

舞蹈表演与创作的综合研究

田 卉 马威威 · 著



 中国书籍出版社
CHINA BOOK PUBLISHING HOUSE



田卉，1974年生于山东淄博，硕士学位，中国民族民间舞高级教师。现任淄博师范高等专科学校艺术教育系舞蹈教师，淄博市舞蹈家协会副主席。从教二十余载，潜心研究舞蹈教学，培养了大批优秀的舞蹈专业人才，多次荣获“双师型教师”“教学能手”“优秀教师”“艺术教育先进个人”等荣誉称号。有《学校艺术教育必须转轨》《民间舞教学中智力技能的培养》等多篇论文发表，所编排的舞蹈在各级比赛中获奖，自主完成多项课题。人一生最幸运的就是选择了自己喜欢做的事，舞蹈就是我毕生热爱的事业，吾将上下而求索。

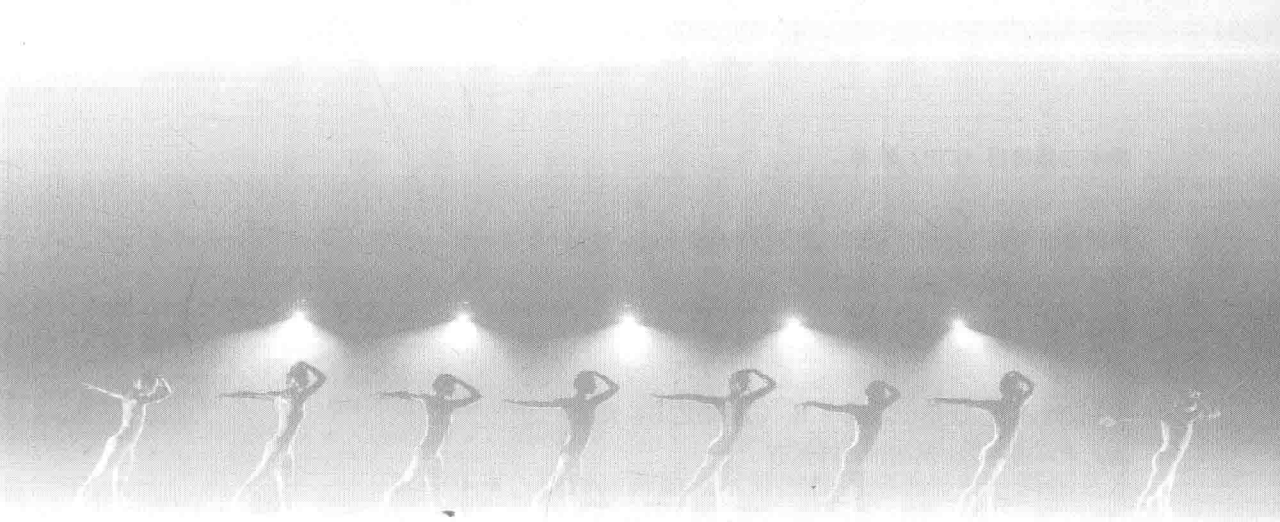


马威威，1980年3月出生黑龙江省齐齐哈尔市。毕业于中国人民解放军艺术学院，原广州军区战士和舞蹈演员，国家二级演员。现为广东外语外贸大学艺术学院艺术管理与舞蹈系副教授，主要研究方向为舞蹈表演与教学。曾出版著作《中国舞蹈艺术研究》；发表论文《“以人为本”的舞蹈教学应防止“四种倾向”》等。

ISBN 978-7-5068-6239-4



定价：38.00元



舞蹈表演
与创作的综合研究

田 卉 马威威 著

 中国书籍出版社
China Book Press

图书在版编目(CIP)数据

舞蹈表演与创作的综合研究 / 田卉, 马威威著. —

北京: 中国书籍出版社, 2017.7

ISBN 978-7-5068-6239-4

I. ①舞… II. ①田… ②马… III. ①舞蹈艺术—表演艺术—研究②舞蹈创作—研究 IV. ①J7

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2017) 第 144858 号

舞蹈表演与创作的综合研究

田卉 马威威 著

责任编辑	许艳辉
责任印制	孙马飞 马芝
封面设计	领航文化
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) 52257140 (发行部)
电子邮箱	eo@chinabp.com.cn
经 销	全国新华书店
印 刷	北京厚诚则铭印刷科技有限公司
开 本	787 毫米 × 1092 毫米 1/16
字 数	210 千字
印 张	12.75
版 次	2017 年 7 月第 1 版 2017 年 7 月第 1 次印刷
书 号	ISBN 978-7-5068-6239-4
定 价	38.00 元

