

谭元元 著

我和音乐



 **SMPH**
上海音乐出版社
WWW.SMPH.CN

4J0282

et and I

我和芭蕾

谭元元 著

图书在版编目 (C I P) 数据

我和芭蕾 / 谭元元著. — 上海 : 上海音乐出版社, 2013.9

ISBN 978-7-5523-0339-1

I. 我… II. 谭… III. 谭元元-自传 IV. K825.76

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2013) 第 218825 号

我和芭蕾

出 品 人 : 费维耀

责任编辑 : 黄惠民

整体设计 : 袁银昌

印务总监 : 李霄云

印装监制 : 朱国范

上海音乐出版社出版、发行

地 址 : 上海市绍兴路 7 号 邮编 : 200020

上海文艺出版 (集团) 有限公司 : www.shwenyi.com

上海音乐出版社网址 : www.smph.cn

上海音乐出版社论坛 : BBS.smph.cn

上海音乐出版社电子信箱 : editor_book@smph.cn

印 刷 : 上海中华商务联合印刷有限公司

开 本 : 787 × 1092 1/16 印张 : 9.75 图、文 : 156 面

2013 年 9 月第 1 版 2013 年 9 月第 1 次印刷

印 数 : 1-3000 册

ISBN 978-7-5523-0339-1/J · 0282

定 价 : 158.00 元

读者服务热线 : (021) 64375066 印装质量热线 : (021) 64310542

反盗版热线 : (021) 64734302 (021) 64375066-241

郑重声明 : 版权所有 翻印必究

谭元元 简介

出生于中国上海市。11岁考入上海市舞蹈学校，1992年以优异的成绩毕业于上海市舞蹈学校，获“优秀毕业生”证书。在校学习期间，被评为“上海市三好学生”。在国际芭蕾舞比赛中连续4次捧杯。为中国舞坛所罕见，被国外传媒誉为“天才少女”。留校工作期间，享受国务院颁发的“政府特殊津贴”。后赴德国斯图加特约翰·克兰科（John Cranko）芭蕾舞学校进修。

谭元元是美国旧金山芭蕾舞团（美国最早成立的芭蕾舞团，美国三大芭蕾舞团之一）唯一来自中国的首席演员。她几乎演绎了所有经典芭蕾剧目的主要角色，包括芭蕾舞剧《天鹅湖》《吉赛尔》《睡美人》《胡桃夹子》《罗密欧与朱丽叶》《堂·吉珂德》《灰姑娘》《奥赛罗》《奥涅金》《小美人鱼》等，也表演过众多不同风格、不同主题的现代舞。包括《麒麟》《遥远的哭泣》《雨后》《帕格尼尼主题》《黄金时刻》以及巴兰钦、贝嘉、罗兰·佩蒂等编舞大师的作品。伦敦舞评家 Covent Garden 称她是“旧金山芭蕾舞团王冠上的一颗大宝石”；《纽约时报》舞评家 Anna Kisselgoff 称她结合了“典雅精致与大胆奔放的特质”；日本《舞蹈》杂志认为她是迄今为止将《吉赛尔》诠释得最好的演员；美国《舞蹈》杂志主编 Wendy Perron 称她：“惊讶、惊艳、梦幻、有力，又融合东西方独有的美。”

谭元元在近二十年的舞蹈演艺生涯中，穿梭于世界各地的舞台，曾赴二十多个国家和地区演出，应邀参加过波兰“华沙国际艺术节”，日本“世界芭蕾明星专场”，捷克布拉格“世界明星会演”，英国“爱丁堡戏剧节”，德国汉堡、俄罗斯莫斯科、新加坡、马来西亚吉隆坡以及中国台湾、香港等国际芭蕾明星会演。欧洲、美国、日本等专业舞蹈杂志多次把她作为封面人物，并刊发有关她艺术成就的专题报道。曾于1998年和2002年领衔主演了“谭元元舞蹈专场”和“谭元元与世界芭蕾明星精品会演专场”。1994年和2006年两次应邀参加中央电视台春节联欢晚会的表演。2003年至2011年美国公共电视台在全美国播放由谭元元领衔主演的《奥赛罗》《小美人鱼》《胡桃夹子》全剧，这三部舞剧已制作成DVD，向全球公开发行。



