

SMPH
原版引进
ORIGINAL EDITION
LICENSING



社群舞蹈指导手册

Community Dance – Jeder kann tanzen

杰克琳·卡莉 Jacalyn Carley 著
张圣希娟 译

德国亨舍尔公司提供版权
上海音乐出版社

4J1065

社群舞蹈指导手册

Community Dance-Jeder kann tanzen

杰克琳·卡莉 Jacalyn Carley 著

张圣希娟 译



德国亨舍尔公司提供版权

上海音乐出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

社群舞蹈指导手册 / 杰克琳·卡莉著; 张圣希娟译 - 上海: 上海音乐出版社, 2016.12

ISBN 978-7-5523-1163-1

I. 社… II. ①杰… ②张… III. 健身蹈 - 手册 IV. J732.1-62
中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2016) 第 196950 号

Title of the original German edition: Community Dance -
Jeder kann tanzen

© 2010 by Henschel Verlag in der Seemann Henschel
GmbH & Co. KG, Leipzig

Chinese language edition:

© 2016 by Shanghai Music Publishing House Ltd.

书 名: 社群舞蹈指导手册
著 者: 杰克琳·卡莉
译 者: 张圣希娟

出 品 人: 费维耀
责任编辑: 黄惠民 云昊泓 (助理编辑)
封面设计: 蔡 惟
印务总监: 李霄云

出版: 上海世纪出版集团 上海市福建中路 193 号 200001
上海音乐出版社 上海市绍兴路 7 号 200020

网址: www.ewen.co
www.smph.cn

发行: 上海音乐出版社

印订: 上海昌鑫龙印务有限公司

开本: 889×1194 1/32 印张: 6.25 字数: 135 千字

2016 年 12 月第 1 版 2016 年 12 月第 1 次印刷

印数: 1-2,000 册

ISBN 978-7-5523-1163-1/J·1065

定价: 30.00 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

罗伊斯顿·马尔顿的简介

罗伊斯顿·马尔顿，1943年出生于伦敦，在20岁结束其农业学的学业之后，便对舞蹈产生了兴趣。而契机则是英国皇家芭蕾舞团(Royal Ballet)的一部电影，正是这部影片唤起了他对舞蹈艺术的热情。几天之后，他便在一所芭蕾学校登记注册。在奖学金的帮助下，他以优异的成绩完成了在不同院校的学业。不仅如此，他还完成了在兰伯特芭蕾舞学校(Rambert Ballet School)和英国皇家芭蕾舞学校(Royal Ballet School)的学业。很快，他便获得了人生中的第一个奖项，并由此走向世界。罗伊斯顿·马尔顿受到阿尔文·艾利(Alvin Ailey)的邀请，来到了其建立在纽约的美国芭蕾舞剧团(American Dance School)工作。1975年，他第一次获得了舞蹈编导大奖，该奖项由法国基金会(Fondation de France)为在艺术领域做出突出贡献者所设立。之后，他先后任职于纽约的哈莱姆舞剧院(Dance Theater of Harlem)、英国苏格兰芭蕾舞团(das Schottische Nationalballett)、爱尔兰国家舞蹈团(das Irische Nationalballett)、秘鲁国家舞蹈团(Nationalballett von Peru)以及世界各地其他大大小小的芭蕾舞团和舞蹈剧团。

1980年至1983年期间，他在苏格兰法夫^①担任“社区中

① 法夫(Fife)地处苏格兰东部地区。——译者注

的舞蹈艺术家”(Dance Artist in Residence)一职。任职期间,他举办了各类舞蹈工作坊、暑期学校和舞蹈艺术节,还为年轻人和成年人开设了地区舞蹈团,并在该过程中逐步形成了其社群舞蹈的舞蹈艺术理念。