版权所有 翻印必究

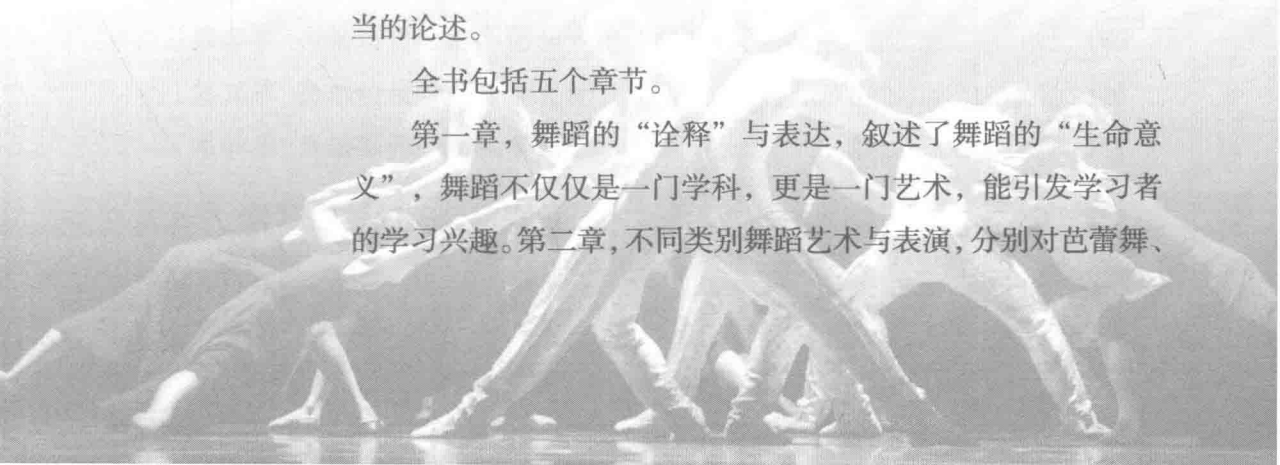
前 言

近些年来，随着对舞蹈艺术开发性研究的呼吁，舞蹈艺术尤其舞蹈与其他艺术的合作正逐渐为新生代们所青睐。广大舞蹈艺术的研究者和工作者着重于对中国文学、美术等艺术自身发展规律的探索，阐述着这一美妙的艺术文化为人们生活所带来的深远影响与巨大贡献。舞蹈是一门十分重要的人文学科，舞蹈也是可以贯穿人的一生的，并且能够长期使人们在精神、身体两方面保持良好状态的训练项目，它并不因人在生长发育过程中出现的某些生理、心理的变化而改变其价值，这种价值直接体现在外在的行为方式上。从某些人的表现行为来看，有过舞蹈训练的人，在对外界的反应能力、为人处世能力、情感表达能力等方面明显比没有经过舞蹈训练的人要强。这些能力会影响到他们对事物的兴趣，对人生的态度等方面。

为了帮助广大舞蹈艺术爱好者和学习者在学习的过程中能够更加科学、有效地了解舞蹈艺术的各种研究方向和课题，作者以舞蹈艺术为对象，在广泛研究大量相关资料的基础上，结合自身的实践经验和研究成果，撰写了《舞蹈表演与创作的综合研究》一书。本书以人类的各种舞蹈行为为研究对象，分析了舞蹈的概念、特征、形态以及表现形式等，并对舞蹈的类别做了具体比较，还对各类舞蹈创作的技法技巧等进行了详略得当的论述。

