哈拉 46

埃塞俄比亚的甩发舞 / 非洲舞蹈之乡——加纳

赤道几内亚的木鼓舞 / 尼日利亚的阿杰舞

博茨瓦纳的踢踏舞 / 肯尼亚的摔跤舞

浪漫欢乐的婚庆舞 / 恩克杜拉节的丰收舞

来自美洲的轻歌曼舞 61

巴西的卡波埃拉 / 墨西哥的哈拉拜舞

古巴的曼波舞 / 哥伦比亚的班布戈舞



第三章 弥漫中古的歌舞升平

万方之中央的辉煌霓裳 72

兼容并包的宫廷“燕乐” / 杨贵妃的霓裳羽衣

一舞剑器动四方的公孙大娘 / 大珠小珠落玉盘

浓情如酒的踏歌舞

黑暗中拘谨的欧洲舞步 82

生动活泼的法国布朗里

教堂之外的欧洲民间舞蹈

优雅华贵的宫廷舞蹈

神奇的东方舞蹈 89

禁欲与纵欲之间的印度歌舞 / 日本舞蹈中的汉唐遗风



吴哥遗风滋养下的柬埔寨舞

第四章 芭蕾艺术的前世今生

足尖上的舞蹈 96

妙趣横生的席间芭蕾 / 第一部芭蕾舞剧的诞生

在舞剧中担任主角的父子国王

早期宫廷芭蕾舞大师

一枝怒放惊艳群芳 103

启蒙主义时期的芭蕾舞三杰 / 浪漫主义时期的芭蕾舞经典

摇曳多姿的俄罗斯芭蕾舞



第五章 群芳竞放的现当代舞蹈

风靡全球的流行舞蹈 115

引领时代潮流的肚皮舞 / “舞中皇后”——华尔兹

“舞中之王”——探戈 / 步履优雅的狐步舞

风情万种的伦巴 / 热烈奔放的恰恰舞

激情热辣的桑巴 / 刚劲威猛的斗牛舞

花样繁多的吉特巴舞

狂热多变的霹雳舞 / 性感妩媚的钢管舞

都市之魂——爵士舞 / 舞出灿烂笑容的街舞

引领世界风潮的舞蹈名家 145

美国舞台的领舞者洛伊·富勒 / 最初的舞蹈探索者——露丝·圣·丹尼斯

表现生命的本质——玛丽·魏格曼 / “新舞蹈”的创立者——库特·尤斯

舞蹈艺术的先锋派——汉娅·霍尔姆



哑剧舞蹈的创立者——查尔斯·韦德曼

爱与诗的舞者——艾瑞克·霍金斯

“芭蕾女皇”——安娜·巴甫洛娃

“多情的天鹅”——乌兰诺娃

技艺超群的舞蹈王子——尼金斯基

现代舞之母——邓肯 / 忧郁的王子——努里耶夫

“现代飞天”——戴爱莲 / 孔雀公主——杨丽萍

传统与现代相融合的中国民族舞蹈 192

千姿百态的舞龙 / 惟妙惟肖的舞狮

兰州的天下第一鼓 / 独特的土家族毛古斯舞

质朴热烈的苗族舞蹈 / 豪放热情的蒙古族舞蹈

风趣乐观的维吾尔族舞蹈 / 雄浑苍劲的藏戏舞蹈

感动世界的羌族推杆 / 红红火火的陕西社火

热情奔放的台湾高山族舞蹈

东方文明的现代奇葩 216

古典而纯粹的印度舞魂

幕府时代风格多变的日本舞

高贵稳重的柬埔寨舞蹈

服饰艳丽的泰国舞蹈

附 录 舞蹈大赛 228

法国蒙彼利埃舞蹈节

英国黑池舞蹈节

美国舞蹈节





第一章

与神沟通的舞蹈

Communicating
with God

触摸神的梦想

Touching God's Dream

原始的舞蹈，其实就是为了跟神沟通。舞蹈是一种抽象的身体语言，没有任何痕迹。它是一个运动的、虚无的物件，神也是这样的。什么是神？神就是天或者地，或者自然，或者空气，是我们的一种希望和终极梦想。舞者在舞蹈的时候，实际上就是在触摸自己的灵魂。