随后,马尔顿逐步在国际上拓宽其工作领域。他先后在南非曼德拉选举期间、立陶宛独立运动期间以及克罗地亚和波斯尼亚的巴尔干战争期间开设并主持社群舞蹈项目。1996年,他来到埃塞俄比亚,在那里他和100名街头流浪儿童合作开展了一次社群舞蹈项目,项目结束之后便成立了阿登纳舞蹈公司(Adugna Dance Company)。之后他又开展了一系列的社群舞蹈项目,先后与秘鲁的社会弱势儿童、北爱尔兰的天主教及新教教徒、监狱服刑人员、学习障碍人群、长期失业者、流亡儿童,以及无数中小学校和舞蹈院校的学生们开展项目。

20世纪80年代末,罗伊斯顿·马尔顿开始活跃于德国。1989至1991年期间,他于设立在柏林的德国和英国青年舞蹈项目中担任舞蹈编导和项目负责人。1990年至1997年期间,他在德国杜伊斯堡举办的欧洲青年舞蹈艺术节担任舞蹈编导工作。除此之外,他还担任法兰克福音乐与表演艺术学院(Darstellende Kunst Frankfurt am Main)的舞蹈编导客座讲师,并且多次和各类国际交响乐团以及文化组织进行合作。之后,其与250名儿童以及由西蒙·拉特尔爵士(Sir Simon Rattle)担任指挥的柏林爱乐乐团合作的《春之祭》舞蹈项目(Le Sacre du Printemps),被拍摄成了名为《舞动柏林》(Rhythm Is It)的纪录片,并在2005年获得了德国电影劳拉奖,该项目并因此为公众所知晓。

时至今日,无数的社群舞蹈项目、舞蹈工作坊以及舞蹈

讲座的邀约和请求，引领着罗伊斯顿·马尔顿，这位多次折桂、获得无数殊荣的舞蹈艺术家，活跃在世界各地不同的院校、机构和活动之中。

罗伊斯顿·马尔顿的前言

我一直被问及，我的方法论和理念能否以文字的形式记录下来？长久以来，我也一直犹豫不决，是否确定应该写一本书？毕竟，在我看来，我的方法论和理论都只是实践经验。于我而言，在“实践中学习”无疑是从事社群舞蹈领域工作的最佳方式。但是对于兴趣者来说，旁听或者实践的机会并不多，而且不是每一个社群舞蹈项目都能够给该领域的新人提供全方位的指导。

社群舞蹈领域的工作，从来都是以实践为导向，实践为主，理论为辅。我也完全没有想到，我在苏格兰担任“社区中的舞蹈艺术家”一职期间能够找到我的职业方向，这为我的人生开启了一条全新的道路。在这些年里，我总是能够亲眼目睹和亲身经历，人们在与现代舞的接触中所受到的不同程度的影响。随后，我便逐渐开始明白并且深入理解，社群舞蹈究竟意味着什么，我该如何最大限度地利用它，对个人和社会团体的生活产生积极的影响，提升自我价值观和培养社会宽容度，以及如何将来自不同文化、拥有不同信仰、生于不同年代和拥有不同能力的人凝聚到一起。这些我所认识到的理念和清晰的教育目标，均通过我多年来的实践经验总结而成。

另外一个让我犹豫是否将我的方法论和理念记录成稿的原因是：在我看来，这本书应该从旁观者的角度进行撰写，这个旁观者不仅要对我的工作有深入的理解，而且同时能够

客观地将其记录在案。当亨舍尔出版社(Henschel Verlag)来找我的时候,我恰好结束了为期一年的自传编写工作,这本自传是我和杰克琳·卡莉(Jacalyn Carley)共同合作撰写而成的,她是一位在柏林工作多年的作家和舞者。在和我讨论了无数次有关我的生活和工作,并亲自陪同和观摩我的个别社群舞蹈项目之后,杰克琳可以说是对我的背景、教育理论和方法论最为了解和熟悉的人了。