全书包括五个章节。

第一章，舞蹈的“诠释”与表达，叙述了舞蹈的“生命意义”，舞蹈不仅仅是一门学科，更是一门艺术，能引发学习者的学习兴趣。第二章，不同类别舞蹈艺术与表演，分别对芭蕾舞、



现代舞蹈与中国古典舞的动作与练习技巧进行了阐述分析。第三章，舞蹈表演与其他艺术的合作，论述了舞蹈与文学、舞蹈与美术以及舞蹈与音乐相互合作所带来的“新”的艺术。第四章，舞蹈动作与舞蹈创作的动机研究，研究了舞蹈动作与创作的动机。第五章，舞蹈创作的实践研究，论述了独舞、双人舞等的创编技巧。

本书例证贴切，通俗易懂。知识点论证详细深入，并力求结合具体的图像资料或作品实例来说明，以使研究有据可查、有例可行。本书中所论述的理论知识与图例相辅相成、相得益彰，值得学习者认真观摩与体会。

本书在写作过程中，虽然在理论性和综合性方面下了很大的功夫。但由于时间紧迫，在专业性与可操作性上还存在着较多不足。对此，希望各位专家学者和广大读者能够予以谅解，并提出宝贵意见。

田 卉 马威威
2017年5月5日

目 录

第一章 舞蹈表演与创作的前提——“舞蹈”的诠释与表达.....	001
第一节 舞蹈的生命意义.....	001
第二节 舞蹈的动态意向与动律研究.....	003
第二章 不同类别舞蹈艺术与表演.....	012
第一节 芭蕾舞艺术与表演.....	012
第二节 现代舞艺术与表演.....	028
第三节 中国古典舞艺术与表演.....	044
第四节 中国民间舞蹈艺术与表演.....	059
第三章 舞蹈表演与其他艺术的合作.....	068
第一节 舞蹈表演与文学.....	068
第二节 舞蹈表演与音乐.....	073
第三节 舞蹈表演与舞台美术.....	124
第四章 舞蹈动作与舞蹈创作的动机研究.....	132
第一节 舞蹈动作的观念与“意味”.....	132
第二节 舞蹈动作的内外化和多义性研究.....	140
第三节 舞蹈的核心动作与表现.....	146
第四节 舞蹈创作的动机研究.....	151
第五章 舞蹈创作的实践研究与艺术赏析.....	157

第一节 单人舞的创作实践与赏析	157
第二节 双人舞的创作实践与赏析	166
第三节 三人舞的创作实践与赏析	179
第四节 群舞与即兴舞的创作实践	187
参考文献	199

第一章

舞蹈表演与创作的前提—— “舞蹈”的诠释与表达

第一节 舞蹈的生命意义

一、创作与欣赏在思维中“遭遇”舞蹈

舞蹈是什么？我们能否在任何时间、空间中“遭遇”舞蹈？答案似乎是在那些被表现的东西中。作为舞蹈存在的根据，被表现的东西聚集在它依存的舞蹈中，并且获得集中化、系统化、节律化的处理，因而才有了在思维中“遭遇”舞蹈。舞蹈是无声的，但这并不等同于寂静。观众在观赏的过程中思索，并由舞蹈的动作与结构召唤其进入艺术情景的状态。在观众看来，思维是本该存在的，正是在观者的思维中，舞蹈的无声才能显示出它的美妙，观者每一刻的思索，都是这种美妙的召唤。

人们正是在无声的、美妙的氛围中，思考舞蹈的意义和欣赏舞蹈的美妙。这样，舞者内心与观者内心的东西便成为惺惺相惜的同源体，而舞者与观者就在这同源体的涌动中达成思维的默契。

二、舞蹈思维是对生命的宣言

舞蹈存在的前提是生命的表现，而舞蹈的构成类型：抒情与叙事也是表现。由此我们便更清楚地认识到舞蹈存在的本质特征。舞蹈要抒发浓烈的感情，要刻画独特的性格，要诉说矛盾的起伏，而有的彰显在外，有的暗含其中。但不管是彰显还是暗含，它们都在舞蹈的生命表现中一并给出。



