

<<生命之舞-邓肯自传>>

图书基本信息

书名：<<生命之舞-邓肯自传>>

13位ISBN编号：9787533929398

10位ISBN编号：753392939X

出版时间：2010-1

出版时间：浙江文艺出版社

作者：伊莎朵拉·邓肯

页数：373

译者：蔡海燕,凌喆

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

<<生命之舞-邓肯自传>>

前言

伊莎朵拉·邓肯是天生的舞者。

按照邓肯自己的说法，她在娘胎里就已经形成了基本性格，而且开始了“舞蹈艺术”。

她的母亲在怀孕时经常对人说：“这肚子里的孩子一定不太正常。”

后来的事实一再证明，邓肯的确是一个不守成规、不落俗套、不走寻常路的伟大女性。

一作为舞蹈家，邓肯身披希腊式的轻薄舞衣，赤脚踩在二十世纪初的大大小小的舞台上，以健美的身躯、优美的舞姿、追求的精神征服了她的时代。

她就像古时候的亚马逊女战士一样具有非凡的勇气和魄力，雄赳赳、气昂昂地打破了传统芭蕾的长期统治，让舞蹈回归自然和自由，成为世界现代舞蹈的奠基人。

邓肯还是小女孩的时候，曾被送到旧金山的名师那里学习芭蕾舞。

当时芭蕾舞还是西方舞台的主流，她却只上了三次课就离开了，而且再也没有回到芭蕾舞的世界。

她打心眼里厌恶芭蕾舞，觉得这种舞蹈“机械而庸俗”、“既虚伪又荒谬”，甚至“不认为它是一门艺术”。

她的心灵受到了海浪翻腾的启示，她的双脚习惯了柔软沙滩的抚摸，她很早就意识到真正的舞蹈来源于自然，是人类灵魂世界的直接表露，是人类追寻自由的真实表达——她决定开创属于自己的舞蹈，“用姿态和动作来表现自我的真实存在”。

为了实现舞蹈梦想，邓肯以及全家人满怀憧憬地离开旧金山，开始了职业舞蹈生涯。

起初，人们看了她颇具颠覆性的舞蹈之后，要么不置可否，要么直言不讳地告诉她这种舞蹈没有市场。

邓肯却屡败屡战，百折不挠，并且坚决不媚俗，不为五斗米折腰。

后来，她去了英国、法国、德国、希腊、俄罗斯等世界各国，结识了音乐家、雕塑家、诗人、画家等艺术界名流，人们终于认识到这个年轻的美国人将带来舞蹈界的重大变革，逐渐学会接受和欣赏她的舞蹈，并高度评价了她的舞蹈的艺术价值。

很多人简单地把邓肯的舞蹈称之为“希腊舞”，但邓肯一再写道，她不过是像远古人类那样投入了自然的怀抱。

她在大海边、树林里、旷野中酣畅淋漓地舞蹈，她在观察云移浪涌、树摇鸟飞等现象时直接得到启示，她从古希腊雕塑、壁画和陶器上的图案找到了人类与大自然亲昵相处的最佳印证——可以说，希腊不过是她走向自然的跳板。

她对自己的舞蹈艺术的总结，最能道尽她一生执着追求的舞蹈事业：“伊莎朵拉·邓肯跳舞的时候，引领着观众们的灵魂穿越那片遥远而深邃的时间隧道，回到世界的凌晨时刻。

在那里，伟大的心灵可以在美丽的身体里自由地呈现，动作的节律与声音的节拍完美地契合，人体的运动与风、海的流动相配合，女人手臂的姿态如同绽放的玫瑰花瓣，她的双足踏上泥土宛若一片树叶飘落在大地之上。