因此,我请求她能够在我的支持下帮助撰写这本书。在此,我要为杰克琳对我的理解、对于我工作的深入参与和调查研究的耐心,表达我深切的谢意。

《社群舞蹈指导手册》是一本为那些想要将他们的学识和经验传授给更多人的教育者和舞蹈编导而设的实践手册,同时,该书也能够为那些对此领域有兴趣的研究人员和新人提供指导方向。在本书的第二章——实践部分中,罗列了一些基础练习,其中有许多练习是我借鉴其他老师和舞蹈编导的练习精炼总结而成。我要感谢所有指导过我以及激励过我的舞蹈先驱们。

首先,我希望这本书能够激励那些有天赋的年轻人,或者能够点燃那些已经在舞蹈领域从业多年的舞蹈艺术工作者新的热情。其次,希望能让举办方、赞助商和政府机构代表对于社群舞蹈艺术家们的日常生活有一个很好的认识 and 了解,充分挖掘社群舞蹈项目的潜能和商业价值。

一首有名的歌是这样唱的:“重要的不是你做什么,而是你做的方式。”^① 我的想法、我的方法论只是浩瀚宇宙中的一点繁星。通过该书,我希望能或多或少地为那些活跃在社群舞蹈领域的所有艺术家们提供帮助。

① 歌词原文: It ain't what you do—it's the way that you do it.

作者的前言

社群舞蹈正在蓬勃发展。在“人皆能舞”的理念下，全欧洲的中小学校和地方机构为儿童、青年、残障人士、老年人和其他的兴趣团体开设了舞蹈工作坊，举办了各类演出。不仅仅在德国，世界各地越来越多的国家交响乐团也参与到了各种不同的社群舞蹈项目中。影片《舞动柏林》激发了观众的热情，并引起了各方对舞蹈的好奇和兴趣。

社群舞蹈的倡议产生于 20 世纪 70 年代末期的英国，在那里社群舞蹈很快就站稳了脚跟并且成为了公共生活不可或缺的一部分。在 20 世纪 80 年代，“社群舞蹈”这一名称还尚未使用，为了能够满足这一新需求，许多舞者、教师和舞蹈爱好者就致力于开设更多这样的舞蹈课程。如今，在整个英国，不仅在国家层面，在地方层面也设有社群舞蹈代表处，也有介绍社群舞蹈不同工作模式和方法论的书籍以及专业杂志供教师使用。除此之外，许多有关社群舞蹈的论题还会在更高层面上进行公开探讨。学术机构和专科院校开设相关课程、设立相关专业方向，面向那些想要在该领域进行教学工作和从业的人员。

罗伊斯顿·马尔顿是该领域的先锋。在极为困难的条件下，他在英国开始了针对不同目标群体的社群舞蹈项目，这之中有监狱服刑人员、辍学者、单亲妈妈、少数民族、残障人士以及各类人员混杂的团体。除此之外，他还在全世界负

责各种大大小小的项目，比如在秘鲁和来自贫困家庭的儿童合作项目，和来自因政治分裂而独立出来的波斯尼亚和黑塞哥维那，以及克罗地亚的艺术家合作项目，而这些只是他众多项目中的一小部分。

一段时间以来，罗伊斯顿活跃于德国和奥地利，花费大量的精力开设舞蹈工作坊和研讨会，以讨论和研究社群舞蹈项目的持续性问题。他鼓励并指导对该领域有兴趣的舞蹈艺术家，就某一特殊舞蹈项目的最佳开展模式进行座谈，建立联络网并为已经成功开展过社群舞蹈项目的组织方和项目负责人进行咨询。

我有幸能够在一年的时间中跟随罗伊斯顿观摩他的工作，不论是小型项目还是大型项目的彩排和公演，我都从中学到了很多。这本书便是根据与他的对话、录音录像和随行观察而写成的。

每个出席过罗伊斯顿所做的报告或者参加过他的项目并且从中获得乐趣的人，都为其出色的社交才能所折服。他言谈直爽，举止大方，知道何时晓之以理，何时又该动之以情，并且能够明确表述自己的所思所想。作为其自传的作者之一，在2008年我又一次亲历了罗伊斯顿是如何以出众的语言才能向我们叙述他的各种项目经历、他的理念和他的方法论。作为舞者和舞蹈编导，由于我的工作重心主要是在柏林，因此，帮助罗伊斯顿将其工作渗透进这个德国表演艺术的历史和社会发展的中心也是我不可推卸的责任。