舞蹈在本质上就是生命的吸收与释放的过程。在这生命的吐故纳新中，我们也许并不能完全根据舞蹈动作的含义来正确理解某一舞蹈的思想。但即使这样，舞蹈仍然以自己的姿态无声地清纯着、美妙着，悄悄地弥散在我们的生命中。这，就是舞性思维对生命的宣言。

三、身体的节奏和律动让我们感受到生命的真实

当我们把舞蹈看作是某种思想的载体，或者把舞蹈看成是动作本身多样性的统一，抑或者把舞蹈看成是情感世界赋予的某种有意味的形式，这样的舞蹈思维模式也就产生了。为此我们不仅用它来思考动作、情感和作品，而且也用它来评判所有舞蹈世界存在的现象和经验。所以，全身心地去感受舞蹈，并最大可能地把握动作世界，这正是规定着某种舞蹈的思维模式。

可以说，人体是大自然塑造的第一件最美的工具，而舞蹈是这个工具创造出来的最美丽的产品。早期人类用情绪操纵着舞蹈，以舞蹈彰显着情绪，感受对生的狂热和对死的恐惧。从《黄土黄》尽情挥舞的动作中，我们看到了先民们繁衍生息的狂欢；在《黄河》奔流不息的情感里，我们看到了先驱们坚忍不拔的气概。

一个人唯有通过舞蹈的熏陶和磨炼，才能称之为完美。完成每一个动作对于我们来说可能是一种痛苦，但是，每一次舞蹈的完成对于我们却又是一种自由的超越。这是舞蹈的本质，同时也是生命的本质。

四、动作的现实转化是舞性思维的必然选择

舞蹈在生命中的地位，就是今天一切有关舞性的哲学命题汇合的中心；舞蹈在生命中的真正意义仍然是令不同层次的舞蹈人和观众感到困惑的问题。理解了舞蹈，就能理解它在生命中的地位和意义，但这并不是轻而易举就能做到的。

如果把我们的尊崇的生命和舞蹈，巧妙融合在一起，构成一个相互联络的活的生命体，那么，我们就会得到一个全新的世界。同时完成了认识舞蹈的第一步。

舞蹈自身包含有相当自娱自乐成分的艺术形式，体现着某些明显的生命个性，它把个体的动作体验融进生命当中成为人生的补充，并在自然、社会、宇宙时空和人的精神世界里进行统一、复合，而成就了一系列思维活动。

尽管这样，这种自娱性的活动并未将舞蹈的生命本质完全包含，它在把舞蹈行为从某种低俗的娱乐变成具有真正意义的创造性的思维活动中，完成了将

那些简单的、机械的动作变成某种具有潜在生命现实的创造历程。

为此，在了解舞蹈这门艺术对现实的作用的同时，我们需要先了解那些由人体运动创造的使思维变为某种现实的元素——动作，以及将这些元素组织成为一个统一的艺术品的结构思想。当然，更重要的是探究能够驾驭这些动作和结构的创作者的潜在的思维创造力。据此，我们可以说，舞蹈凭借某种元素和依据向现实转化是舞性思维的必然选择。

第二节 舞蹈的动态意向与动律研究

一、舞蹈的动态意向

（一）舞蹈感觉产生于对动作的体验

把舞蹈理解成一种静态的事实，哪怕是瞬间的一成不变，都是极为有害的。没有变化就没有舞蹈，没有在动态中的延续也就没有舞蹈生命的诞生。但是，我们仍然还没有将思维的含义完全弄明白。

所有舞蹈的感觉都是以我们自己的身体作为依据的个人经验感受的结果。所以，如果要理解舞蹈与表现内容的关系，就必须考察研究我们个人的舞蹈体验与我们身体之间的依存关系。

感觉的存在在于动作经验中自我设定的某种感觉。有了对自我的设定，思维就有了目标，自然而然就产生了自我超越的意识，这是相当重要的。

（二）动作与思维的融会形成“动作流”