早期人类弄不懂自然，不明白为什么会刮风下雨，日落月升。他们以为这些现象背后，都有主宰的神灵。当他们在劳动中体会到律动，在奔跑里体会到节奏，在欢乐或者忧伤的释放中体会到灵魂的悸动、飘荡或者飞扬这些无与伦比的美妙感觉时，他们就以为，他们是在与神对话。

于是，舞蹈产生了。舞蹈的故事为你娓娓叙来……



云南沧源岩画

远古时期，物质匮乏，人们的精神生活十分有限。但是，思想需要表达，激情需要释放，舞蹈，就是他们表达思想、释放激情的方式之一。



甘肃黑山岩画

变换的队形，整齐的动作以及舞者头上的羽饰，可以看出早期人类也有了自己的舞蹈，并且达到了相当的水平。





甘肃黑山岩画

原始时期的人们，在舞蹈中拉近了自己的心与神灵的距离。

舞蹈究竟起源于何时，因何而产生，一直以来众说纷纭。我国远古的传说中有祝融的儿子长琴最先作乐风、帝俊的八个儿子始为歌舞的故事，也有炎帝的重孙延最先作乐风，黄帝创造了乐舞等说法。现在的史学家普遍认为，舞蹈是人类文明进步的自然产物。

人类在与大自然周旋时，在为求生存而从事的劳动中，通过人体动作而产生了节奏、律动——最原始的舞蹈动作，也可算是本能式的“人体行为”。因此，舞蹈与劳动有着天然的、不可分割的联系。在原始人的舞蹈中，表现狩猎和种植以及各种劳动生活的舞蹈占有很大的比重，所以，劳动对舞蹈的产生具有重要的意义。

原始人认为一切自然物都和自己一样是有灵魂的，由此而产生了图腾崇拜、原始宗教、巫术祭祀等。在原始社会，从事这些活动的时候都离不开舞蹈。因此，有人断言：“一切跳舞原来都是宗教的。”

人有模仿的本能，舞蹈是人用有节奏的动作对各种野兽动作和习性的模仿。有些舞蹈还对一些自然景物的动态形象

手之舞之足之蹈之

任何一种文化在追溯历史源头的时候，都会遇到相同的问题，这就是：必须从原始时期人类混沌的生存状态中，把有可能属于自己品类的行为或者现象剥离出来，以完善自己的历史。在这个过程中，牵强附会、模棱两可的情况在所难免，各种说法竞相出现，而且都能自圆其说。



云南沧源岩画

远古时期，人们的生产活动以采集、狩猎为主。由于人们不理解雷雨冰雪、日落月升等自然现象，不懂得新陈代谢、春华秋实等自然规律，他们把劳动所得看成是神的赐予，因此，他们的一些劳动场景，都带有宗教性的仪式。这些仪式，就是早期人类舞蹈的起源。