罗伊斯顿·马尔顿的职责主要是两个方面：编舞创作和社会工作，而这两个职责通常互为依托。他为来自困难环境没有舞蹈经验的项目参与者创作、编排舞蹈动作，以使其符合最高艺术标准，这会积极增强其工作的社会效应。而即

便在恶劣的条件下他也要设法完成一部好的作品的理念和热情，也使得舞蹈艺术不再是“阳春白雪”。他经常说：“我可能不是世界上最著名的舞蹈编导，但是对于这个世界上成千上万的儿童和成年人来说，我可能是他们唯一认识的舞蹈编导。”要读懂这本书，你首先必须知道这一点。

约在20世纪70年代末，在罗伊斯顿为英国内外各种传统芭蕾舞团和现代舞小型工作坊进行舞蹈演出十年之后，他离开了职业舞蹈世界。以需要一段真空期为由，他搬到了苏格兰的小村庄奥赫特马赫蒂(Auchtermuchty)，并在那里意外地确立了他的人生任务。20世纪80年代，他不仅为该地的当地居民开设舞蹈课程，为了将社群舞蹈介绍给更多的人，他也尝试各种新的可能性，同时又不削弱其表现形式的艺术特点。就在他的许多同僚开始从事管理和行政方面的工作时，罗伊斯顿(其实他已经可以享受退休的清闲生活了)却决定要开始艺术家的流浪生活，去探索未知的舞蹈领域，而不是他之前就相当熟悉的舞蹈领域。

20世纪八九十年代，德国和奥地利已有个别的艺术家活跃在社群舞蹈领域，但是他们的工作并没有受到进一步的关注，直到影片《舞动柏林》的理念受到了政治领域的关注。从那一刻起，社群舞蹈便引起一股潮流，其理念也得到了越来越多的认同，不仅给儿童和教育者留下了深刻的印象，而且还促使思想前卫的艺术家去思考，相比那些在高端艺术圈外的工作，他们有哪些优势。虽然，社群舞蹈的潜力被越来越多地挖掘，但是对于社群舞蹈的政治或者资金方面的支持仍然少之又少。除此之外，一种意识仍然未受到普遍认可，即稳固的基础是社群舞蹈项目持续性不可或缺的一部分。

然而，随着对社群舞蹈需求的提升，问题也随之产生。

如果你现在满怀热情并充满期待地着手策划一次社群舞蹈项目，是否有足够数量且具备相关经验的舞蹈编导与你进行合作？政治领域是否有足够的远见来长期支持你的项目，而不是只图短期的政治效应？这个项目是否能够在吸引到大量的资助资金和赞誉的同时，而不违背项目设立初期的预期和目标？

自几年前影片《舞动柏林》在影院上映，罗伊斯顿·马尔顿迁居柏林之后，社群舞蹈项目的潮流以令人惊异的程度席卷德国。无论是政治家还是教育者，无论是私募基金还是国家交响乐团，各个方面都表现出了对社群舞蹈强烈的兴趣，使得罗伊斯顿无法一一满足这些不计其数的邀约和请求。为了培养社群舞蹈项目领域的新生代力量，罗伊斯顿为有兴趣者们提供了大量的机会。本书除了帮助项目组负责人、社会教育者和教师减轻在该领域中跨出第一步的顾虑和负担，同样也适合于那些想要寻找新方向并开拓自身眼界的专业舞者。