动作是什么？舞蹈全部的知识便是在对动作亲身经历的过程中获得的，而舞蹈思维的全部来源也是那些经过我们体验的舞蹈表象世界。我们在没有体验之前只能回答：动作什么也不是，它不存在，因为那时我们还没有对动作的基本认识，也不可能对动作的思维和意识。只有当我们体验了动作，并对动作有了意识，我们才会知道关于动作的一切概念。

人的动作与思维应当融会在一起形成优美的“动作流”，这绝不是两个概念简单的相加，而是纯粹自我动作经验的统一。这种自我，应当不受他人意志



的支配，只通过个人单纯的思维规定而获得。在舞者看来，不管身体动作与思维的矛盾有多大，这种美轮美奂的动作流都是他们思维与实践追求的最高目标，在这或许永远达不到的目标追求中，舞者由于动作的体验而获得了思维无限的自由。

舞蹈创作思维是创作者摒弃了日常心理琐碎、烦躁的干扰，用心灵去体验无边无际、无始无终大千世界的美，从而获得艺术真谛的过程，对初涉创作领域的人来说，它是为培养创作者专注于某一创作理念，创造新的艺术形象的宣言。它借助主动的心理控制过程，由从事某一特定注意力的系统来影响心理活动，培养出艺术家特殊的创作心理品质，如敏感、好奇、冥想、专注、感悟、无拘无束等等，其目的是追求最佳的创作状态和艺术境界。在这一过程中，舞蹈创作思维停止了意识对艺术幻象以外的一切活动，从而达到“忘我之境”的心灵自律状态，是为了作品思想、故事情节、人物形象、艺术情感等内在要素和艺术超越所完成的熔炼，它反映出外部的身体行为和内在的精神追求两个方面的变化。

（三）选择动作去适合性格、价值和情境

拉班的动作分析研究，应用范围虽然涉及劳动、医疗、娱乐、教育诸方面，但很重要的一个方面，是分析动作的表现性及其符号的象征性寓意。

1. 动作符号的象征性寓意

拉班在《舞台动作探究》中，研究了“动作符号的象征性寓意”。

当动作时，一种从人体中心向外流出；另一种从围绕人体的外围空间向内流到人体中心，进而影响人体的态度。包含在这之内的动作还有“收获式”（Scooping）和“撒种式”（Scattering）。“收获式”比“撒种式”动作更富于延伸性，也更富于直接性。在“收获式”动作之前有一个向外的曲线动作，类似“撒种式”，但这个动作比接踵而来的“收获式”动作力量小些，因为后者是活动的主要目的……芭蕾传统里保留着大量可以认为是象征性动作的基本动作形式。比如“arabesque”和“attitude”两个姿态。

假定我们洞察这些动作含义的源泉，会发现其含义不在最后的体态而在引入这一体态的动作过程。在原始舞蹈和幼儿舞蹈中，这分别属于“收获式”和“撒种式”动作。“获得”和“撒去”，属于原始冲动，这种目的性，没有比在芭蕾的“arabesque”和“attitude”中更清晰可见了……显然在芭蕾里，不残留表现“获

得”和“撒去”的原始意味，二者都纯化到一种内心满足状态的柔和图像……假定我们分析“获得”和“撒去”两个力效形式，会发现“attitude”比“arabesque”对空间的填充更完满。“attitude”显示所有向度的一种关系性（高、低、左、右、前、后），宛如全部空间进入一个复杂的多方位向度……“attitude”是不可能进一步发展的最后体态。“arabesque”则有十分异趣的性质，它不填充空间，但从身体中心向一定方位放射。它不像“attitude”那样自我容纳，而努力倾向于外在世界的某些点；它不属于最后性质，而要求一种连续性动作到清晰指引的方位。“arabesque”以进攻性的离心力，对比着“attitude”限制性的向心力。^①

2. 任何动作都具有“表现性”