在那里，所有因宗教、爱情和爱国激发的狂热，所有牺牲和激情的感受，都会以塞西拉琴、竖琴或者铃鼓的拍子表现出来。

在那里，男人们和女人们带着宗教狂喜，在自家的火炉前或者在神祇的雕像前跳舞；他们体悟到生命的喜悦，到森林中或者大海边跳舞。

人类灵魂的强有力的搏动，由精神向身体传导，与宇宙的韵律合而为一。

”二邓肯不只是作为一位舞蹈家而存在，同时也以舞蹈教育家的身份得到了广泛的认可和赞誉。

她曾于1904年在柏林、1914年在巴黎两次创办舞蹈学校，取得了一定的成绩，但由于种种原因，学校维持得相当坎坷，最后均以关闭收场。

她作为舞蹈教育家的最高成就，应该体现于她在苏联创办的第三所舞蹈学校。

六岁左右的时候，邓肯召集了街坊上的六个小孩，让他们坐在她对面的地板上，教他们挥动手臂。

当母亲问她在干什么的时候，她说这是自己办的舞蹈学校。

后来，这个“舞蹈学校”不但办下去了，而且还很受欢迎，左邻右舍的孩子们都来了，他们的父母还拿出了一点钱给她做报酬。

<<生命之舞-邓肯自传>>

说邓肯是世界上年龄最小的“舞蹈教师”，一点都不为过。

在后来的职业生涯里，创办一所属于自己的舞蹈学校，一直是她的梦想。

邓肯认为，旧式的舞蹈学校以传统芭蕾舞为主，不能传授真正的舞蹈艺术。

她曾带着自己的学生们参观芭蕾舞学校的训练情况，在她看来，“那里的孩子看着我的孩子们，就像笼子里的金丝雀望向空中盘旋着的燕子”。

她立志要将自己的艺术传播给更多的人，在创办第一所学校的时候，她在几份重要的报纸上刊登了这样的招生启示：“伊莎朵拉·邓肯学校欲招收可塑之才，将孩子们培养成舞蹈艺术的忠实信徒，从而将这种艺术传播给成千上万人民群众的孩子们。

”从中我们至少可以看到她的两点办学理念：一是招收孩子（对于邓肯来说，艺术便是宗教。

她总是强调，艺术需要人为它献出毕生精力，要成为一名配得上“艺术家”这个称号的舞蹈演员，就必须从小接受训练）；二是传播艺术（邓肯热切地希望能够将自己的舞蹈艺术和宝贵经验奉献给他人，并且期盼这些经验能够“解放和照亮千千万万人的生命”）。

基于以上的办学理念，邓肯并不以赚钱为目的，学校的巨额开支常常让她不得不停下来，到各地巡演，以维持学校的正常运行。

当前面两所苦心经营的学校相继被迫关闭时，她的痛苦绝对不亚于两个孩子的早夭。

邓肯的教学方式，完全秉承自己的艺术理念。

即使面对最小的学生们，她也会说：“用你们的心灵去感受音乐。

”她为学生们精心布置舞蹈教室，摆放了各个时代艺术家们的雕塑作品、绘画作品，因为她相信，要获得美，首先必须唤醒追求美的意识。

她设置了各个阶段的训练项目，引导学生们的身体有条不紊地发展，希望她们能够轻松自如地表现自我。

除此之外，她还认为，她们的学习和观察不应该只局限于艺术的范畴，她们还应该“从大自然的运动变化里汲取灵感。

云在风中移动，树在摇曳，鸟在飞翔，叶子随着季节更替而变换颜色，所有这一切对她们来说都有特殊的意义。

她们要学会观察每种变化的特性。

她们要在内心深处培养一种神秘的情感，积极呼应大自然的奥秘。

她们的身体训练有素、柔韧有力，每一部位都感应着大自然的旋律，与大自然共同欢歌。

”邓肯经常说：“艺术虽然是一位严苛的工头，却比人类更懂得感恩。

”她在追寻美、追寻艺术、追寻梦想的道路上总是伤痕累累。

一方面，她被同时代的一流音乐家、艺术家、文学家所推崇的同时，又因蔑视、触犯陈规旧律而被思想狭隘者们不断攻击；另一方面，现实对她相当残酷，爱过那么多人，却没有一个相伴到老，更何况死亡之神忽然夺走了她的两个孩子，又让第三个孩子死于产褥。