罗伊斯顿一再强调，他在社群舞蹈领域的方法论虽然极有成效，但绝不是也不该是社群舞蹈领域的唯一工作形式。不仅在理论方面，在实践方面，还有许多其他成功的理念和方法论值得参考和借鉴。这本书旨在给有经验的舞蹈编导提供在该领域工作的指导和借鉴，给想要进入社群舞蹈领域的所有人提供建议和帮助，以及帮助那些已经活跃在社群舞蹈领域的艺术家们多一些参考，以促进其工作进一步的开展。这可能也就符合了罗伊斯顿的愿景，夯实社群舞蹈持续性的基础，以最佳方式进一步发展社群舞蹈。

杰克琳·卡莉

2010年1月于柏林

目 录

罗伊斯顿·马尔顿的简介 / 1

罗伊斯顿·马尔顿的前言 / 1

作者的前言 / 1

第一章 准备工作..... 1

一、何谓社群舞蹈? / 1

二、我是否能胜任社群舞蹈项目? / 9

三、如何开启一次社群舞蹈项目? / 17

四、在社区的中心舞蹈 / 23

第二章 具体实践..... 33

一、纪律 / 33

(一)前摄纪律 / 41

(二)应对扰乱行为 / 45

(三)贯彻纪律的手段 / 57

(四)和教师或者其他相关责任人易引起的摩擦
点 / 65

二、实践中的凝神练习 / 69

三、舞蹈工作坊中的即兴编舞练习——破冰和热身
训练 / 94

四、针对大型团体以演出为目的的即兴发挥练习 / 112

五、技能与挑战 / 129

六、登台演出 / 133

(一) 给初涉编舞者的一些建议 / 136

(二) 针对大型团体的建议 / 143

(三) 演出服装 / 145

(四) 照明 / 146

(五) 宣传和新闻发布会 / 147

第三章 后续思考..... 149

一、持久性：我究竟何去何从？ / 149

二、持续性：举例、建议、期望值 / 158

(一) 赢得观众 / 158

(二) 舞蹈节 / 163

(三) “社区中的舞蹈艺术家”：社群舞蹈领域的
相关固定岗位 / 165

(四) 指导 / 167

(五) 资助有志向的儿童和团体 / 168

(六) 资金支持 / 170

第四章 附录..... 175

附录一 社群舞蹈项目要求自检清单 / 175

附录二 支持社群舞蹈 / 在中小学中设立舞蹈课程
的几个论点 / 176

附录三 网络链接和参考文献 / 178

(一) 网络连接 / 178

(二) 参考文献 / 180

作者简介 / 184

第一章 准备工作

一、何谓社群舞蹈？

“社群舞蹈”(Community Dance)这一概念曾以多种形式从各种角度被不同的人定义过。该名称起源于20世纪70年代的英国，在那里社群舞蹈携其理念在舞蹈界开拓出了一条新道路。发展至今，先后也有不少在该领域活跃的舞蹈工作者们发表过他们对这一舞蹈形式的见解，其中就有本书的口述者——罗伊斯顿·马尔顿(Royston Maldoom)以及他的工作团队。在他的理念中，社群舞蹈倡导“人皆能舞”(Dance for Everyone)。^①

回顾社群舞蹈发展史，我们能发现，社群舞蹈的最大特点就是随着其参与人群特质的不同，其性质也会发生改变。比如，社群舞蹈最初的目标参与人群是那些不以舞蹈为生的群体。社群舞蹈的另一个特点就是项目具有公益性。大部分

① 罗伊斯顿和我商讨后决定，不将“Community Dance”从英语翻译成德语。虽然在德语中有一些诸如“集体舞”(Gemeinschaftstanz)或者“团体舞”(Tanz in der Gemeinde)等可行的翻译，但是这些翻译都缺少“为了所有人”(für alle)这一含义，而且Community Dance在当时已经是一个固定的专业概念，就像芭蕾舞、爵士舞一样。迄今为止在说德语的国家或地区中，对这一领域的研究和努力只是局限于校园之中，因此在德语中也许可以称之为“校园舞”(Tanz in Schulen)。但这还是没有将Community Dance这一概念的本质完全表达出来。