动作符号的象征性寓意，任何动作都具有其要表达的意义即“表现性”。拉班认为，要具备这种能力，“应特别注意动作里包含的力效，要明确地表演它们，并确定地采用适合它们的节奏速度”。他说，把动作要素安排成片段时，节奏就形成了。我们能辨别的有三种节奏即空间节奏、时间节奏和重力节奏。在实际生活里，这三种节奏形式经常联合出现，但其中有一种成为动作的“前景”。空间节奏由各个方向的联系运用创造出来，结果形成空间形式和状貌。人对于时间的态度特点明显：一方面用突然和快速的动作向时间冲击；另一方面用缓慢的动作沉溺于时间。由于人体动作产生节奏的特点在于打碎连续而流畅的动作，使得动作的各个部分有一定时距：有的快、有的慢、有的时距相等、有的又不相等。在后一种情况下，动作的某些部分相对快些，同时其他部分相对慢些……在规则和不规则两个极端对比节奏之间，存在许多层次。在某种程度上，舞者的腿和脚偏爱整齐音节的功能，但脚、臂和手应该有表现自由节奏的运动……在舞蹈里，动作的节奏主要由舞步表达出来。古典芭蕾就是如此，它运用舞步和典型的舞步组合表达节奏……希腊人讲究节奏一定的寓意，大多由一种情绪性的情调表达。对它们说来，“短长”形式给予一种男性能力的印象，相反，“长短”形式被认为是一种女性的表现。一长两短的时距，有庄重和严肃的感觉；两短一长则表示中速的简单行进。激动唤起的恐惧心情用一长一短又一长的时距表达，两长两短提示剧烈的骚扰或提示深沉的抑郁，含有两短两长的节奏提示沉醉、神思恍惚和消极悲观。^②

①[匈]鲁道夫·冯·拉班：《动作符号的象征性寓意》，《舞蹈艺术》，总32期。

②[匈]鲁道夫·冯·拉班：《动作符号的象征性寓意》，《舞蹈艺术》，总32期。

3. 动作训练的目的在于使动作成为“有意味的形式”

拉班认为,训练动作的“表现性”,应当为受训者提出一定的“情境”,这些情境主要有:(1)情绪人物的情境;(2)非寻常境遇的情境;(3)包含实际活动的情境;(4)哑剧对话;(5)涉及动作和服装的情境;(6)动作时尚的其他源泉。拉班指出,动作方位,向前和向后,可能有许多含义。“高平面舞者”的直立姿态经常有一种严正表情;加上头和鼻在空中微向后斜点缀,可能假定是一种傲慢表情。“低平面舞者”前倾姿态可能变做侵略冒犯或卑躬屈节。人体左右对称能用于表现羞怯和恐惧(关闭动作)以及骄傲和镇定(敞开动作)。这类手足空间位置的不同混合,容许有一种动作表现的丰富尺度。还有动作所经途径的表现性……舞者或采取一个主要方向的直线,或采取几个方向变化的曲线,曲线亦可打破成折角线。对称位置及其动作途径比不对称位置和途径易于理解;对称动作比不对称动作的感情色彩更淡。对称隐匿人的情感,不对称则揭露人的情感……表现宗教或典礼尊严的动作,多半用对称形式表演;感情充沛而导致内心态度不平衡时的情绪投射,更适宜不对称动作去表达。不对称动作宜于减退到不平衡的夸张或一种混乱的冲突,因此不易熟练控制;对称动作则对动作表现提供了一个稳固的基础……可以说,几十年来发现的各式各样的动作训练方法有一个基本目的,这就是精通不平衡的人体以进入不对称动作,通过动作的寓意而成为“有意味的形式”……舞者在训练时,须明确这样几点:(1)走进不同空间方向的动作含义;(2)当向上伸展或向下弯曲时的欢快或愤怒表情;(3)人物性格是否分别属于高位、中位或低位的舞者;(4)开位或闭位旋转;(5)对称或不对称动作;(6)地板式样的性质;(7)手臂和腿脚的外貌。^①

整体来说,拉班的动作分析理论对于舞蹈理论的发展建设做了很大的贡献,它为这门理论成为一门科学奠定了基础。从“力效”出发来研究动作的“表现性”,就不会让人觉得“表现性”不可捉摸、不可理喻。这对于我们分析舞蹈作品和从事舞蹈教育都将是卓有成效的。