序一 / 11
序二 / 13
序三 / 15
序四 / 17
自序 / 20
足尖上的梦 / 29
命中注定的芭蕾缘 / 33
骑虎难下的“落后分子” / 35
在泪水与汗水中磨砺成长 / 36
西方人眼中的“天才少女” / 38
集训的艰苦 / 43
与乌兰诺娃面对面 / 45
选择的力量 / 47
不期而至的机遇 / 51
难忘《天鹅湖》 / 55
《吉赛尔》的飞跃 / 61
永恒的爱
——《罗密欧与朱丽叶》 / 71
从《奥赛罗》到白宫 / 77
行走于古典与现代之间 / 83
《鹰姬》
——与能剧大师的跨界合作 / 91
《小美人鱼》让我超越 / 95
舞台上的完美 / 103
功夫在诗外 / 111
穿越东西方的艺术使者 / 113
中日合作搭“鹊桥” / 118
艺术之路还很长…… / 121
舞台下的我 / 125
圆梦《奥涅金》 / 131
梦的延续 / 141
后记 / 147



谭元元 著

我和音乐



ISBN 978-7-5523-0339-1



定价：158.00元

et and I

我和芭蕾

谭元元 著

谭元元 简介

出生于中国上海市，11岁考入上海市舞蹈学校，1992年以优异的成绩毕业于上海市舞蹈学校，获“优秀毕业生”证书。在校学习期间，被评为“上海市三好学生”，在国际芭蕾舞比赛中连续4次捧杯，为中国舞坛所罕见，被国外传媒誉为“天才少女”。留校工作期间，享受国务院颁发的“政府特殊津贴”。后赴德国斯图加特约翰·克兰科（John Cranko）芭蕾舞学校进修。

谭元元是美国旧金山芭蕾舞团（美国最早成立的芭蕾舞团，美国三大芭蕾舞团之一）唯一来自中国的首席演员，她几乎演绎了所有经典芭蕾舞剧的主要角色，包括芭蕾舞剧《天鹅湖》《吉赛尔》《睡美人》《胡桃夹子》《罗密欧与朱丽叶》《堂·吉珂德》《灰姑娘》《奥赛罗》《奥涅金》《小美人鱼》等，也表演过众多不同风格、不同主题的现代舞，包括《麒麟》《遥远的哭泣》《雨后》《帕格尼尼主题》《黄金时刻》以及巴兰钦、贝嘉、罗兰·佩蒂等编舞大师的作品。伦敦舞评家 Covent Garden 称她是“旧金山芭蕾舞团王冠上的一颗大宝石”，《纽约时报》舞评家 Anna Kisselgoff 称她结合了“典雅精致与大胆奔放的特质”，日本《舞蹈》杂志认为她是迄今为止将《吉赛尔》诠释得最好的演员。美国《舞蹈》杂志主编 Wendy Perron 称她：“惊讶、惊艳、梦幻、有力，又融合东西方独有的美。”

谭元元在近二十年的舞蹈演艺生涯中，穿梭于世界各地的舞台，曾赴二十多个国家和地区演出，应邀参加过波兰“华沙国际艺术节”、日本“世界芭蕾明星专场”、捷克布拉格“世界明星会演”、英国“爱丁堡戏剧节”、德国汉堡、俄罗斯莫斯科、新加坡、马来西亚吉隆坡以及中国台湾、香港等国际芭蕾明星会演。欧洲、美国、日本等专业舞蹈杂志多次把她作为封面人物，并刊发有关她艺术成就的专题报道。曾于1998年和2002年领衔主演了“谭元元舞蹈专场”和“谭元元与世界芭蕾明星精品会演专场”。1994年和2006年两次应邀参加中央电视台春节联欢晚会的表演。2003年至2011年美国公共电视台在全美国播放由谭元元领衔主演的《奥赛罗》《小美人鱼》《胡桃夹子》全剧，这三部舞剧已制作成DVD，向全球公开发行。