的项目面向那些在社会中被忽视或被孤立的群体，他们有的是居住在乡村地区的村民，往往少有人问津，或是城市中的社会弱势群体，因为某些事件偶尔会成为媒体大众关注的焦点。然而随着社群舞蹈的不断发展，其成员构成也变得愈发灵活。比如，有些项目的参与者是问题青年、单身母亲、盲童或者银行职员，也有一些甚至是上述人群的混合体。如今越来越多的项目由舞蹈院校学生及热情的专业舞者与业余人员组成并同台共舞。尽管“社群舞蹈”和“为了所有人而舞蹈”这两个概念具特定的社会性，但并不是所有的项目都要以支持和帮助弱势或被孤立群体为导向。从近几年的发展来看，这两个概念恰恰是想传达这样一种理念：让任何一个“社群”中的成员都能够有接触舞蹈并亲身体会的机会。这个“社群”可以是一个城区、一个乡村地区或者是一个社会文化小组。

在德国，罗伊斯顿的“为了所有人而舞蹈”这一概念常常会被错误地与“外行舞蹈”(Laientanz)相提并论。虽然在一个社群舞蹈项目中，参与者往往都是第一次接触舞蹈，但是“外行”这个词总是不可避免地会引起表意上的缺失，特别是其艺术内涵。如果将“社群舞蹈”翻译成“外行舞蹈”，那么人们就会在“通俗艺术”与“高雅艺术”之间臆想出一道不可逾越的鸿沟。他们理所当然地就会进一步认为，如果要求项目中那些缺乏经验的舞者们呈现出与国家芭蕾舞团相当水平的演出，那么这是相当过分而且无理的。事实上，社群舞蹈的最终目标不仅仅是希望在“高雅艺术”和“通俗艺术”之间建立一座桥梁，更是希望通过项目的实施能够消除“专业舞者”和“门外汉”的界限，以打破人们长久以来的陈旧思想和偏见，即“门外汉”永远无法从事“专业舞者”的工作。

总之，社群舞蹈项目的理念就是：融合所有舞者的激情与能量。显然，这其中也包括那些对这个项目感兴趣的专业舞者，他们往往都是那些曾经因为“外行舞蹈”这一名称而对此项目“敬而远之”的专业人士。

社群舞蹈不仅仅在受众对象上没有固定的界限，在“地理”范畴上亦是如此。社群舞蹈项目的团队可以是在乡村、小镇或城市中，也可以是在各种各样不同的环境氛围中，还可以是在某个机构中的一块场地上，而又不需要借用该机构的任何设施。某些项目会有一块大型的专属场地，相反，其他的一些项目则从参与者出发，即参与者从哪儿来，团队就到哪儿去，比如某一个居住区。每个对社群舞蹈感兴趣的或者已经投身于这个项目中的人、团体和组织，都会结合自身特点为项目设定相应的规则和目标，但不会和社群舞蹈的理念大相径庭。那些到目前为止只了解《舞动柏林》(Rhythm Is It)^①这部纪录片的人，可能会错误地以为社群舞蹈只是面向大型团体的，其实不然，通常还恰恰相反。罗伊斯顿的社群舞蹈项目就是从小型团队开始的。在苏格兰邓迪市的一个艺术中心，罗伊斯顿以非官方名义开设了一个针对成人教育的舞蹈课程，当时学员只有五人。自此，罗伊斯顿便频繁地组建小型团队开展项目。

通常，社群舞蹈项目同时包含有不同种族的人，或者一

① 《舞动柏林》是一部曾多次在德国各影展获奖的纪录片，由托马斯·格鲁比(Thomas Grube)和恩里克·桑切斯·兰奇(Enrique Sánchez Lansch)执导，于2004年9月16日上映。该片记录了舞蹈编导罗伊斯顿·马尔顿与250名来自不同国家的儿童和青少年在柏林爱乐乐团的伴奏下，如何将俄罗斯作曲家斯特拉文斯基的名作《春之祭》从无到有搬上舞台的全过程。——译者注