二、舞蹈的动律研究

舞蹈是以人体动作为物质媒体的艺术,而对人体动作的科学分析,始于匈

^①[匈]鲁道夫·冯·拉班:《动作符号的象征性寓意》,《舞蹈艺术》,总32期。

牙利人鲁道夫·拉班(Rudolf Laban)的动作理论——人体动律学,拉班由于对舞蹈动作分析的杰出成就而被称为“现代舞蹈理论之父”。可以说,拉班动作理论的核心,是理解通过动作显示的“身一心”关系。但拉班不只限于理解动作,而是通过其来改造人类社会,使之与自然协调一致。

(一) “功效”赋予动作活动的含义和表现性

拉班的动作分析理论,属人体动律学的研究范畴。在他之前,19世纪中叶法国德尔沙特的“表情体系”、20世纪初瑞士达尔克罗兹的“节奏运动训练”,都为人体动律学的研究做了铺垫。拉班动作分析理论的出现,使舞蹈学的研究出现了类似绘画色彩学的“动作基本元素”和类似音乐和声学的“空间协调律”;使得人们在描述人体动作时,从时间、空间和肌肉能量等要素出发,形成了比较统一的观点。

1. “力效”是导致动作发生的内在冲动

“力效”(effort)是拉班“人体动律学”的一个重要概念(也有人认为应译为“动质”)。拉班认为,人体动作不只是有其外部空间形态,而且有其内在含义。这种内在含义是导致动作发生的内在冲动,也即“力效”。“力效”赋予动作活动的含义和表现性,并进一步综合成动作的力度变化和节奏现象。拉班认为,每一“力效”都由重力(weight)、空间(space)、时间(time)和流畅度(fleuncy)等四方面因素构成,这些因素称为“力效要素”。所谓“重力”,是指由于地心引力的作用而产生的动作的轻、重质感;所谓“空间”,指的是人体动作的空间轨迹,或直接或曲延;“时间”指的是人体动作所占时值,有快、慢之分;“流畅度”指的是人体动作过程中的劲力,是控制还是放纵。在重力、空间、时间和流畅度中任取一种质感,组合在一起便成了一种基本力效动作。一共能组合成八种不同的基本力效动作,称为动作的八大元素。所谓“动作基本元素”指的就是这“八大元素”。

动作“八大元素”指的是冲击(thrusting)、抽打(slash-ing)、压动(pressing)、扭绞(wring)、点打(dabbing)、弹动(flicking)、滑动(gliding)和浮动(floating)。这“八大元素”的形成是基于“力效要素”综合构成的不同。例如:“重力”的重、“时间”的快、“空间”的直接和“流畅度”的控制构成了“冲击”;“抽打”是重、快、曲延和放纵;“压动”是重、慢、直接和控制;“扭绞”是重、慢、曲延和放纵;“点

打”是轻、快、直接和控制；“弹动”是轻、快、曲延和放纵；“滑动”是轻、慢、直接和控制；“浮动”是轻、慢、曲延和放纵。组成“动作元素”的四方面“力效要素”，“流畅度”相对次要些。各“动作元素”之间的关系，主要看其在重力、空间和时间三方面的异同。如果两个动作元素，只需改变一个方面的“力效要素”便可同一，则二者为“原色亲近的力效”。比如“点打”与“冲击”，“点打”与“弹动”，“点打”与“滑动”的关系就是如此。“冲击”改变重力、“弹动”改变时间、“滑动”改变空间后，就与“点打”同一了。如果两个动作元素为实现统一需改变两个方面的“力效要素”，则二者为“补色亲近的力效”。“点打”与“浮动”，“点打”与“压动”的关系就是如此。为实现两个动作元素的统一需改变“力效要素”的三个方面，则二者间的关系为“对比力效”，如“点打”和“扭绞”的关系就是如此。