即便如此，她也从没有停止过舞蹈的步伐。

邓肯的舞蹈中经常出现一种旋转、跨越和前奔的姿势，无论是早期轻快、活泼的舞蹈，还是后期缓慢、沉着的舞蹈，始终蕴藏着一股向上的、肯定的、追寻的力量。

事实上，这也是她的精神主旨。

她相信，“每个人的人生都有一条精神的线，尽管曲折，却始终向上延展。

所有能够依循并巩固这条曲线的东西，都是我们的真正所需，其余的不过是灵魂在前进过程中抖落的碎屑。

对于我来说，这样的精神之线就是艺术”。

离世前的两个月，她在巴黎举行了人生最后一次公开表演，获得了空前的成功，所有观众、评论家、舞蹈家、艺术家、音乐家以及在场人员都激动得泪流满面，为她的艺术成就欢呼。

邓肯临死前说的最后一句话是：“再见了，我的朋友们！

我将走向光荣。

”她——伊莎朵拉·邓肯——走向了永恒之光荣。

<<生命之舞-邓肯自传>>

<<生命之舞-邓肯自传>>

内容概要

莎多拉·邓肯（1877—1927），美国现代舞创始人。

1877年5月26日生于圣弗朗西斯科,1927年9月14日因一场交通事故卒于法国尼斯。

她从小受到良好的音乐教育，排斥僵化、刻板的古典芭蕾，认为技巧会玷污人体的自然美，只有在自然中才能寻找到最美的形体并发现能表现这些形体内在精神的动作。

她从古代雕塑、绘画中找到了她认为理想的舞蹈表现方式，用自己的舞蹈去演绎音乐家的作品，创立了独具风格的舞蹈模式，成为现代舞的先驱。

这位伟大的舞者一生崇尚爱和自由，她曾先后和多位世界著名的艺术家和成功人士相恋，也曾和苏联著名诗人叶赛宁有过婚约，但所有的恋情都以爱人的离去告终。

最让她痛心的是，爱的结晶——她的三个子女都在幼时意外离开人世，使她饱受骨肉分离之苦，直至离世。

许多年来，邓肯一直计划写一部自传，并最终于1927年的初夏，也就是她悲剧性死亡的前几个月完成了写作。

由于她的意外离世，使这部作品没有机会修改，现在呈现给读者的就和她的手稿一模一样。

邓肯的一生都在经历着舞神与爱神的碰撞，或者爱情激活了艺术，或者艺术毁灭了爱情。

她经历了数不清的磨难，但每一次磨难都让她仿佛凤凰涅槃，在绝望中又重生。

她不但成就了一个时代的舞蹈神话，更是完成了一个女人的完美蜕变，也给世人留下了一部人类历史上最迷人的女性回忆录。

<<生命之舞-邓肯自传>>

作者简介

作者：(美国)伊莎多拉·邓肯 译者：蔡海燕 凌喆伊莎多拉·邓肯（1877-1927），美国现代舞创始人。1877年5月26日生于圣弗朗西斯科，1927年9月14日因一场交通事故卒于法国尼斯。