序一 / 11

序二 / 13

序三 / 15

序四 / 17

自序 / 20

足尖上的梦 / 29

命中注定的芭蕾缘 / 33

骑虎难下的“落后分子” / 35

在泪水与汗水中磨砺成长 / 36

西方人眼中的“天才少女” / 38

集训的艰苦 / 43

与乌兰诺娃面对面 / 45

选择的力量 / 47

不期而至的机遇 / 51

难忘《天鹅湖》 / 55

《吉赛尔》的飞跃 / 61

永恒的爱

——《罗密欧与朱丽叶》 / 71

从《奥赛罗》到白宫 / 77

行走于古典与现代之间 / 83

《鹰姬》

——与能剧大师的跨界合作 / 91

《小美人鱼》让我超越 / 95

舞台上的完美 / 103

功夫在诗外 / 111

穿越东西方的艺术使者 / 113

中日合作搭“鹊桥” / 118

艺术之路还很长…… / 121

舞台下的我 / 125

圆梦《奥涅金》 / 131

梦的延续 / 141

后记 / 147



中国舞蹈家协会主席

中国国家大剧院舞蹈艺术总监

A stylized, handwritten signature in blue ink, consisting of several fluid, connected strokes.

每个与芭蕾结缘的人都不会忘记最初的“芭蕾梦”，细细品读谭元元的文字，我仿佛看到了年轻时的自己。即使离开舞台40多年，芭蕾也依然是我魂牵梦绕的爱，曾经熟悉的场景时常在梦境中反复出现：“我怎么找不到我的脚尖鞋了呢？更衣室、宿舍都找不到……我要把这段舞整个再跳一遍……”我想，这是因为芭蕾的纯粹与完美，而用痛苦造就的美才令人记忆深刻并难以割舍。

谭元元是个难得的芭蕾好苗子，自从她在法国巴黎国际芭蕾舞比赛中脱颖而出之后，我便一直关注着她的成长。这么多年来，她用努力和实力证明了自己，带给我们一个又一个惊喜，现作为美国旧金山芭蕾舞团首席演员的她，无疑是中国本土培养输送的芭蕾舞人才中最为杰出的女演员。近年来，我多次力邀谭元元参加北京国家大剧院的演出，其间我欣慰地发现，随着心智与技艺的成熟，她的表演愈发从心而出和游刃有余，彰显着国际舞者的风范。但是，更令我惊讶的是，在熟悉的舞蹈和舞台之外，她竟用文字构筑了另一个天地，一个真实的、丰富的、关于自我的心灵世界，让我们看到了她内秀、敏感而又执着的一面。

与用心地表演一样，用心地写作也会唤起灵魂深处的共鸣。她把几十年的从艺心得化为文字，讲述了与芭蕾相伴的点点滴滴。芭蕾的苦只有亲身体会才能完全懂得，尽管谭元元有着身体、灵性等方面得天独厚的优势，但是她没有因此放松对自己的要求，一直保持着艺术止于至善的精神。舞蹈是生命的缩影，谭元元的文字如同她的舞蹈般优美流畅，书中没有一味地渲染芭蕾的辛苦，而是极为有心。用心地对艺术与心灵做了深度地剖析。让我们看到，一个优秀舞者应具备的素质以及是如何成就的，这其中需要天赋、机遇、勤奋，还需要对身体、心灵敏锐的感知与艺术的塑造。

最后，希望谭元元能继续延续她的芭蕾梦，为所有热爱芭蕾的人呈现更美妙的艺术作品，也希望她延续中国芭蕾走向世界的梦，为东西方芭蕾艺术的融合做出更多的努力！

2013年8月