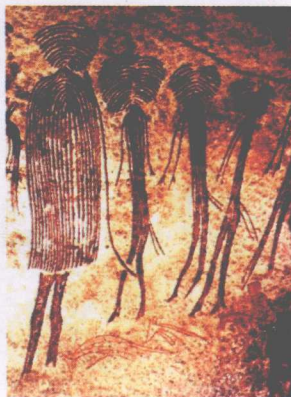


进行模仿，如柳枝的摇曳、海浪的翻滚、风的飘荡旋转等等，人们对它们进行模仿而产生了舞蹈。

舞蹈也是原始人择偶、求婚和进行情爱训练的主要方式和手段，所以舞蹈也有可能起源于情爱活动。

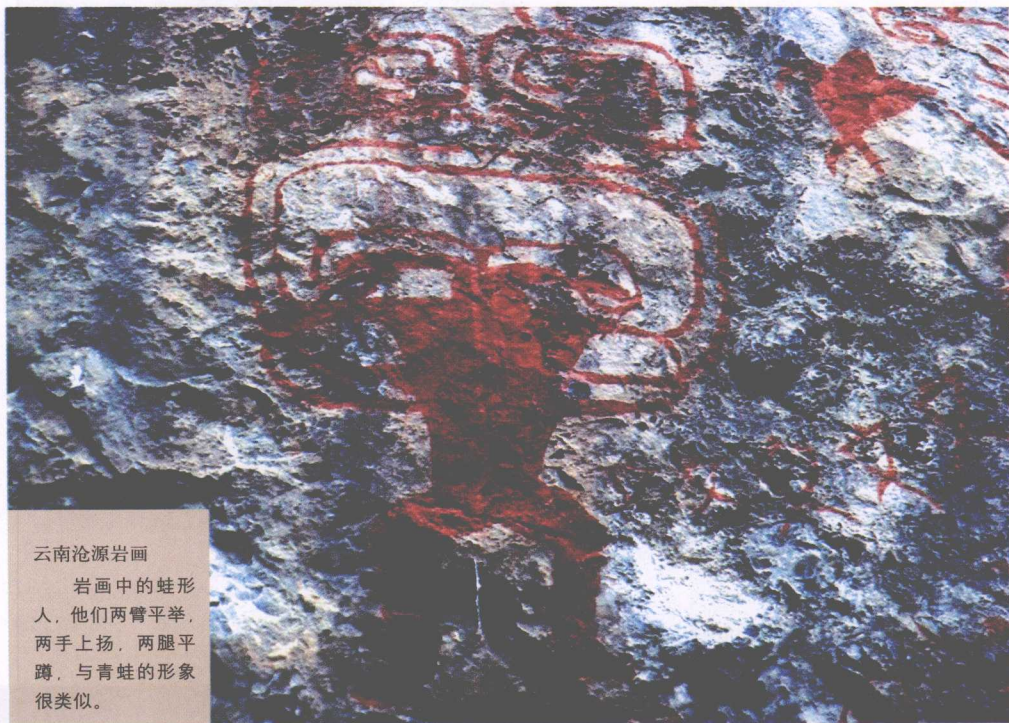
舞蹈不仅能够用来表现人的情爱，人们其他的各种激越的情感，人们生活中具有重大意义的一些情感和活动，都能用舞蹈来加以表现。我国古代乐舞理论中就有“情动于中而行于言，言之不足故嗟叹之；嗟叹之不足故咏歌之；咏歌之不足，不如手之舞之，足之蹈之也”的记载，生动地说明了舞蹈是表现人们最激动的情感的载体。

舞蹈作为人类生活中的一种社会现象，它的起源应该不是单一的，而是多种因素结合的产物。舞蹈起源于远古人类在继承动物本性的同时，还是在求生存、求发展的社会活动过程中对劳动生产、情爱、健身和战斗操练等活动的模拟再现以及在图腾崇拜，巫术和宗教祭祀活动中，表现自身情感、思想、内在冲动的需要。它从诞生之日起，就和诗歌、音乐艺术结合在一起，是人类历史上最早产生的艺术形式之一。



坦桑尼亚岩画

人们站成一排，在举行某种仪式。这种仪式，也就是舞蹈。



云南沧源岩画

岩画中的蛙形人，他们两臂平举，两手上扬，两腿平蹲，与青蛙的形象很类似。





非洲圣布什曼岩画

早期人类不理解风雷雨雪的自然现象，不懂得春华秋实的自然规律，他们把采集到的植物根茎果实和猎获的动物看成是冥冥之中神灵的赐予，于是他们就把一些重大的采集或者捕猎行动，看做是一种宗教仪式。舞蹈，就是在这种亦劳动亦宗教的活动中产生的。

与神灵对话的巫舞

在没有文明出现之前，左右原始先民思想的是一种被称为“巫术”的古怪宗教行为。巫在中国的历史是很久远的。在原始社会时，由于人类所认识的知识比较少，而把自然界的打雷、闪电、下雨、火山喷发、地震等现象误以为是某个神仙在发怒，整天诚惶诚恐，怕天神一个不爽就降灾患于自己身上，就如同疾病、瘟疫等。所以，原始人类就对某些东西进行参拜，因为他们觉得这些东西是神的化身，神是由这些东西演变而成的，也就由此产生了“图腾崇拜”。崇拜就需要某些仪式，通过这些仪式，人们向神表达自己的虔诚之心，也表达了自己的某些愿望，比如生子、长寿、希望风调雨顺以求获得丰收等等。而有仪式就得有个领头人，通过这种人组织各种仪式，把众人的愿望传递给神，这类人就被称为“巫”。