她从小受到良好的音乐教育，排斥僵化、刻板的古典芭蕾，认为技巧会玷污人体的自然美，只有在自然中才能寻找到最美的形体并发现能表现这些形体内在精神的动作。

她从古代雕塑、绘画中找到了她认为理想的舞蹈表现方式，用自己的舞蹈去演绎音乐家的作品，创立了独具风格的舞蹈模式，成为现代舞的先驱。

这位伟大的舞者一生崇尚爱和自由，她曾先后和多位世界著名的艺术家和成功人士相恋，也曾和苏联著名诗人叶赛宁有过婚约，但所有的恋情都以爱人的离去告终。

最让她痛心的是，爱的结晶——她的三个子女都在幼时意外离开人世，使她饱受骨肉分离之苦，直至离世。

许多年来，邓肯一直计划写一部自传，并最终于1927年的初夏，也就是她悲剧性死亡的前几个月完成了写作。

由于她的意外离世，使这部作品没有机会修改，现在呈现给读者的就和她的手稿一模一样。

邓肯的一生都在经历着舞神与爱神的碰撞，或者爱情激活了艺术，或者艺术毁灭了爱情。

她经历了数不清的磨难，但每一次磨难都让她仿佛凤凰涅槃，在绝望中又重生。

她不但成就了一个时代的舞蹈神话，更是完成了一个女人的完美蜕变，也给世人留下了一部人类历史上最迷人的女性回忆录。

<<生命之舞-邓肯自传>>

书籍目录

译序前言第一章第二章第三章第四章第五章第六章第七章第八章第九章第十章第十一章第十二章第十三章第十四章第十五章第十六章第十七章第十八章第十九章第二十章第二十一章第二十二章第二十三章第二十四章第二十五章第二十六章第二十七章第二十八章第二十九章第三十章第三十一章