2. “力效”训练对于人格发展具有重要意义

“力效”训练对于人格发展的重要程度体现在，“力效”训练可以调动运动因素协调的人体感觉。“力效要素”与人格往往有一定的对应关系：“重力”主要显示人格在身体方面的品质，“时间”则显示出人格的直觉方面，“空间”与人格的智慧相关，而“流畅度”则显示出人格中的情绪。关于“力效”，英国的拉班研究专家蓓蒂·雷仑德菲指出：“力效”一词表示动作的内在源泉。它在力效要素之间是变动不居的：这一个同另一个组合，这一组合过渡到另一组合，区别出每个人动作行为的特点……表演某些力效要素和外貌结构形成的动作片段能产生相应的情调和感觉：动作不仅包含一种身体特点的改变，亦包含内心和情绪的改变。当一个人警觉于人体态度和动作的各种质感和形式的变化，便可遵照特殊要求去有意识地选择并运用它们……研究力效、研究空间途径和式样、研究人体或部分人体的特殊运用对于人物塑造和情调描画非常重要：一个一本正经的老太太，有一具直立的、钢针式的体态；而一个骄傲自大或顽固不化的人，则通常两腿叉开，两肘侧向；一个滑稽小丑，会前仰后扑地欢笑，有圆球似的体态，两膝不断向外内转动；一位吝啬鬼可能采取螺旋向上、花结状的体态，纵情于摇头、扭手、耸肩……同理，可以留心地面上的运动轨迹。目标明确的行进呈现为一条直线；“之”字形路径体现的是在两个目标选择中的犹豫……关于力效的知识能给予地区性民族舞蹈和交际舞蹈一种较深的洞察力。特殊历史阶段和文化的舞蹈风格变化，从要求力效平衡的观点，对这类变

化的原因做某些理解。原始民族部落舞蹈或者民族民间舞蹈是根据该社会的特点，通过重复这类力效结构创造出来的。这些舞蹈显示了各社会集团生活在一定环境里培养出来的力效范围。东方人那种缓慢、梦幻的舞蹈，西班牙人那种骄傲而凶猛的舞蹈，南意大利人那种神经质舞蹈，盎格鲁-撒克逊人（英国）那种节制性的环舞等都属于在长期历史阶段里选择并培养的力效表现的例证。直到它们变得足以表现某特殊社会集团的内心状态之后才形成了各种风格。^①

（二）“球体空间”的定位方式与排列秩序

在拉班看来，所谓“球体空间”即不论是人体处于动静时，被空间所围绕时，形成“动作球体”。正是以球体分析的空间概念为出发点，拉班提出了“空间协调律”的理论构想。

1. 以球体分析为出发点的“空间协调律”

人体动作在“球体空间”的排列定位即所谓的“空间协调律”。拉班的定位方式是从互相垂直的三个向度入手来认识空间，这三个向度指前和后（深度）、左和右（宽度）、上和下（高度）。三个向度线在“球体空间”的球心中相交，其六个端点分别为前、后、左、右、上、下六个面的中心，由此而设定出一个正立方体，并在三个向度线的基础上增加了四条对角线和六条直径线。“对角线”指立方体的“左前上”到“右后下”，“右前上”到“左后下”，“左后下”到“右前下”，“右后上”到“左前下”。“直径线”则是“前上”至“后下”，“后上”至“前下”，“左前中”至“右后中”，“右前中”至“左后中”。这样，加上圆心后使整个“球体空间”共 27 个点位。

拉班认为，将人体空间分割后，动作可能沿某一平面活动：“门平面”分割开前区与后区，“桌平面”分割开上区与下区，“轮平面”分割开左区和右区。同时，“门平面”有高度、宽度而无深度，“桌平面”有宽度、深度而无高度，“轮平面”有深度、高度而无宽度。进一步，拉班还在这三个互相垂直的平面各找出 4 个点，由联系 12 个点的线条构成了 20 个等边三角形，被称为“20 面体”。于是，在整个空间的 27 个点位中，有 1 个立足点（即球体空间的圆心），6 个向度点，8 个对角线点，以及上述构成 20 面体的 12 个点。在此基础上，还提出了“向度阶梯”和“对角线阶梯”等概念。这种定位方式虽然近乎于一种自然科学的研究，但也与艺术有所关联。

^①[英] 蓓蒂·雷仑德菲：《拉班动作艺术介绍》，《舞蹈艺术》，总 35 期。