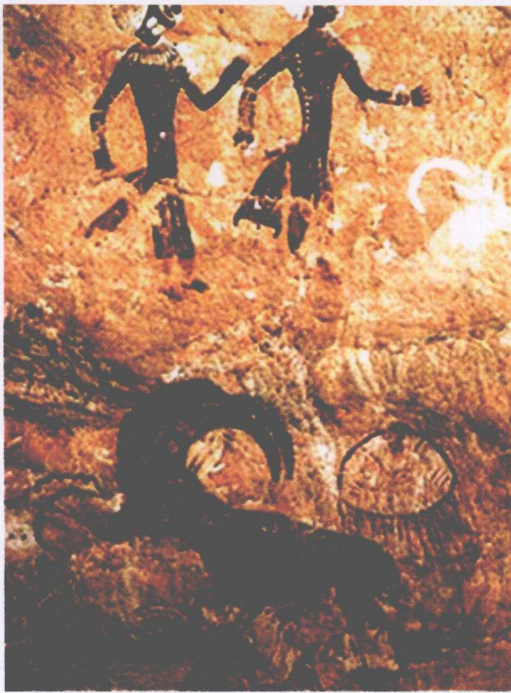
巫的权力很大，因为他是神与人之间的中介，能够知晓神的旨意，这对于一般的人来说，可以说如同神的化身了，是神在人间的代言人。因此巫掌握着祭祀、医治、部族历史传承等权力。巫要实现与神的沟通需要通过一定的仪式，因此产生了原始舞蹈。巫与舞也是同音同源的。



汉字小篆的巫，像女巫两袖舞形，因此巫的本义就是古代能以舞降神的人。《说文解字》这样解释：巫，祝也。女能事无形，以舞降神者也。

“巫”是一种据说能够沟通人与神进行交流的人，他们一般都具有“巫术”。“巫”在进行“巫术”活动时，往往要跳一种神秘怪异的舞蹈，这就是“巫舞”。在原始时期，巫术与舞蹈在很长一段时期内是相伴相生的，后来，巫舞才发展成为一种独立的舞蹈。

世界上著名的巫舞有斯里兰卡维达族人的巫舞。舞蹈时，男人们围成一个圆圈，各自将箭插进地面，然后，从脚开始动作，先向左转，转到右脚站立的地方停住，左脚再痉挛似的向前迈出，同时，身体向后倒，半转结束。再迈右脚，反复动作。舞者们始终围着箭舞蹈，各自的动作并不是按照统一的节奏进行。在转圈当



阿尔及利亚撒哈拉塔西里的崖壁画

人们在草地上舞蹈，旁边牛羊正在悠闲地吃草。早期人类在劳动中产生了韵律。这个韵律在一些祭祀活动中形成仪式，舞蹈也就出现了。

中，手臂激烈挥动着，敲击着挂在腹部前的大鼓。当半圈结束时，身体突然向下方摔去，长发遮住他们的面孔，然后，随着新开始转圈的动作，将长发甩向后面。

在我国南方，曾经长期流传着一种叫做“傩”的驱鬼、逐疫仪式。举行这种仪式时跳的舞蹈，被称之为《傩舞》。跳舞时，人们带着面具，跳着一种看似十分凶猛、激烈的舞蹈。这种舞蹈起源很早，数千年来一直流行。《傩舞》，也是一种很典型的巫舞形式。

巫舞作为原始宗教的产物，在它看似神秘而怪异的动作里面，其实并不包含多少神秘力量的存在，更多的是一种象征的力量，但是在这种特殊舞蹈形式中所蕴含的文化因素和艺术价值，却是很值得我们去好好研究一番的。



花山岩画 《战争庆典放牧图》

早期人类以狩猎、游牧为主，战争在所难免。而战争的庆典，与舞蹈息息相关。





伏羲女娲图

伏羲、女娲分别呈男女形象侧身相对，各扬举一手，伏羲执矩，女娲执规，另一手各抱对方腰部，下半身作蛇形缠绕。画面上部绘日，中有三足鸟，下部绘月，中有玉兔、桂树、蟾蜍。满幅大小不一的圆点代表天宇星宿。伏羲、女娲为中国神话中人类的始祖。传说伏羲、女娲为兄妹，相婚而有人类。此画线描沉郁舒缓，色彩单纯和谐。日月星宿的布置，既有空间的高远空旷之感，又显示了伏羲、女娲作为人类始祖的崇高意味。此画出自新疆哈拉和卓古冢中，为唐初遗物。