<<生命之舞-邓肯自传>>

章节摘录

第一章一个孩子的性格当他在母亲的子宫里的时候就已经成型了。

在我出生前，我的母亲精神上极度痛苦，处境悲惨。

她无法进食，除了冰牡蛎和冰香槟。

如果有人问我从什么时候开始跳舞的，我会回答：“在我母亲的腹中就开始了，也许是冰牡蛎和冰香槟的作用——这些都是属于阿佛洛狄忒的食物。

”我的母亲那时承受着如此痛苦的体验，以至于她经常说：“这肚子里的孩子一定不太正常。

”她预计是一个怪胎。

而事实上，从我出生的那一刻起，我就开始猛烈地晃动我的胳膊和大腿，让我母亲不得不喊着：“你看我没说错，这个孩子多么疯癫！

”后来，当我穿着娃娃装，被放在桌子中央时，我会跟着播放的任何音乐舞蹈，这给全家人和所有朋友带来了乐趣。

我此生最早的记忆是从一场大火开始的。

我记得自己从楼上的窗户被扔到一个警察的怀里。

当时我只有两岁大，但是在充满尖叫和火焰的混乱中，我竟然清晰地感到一种舒适的感觉，在警察怀里的安全感，我的小胳膊绕着他的脖子。

他恐怕是个爱尔兰人。

我听到我的母亲疯狂的叫喊：“我的儿子们，我的儿子们。

”我看到她被拥挤的人群阻拦，无法进入着火的楼房里，她以为我的两个哥哥还被留在那里，结果发现两个男孩坐在酒吧的地板上。

给他们穿上了鞋袜，我们一起坐上马车，再后来就坐在柜台前喝热巧克力了。

我出生在海边，我留意到我一生所有重大的事件都发生在大海。

我对于舞蹈，对于动作，最初的感受来自海浪的节奏。

我出生的日子属于阿佛洛狄忒所掌管的星座，阿佛洛狄忒也是出生在海上的。

当阿佛洛狄忒所掌管的星上升时，我就万事顺利。

这一时期，我生活平顺，富有创造力。

而当这颗星星降落的时候，总有灾难降临到我的身上。

占星术在现今也许已经不如古埃及和加尔底王朝时期那样受人重视。

但我们的心理状态一定受到行星的影响。

如果父母懂得占星术，他们可以研究星象，从而创造一个更加美丽的孩子。

我也相信一个出生在海边的孩子和一个出生在山里的孩子的人生会大相径庭。

大海总是吸引着我，而当我身在山中时，我总有一种说不清的不适，渴望飞离那里。

山给我的印象是让我觉得自己是大地的囚犯。

从山顶俯瞰，我从没有普通游客欣赏景色的心情，而只是想跃过丛山，逃离大山。

我的生命和我的艺术都是源于大海的。

值得庆幸的是，我们小时候，母亲很贫穷。

她请不起仆人或者家庭教师管她的孩子们。

这使得我可以无拘无束的生活，使得我尽情表露孩子的天性，并且终身保有了一颗童心。

我母亲是一个音乐家，靠教授音乐谋生。

当她去学生家里给学生上课的时候，通常整个白天不在家，晚上也很晚回来。

这时候，我只要逃出学校，我就自由了。

我可以随心所欲地在海边闲逛。

我每每看到那些被仆人或是家庭教师照看着的孩子们，那些被悉心照顾，精心打扮的孩子们，我总是觉得他们是多么的可怜。

生活对于他们还有别的选择吗？

我的母亲太忙了，她没有空闲去思考是否会有危险降临到她的孩子们身上，因此我和我的两个哥哥才

<<生命之舞-邓肯自传>>

能自由享受我们的游荡生活，有时候我们会遇到危险，如果我们的母亲知道这些，她一定会焦急得发疯。

很幸运，她一无所知。

之所以说这对于我也是一种幸运，是因为我后来创作舞蹈的灵感正是归功于这种无拘无束的生活。

这种灵感不是别的，是一种对自由的表达。

我从来没有受制于无休止的“你不可以”，在我看来，那对孩子的生活简直是一场不幸。

刚满五岁，我就上了公立学校。

我想我的母亲谎报了我的年龄。

她需要找个合适的地方安顿我。

我相信一个人后来一生中做的事情在他是个婴儿的时候就开始表现了。

我早已是一个舞蹈家和一个革命者了。

我的母亲受洗、成长于一个爱尔兰天主教家庭，当她发现我的父亲不如她想象中那么完美前，她一直是个虔诚的天主教徒。

她离婚，离开了父亲，带着四个孩子独自面对这个世界。

从那个时候起，她坚决抛弃了天主教的信仰，成了一个明确的无神论者。

她成了鲍伯·英格索尔的追随者，经常读他的作品给我们听。

在一些事情上，她有自己独特的看法，她认为一切感伤事物都是没有意义的。

当我还很小的时候，她就为我们揭开了圣诞老人的秘密。

于是，圣诞节的时候，学校的老师边分发糖果和糕点边说：“看，孩子们，圣诞老人给你们带什么来了？”

“我站起来，严肃的说：“我不信，世界上根本没有圣诞老人。”

“老师被激怒了，说：“糖果只给那些相信圣诞老人的女孩子。”

“那我不要你的糖果。”

“我说。”

老师不明智的发了脾气，为了惩罚我，也以此警告别的学生，她命令我坐到前面的地上。

我走上前，转身面向全班同学，发表了我有生以来第一次精彩的演讲。

“我不相信这些谎言，”我喊道：“我的母亲告诉我，她太穷了扮不起圣诞老人，只有有钱的母亲才能扮成圣诞老人，给孩子们送礼物。”

“听了这些，老师一把抓住我，拼命要把我按坐在地上，但我挺直双腿抓住她，她只能勉强让我的脚后跟不停的击打地板。”

她无法让我坐在地板上，于是就罚我站在角落里。

虽然站在角落里，我依然转过脑袋，大喊：“没有圣诞老人，没有圣诞老人！”

“最后她不得不把我送回家去。”

回家的路上，我还是一路喊着：“没有圣诞老人！”

“没有糖果吃，因为说真话而受惩罚，这种不公平的待遇让我无法释怀。”

当我向我的母亲复述这件事时，我问道：“这不是对的吗？”

世界上没有圣诞老人，有吗？”

“母亲回答说：“没有圣诞老人，也没有上帝。”

只有你自己的精神才能帮你。”

“一个孩子在学校接受的普通教育对我来说毫无意义。”