华夏上古的凤凰来仪

Phoenix's Celebrating in Ancient China

华夏民族历来被称为“礼仪之邦”。“礼”，即制度、规则和一种社会意识观念；“仪”，是“礼”的具体表现形式，一套系统而完整的程序。

“乐”和“舞”是“礼仪”的重要组成部分。

1985年，河南出土了16支用兽骨做成的8000年前的笛子。这说明，早在8000年前就有了音乐。而在远古时期，乐、舞一家，因此，毋庸置疑的是，歌舞艺术起源久远。



帛画《人物御龙图》

后人对祖先的认识，由于时间久远，又没有文字记载，对祖先的崇敬产生了叠加效应。颡顼御龙，就是这种效应的结果。龙作为中华民族的图腾，它与凤出现的时间相近，“龙凤呈祥”的说法就是由此而来。

泥巴与石头上的舞蹈

部落的人们在广场上围聚起来，十多人一组，手拉着手，朝着同一方向踏歌而舞。男孩子赤裸上身，腰扎兽皮围裙；女孩子头上扎着小辫子，腰系布裙，身后甩着一条用草编的小尾巴装饰品。

这个场景，记录于1973年我国青海大通县出土的一个新石器时期的彩陶盆上。同时期，青海出土的宗日彩陶盆的内壁上，也画有两组类似的群舞形象，一组13人，一组11人，连臂而舞，姿态十分生动。这两组图案上舞蹈的人物头饰均比较宽大，下着尾饰，他们集体连臂踏歌，人物形象富有律动感。舞蹈彩陶盆中人物身上宽大的头饰和尾饰，很可能是模仿某种动物的造型。



这个陶盆的发现，证明了早在原始社会时期，我们的祖先就已经具有了群舞的娱乐或者宗教仪式。那时候的舞蹈虽然还很简单而质朴，但是已经具备了后世舞蹈的大部分功能，即娱乐性和祭祀性。

内蒙古阴山山脉西段的狼山地区，在绵延数百里的范围内，也有大量岩画，这些岩画记载了一些原始时期的舞蹈场面。其中一幅画面上，三个舞者均作两手搭肩、两腿半蹲、双脚并拢的姿态，头上似乎还有动物的角作装饰。还有一画面上，一排四人，手挽手翩翩



马家窑文化陶器 彩陶舞蹈纹盆

该陶器为泥质橙黄陶，内壁饰以精彩的五人一组携手舞蹈的纹饰，共有三组。舞者的头饰、尾饰均很清晰，形态别致。是研究新石器时代舞蹈艺术和氏族成员娱乐生活、风俗人情的宝贵资料。

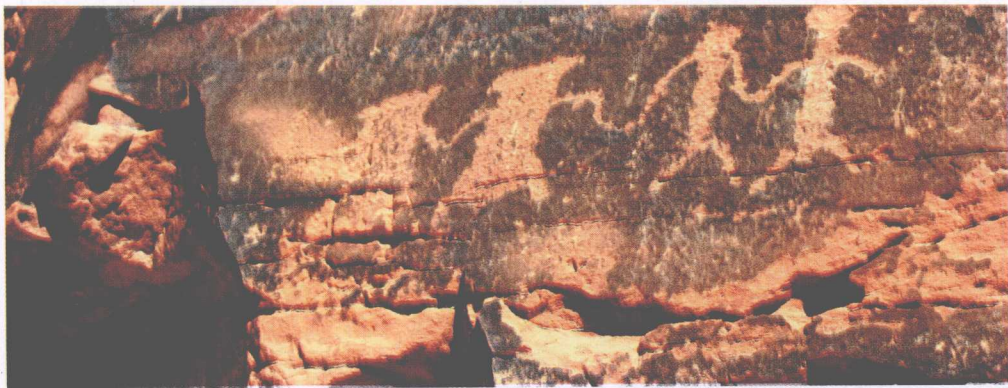


新石器时代宗日文化陶器 舞蹈纹彩陶盆

此陶盆于1995年青海省同德县巴沟乡团村宗日遗址出土，该陶器内壁用两组人物手拉手的舞蹈纹图案装饰，构图生动，线条洗练。

起舞，画面四周有围框，似乎是表示房屋或洞穴，反映出这是室内的乐舞活动。这些舞者虽在一起舞蹈，但动作、队形十分散乱，并不像其他的舞蹈场面那样整齐划一，因此很具有早期原始舞蹈的味道。