我记得在班上，我有时候被认为是绝顶聪明，名列前茅；有时候又被认为笨得无药可救，落在班级的最后。

这全靠记忆这个小伎俩，全看我是否化功夫去记我们在课堂上学到的东西，但是我根本想不出这种记忆有一丝意义。

无论我名列前茅还是名落孙山，对我而言，上课都是一件无趣的事情。

我看着钟的指针，直到它指向三点，那个时候，我们就自由了。

我受到的真正的教育是从晚上开始的，我的母亲为我们演奏贝多芬、舒曼、舒伯特、莫扎特、肖邦的

<<生命之舞-邓肯自传>>

音乐，为我们朗诵莎士比亚、雪莱、叶芝和彭斯的诗歌。

这时光对我们来说是心醉神迷的。

我的母亲会背诵大部分诗。

我也模仿着她，六岁时，在学校的一个庆功会上，我当众朗诵了威廉·莱托的《安东尼致克丽奥佩脱拉》，震惊全场：我要死了，埃及啊，我要死了！

猩红色的生命之潮就要退去。

还有一次，老师要每个人写下自己的生命经历，我是这样写的：五岁的时候，我们家住在第23街一幢小房子里。

因为付不起房租，我们住不下去，搬到了第17街。

没多久，又因为缺钱，而被房东赶走，我们搬到了第22街。

在那里，我们依旧住不安宁，又搬到第10街。

这样的历史继续着，无止境的搬迁。

当我在学校起立朗读这篇文章时，老师非常生气。

她认为我是在开一个蹩脚的玩笑。

我被送到了校长室，校长叫来了我母亲。

当我可怜的母亲读着我写的文章时，她忍不住哭了，向学校声明说，这完全是真的。

那就是我们的流浪生活。

在我还是个小女孩的时候，我就希望学校能有所改变。

我记忆中公立学校对孩子们的教育是残忍而不理解孩子的。

我依然记得饿着肚子在坚硬的凳子上罚坐的悲惨经历，或是冰冷的双脚浸在湿透的鞋子里。

在我的脑海里，老师的形象是一只不通人性的怪物，总是折磨我们。

而且孩子还不能把受到的委屈说出来。

我从来不记得由于家庭贫困所受的苦难，因为我们觉得没什么大不了的，但是学校的痛苦经历却让我念念不忘。

公立学校的教育体系对于一个骄傲而敏感的孩子，像监狱一样羞辱人。

我总是在反抗它。

六岁的时候，一天我母亲回家时，她看到我召集了六个还没有学会走路的邻居的婴孩，让他们坐在我面前的地板上，教他们挥舞手臂。

当母亲问我为什么要这样做，我告诉她这是我的舞蹈学校。

她觉得很有趣，坐到钢琴前，开始为我伴奏。

后来，舞蹈学校继续着，并大受欢迎。

邻近的女孩子都来了，她们的父母还付我一点学费。

这就是我后来一项能挣钱的职业的开端。

十岁时，我的舞蹈班规模扩大了，因此我对母亲说，我不需要再上学了。

上学只是浪费时间，还不如留在家挣钱，而且现在挣钱更重要。

我把我的头发高高盘起，说，我已经十六岁了。

我的姐姐伊丽莎白由我祖母带大，后来也前来和我们一起生活。

她加入教学的行列。

我们的舞蹈课供不应求，当时在很多旧金山最富有的人家里教学。

<<生命之舞-邓肯自传>>

媒体关注与评论

从一开始，我就只为我的生命而舞动。

孩提时，我舞出成长的喜悦。

青春时，我转而舞出对人生悲剧性暗流的最初体验，舞出人生无情的残酷。

舞出人生中不断增长的挫败感。

爱的奇迹就在于其丰富的主旋律和多变的基调，能以不同的方式弹奏。

一个男人的爱与另一个男人的爱是无法比较的，就像贝多芬的音乐与普契尼的音乐是不同的；女人则是回应这些爱之演奏者的乐器。

我认为，一个女人只爱一个男人，其情形类似于终生只听一个作曲家的音乐。

——【美】伊莎多拉·邓肯这本书坦率得令人发窘，生动得让我们感到一个亮丽生命的耀现。

——林语堂

<<生命之舞-邓肯自传>>

编辑推荐

《生命之舞:邓肯自传》为浙江文艺出版社出版。

<<生命之舞-邓肯自传>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>