这些众多的早期岩壁绘画给我们形象地展示了原始舞蹈的生动场景，让我们远隔千年也能一窥先人们的激情与浪漫。由此看来，人类对舞蹈的挚爱，从古至今都未改变。



岩画上的蛇舞

蛇舞是一种宗教性舞蹈。在古时候，人们也在思考“我们从何处来”这样的问题。思考的结果是，出现了图腾崇拜和祖先崇拜。在这些崇拜中，人们主要以动物或植物作为自己部落的祖先或者图腾。把长命的蛇作为图腾，也就不奇怪了。于是，部落舞蹈中就出现了蛇舞。





三皇的有凤来仪

“自从盘古开天地”是说书人的口头禅。但由于太过虚拟，一般的历史源头都与他靠不上边。于是，人们就转而瞄上了伏羲。

伏羲，也叫伏戏、包牺，又称牺皇、皇羲，传说中他与女娲一起创造了人类。人类在遭到洪水后，人烟断绝，本为兄妹的伏羲与女娲结为夫妻，重新繁衍了人类。伏羲发明了八卦，教会

人们结网，捕鱼捕鸟。为了歌颂伏羲，人们创作了歌舞《扶犁》。在表演时，人们欢欣鼓舞，就连凤凰也飞来庆贺，那一派欢乐祥和的场面，叫人倍觉温馨。

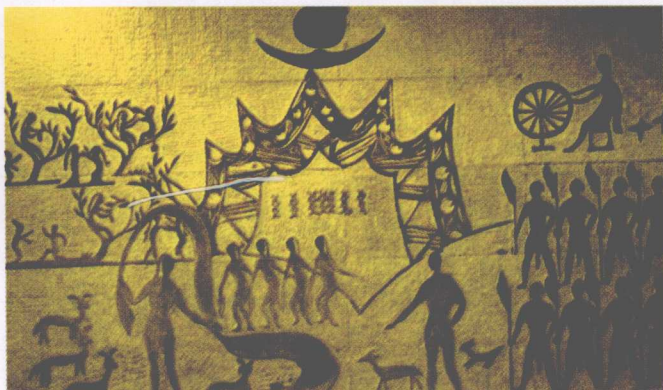
《扶犁》又叫《扶持》，是远古时期人们祭祀炎帝时所跳的歌舞。炎帝，也叫神农氏，原姓姜，生于今陕西岐山东面的姜水一带。神农氏时代，人多而禽兽少，食物不足，疾病流行。神农氏发明了原始的耕作工具——耒耜，即犁。他教会人们用犁耕作，解决了人们的粮食问题。随后，他又遍尝百草，为人们寻求解脱疾病的良药，曾经一日内中了70多次毒也不停止。人们用来纪念神农氏的乐舞名字，就叫做《扶犁》。这个乐舞同时也是专门用来庆祝农业丰收的。

《云门》是远古时期人们用来祭祀黄帝的乐舞。黄帝，又叫轩辕氏、缙云氏、帝鸿氏、有熊氏，传说是少典氏（传说中的上古第一国君）之子，娶西陵氏之女嫫祖为正妃，又以云命名百官，鼓励了多种发明和创造。如开采首山的铜矿做鼎，制



木盒漆画《舞乐图》

古人认为，巫师是神的使者，是在神与人之间传递信息的媒介。巫师向人们传达神的消息的方式之一，就是舞蹈。



黄帝时期的舞蹈

黄帝时期，出现了农业、养蚕、纺织、工具制造等物质方面的成就，还出现了婚姻、语言、文字、音乐、舞蹈、天文历法等精神生活方面的成果。图为黄帝时期的生活场景，其中有人正在舞蹈。

船帮助人们渡过河流，他的妻子嫫祖还发明了养蚕抽丝的纺织技术，他的史官仓颉还创造了文字。传说黄帝即位时，天上瑞云呈祥，他便以云纪年，并作乐祀云，由此，也就产生了《云门》这一乐舞巨著。

