

# 《生命该如何寄托》

## 图书基本信息

书名：《生命该如何寄托》

13位ISBN编号：9787506092018

出版时间：2016-10

作者：王亚彬

页数：265

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：[www.tushu111.com](http://www.tushu111.com)

# 《生命该如何寄托》

## 内容概要

她的文字是舞蹈的倒影，灵魂舞者王亚彬以一场“纸上的舞蹈”，带你追寻舞蹈的极致之美。

本书是青年舞蹈家王亚彬一部不间断的个人成长史和思想手记。以灵动而质朴的语言，撼动人心的文字流露出她独有的坚持和守望，还有她在最美的年华把身体献祭给舞蹈的残酷的和美丽，更有她表达美、解释美、深刻传递思想的真实记录。

王亚彬习舞26年，在从中国走向世界舞台的蝶变之旅中，她以清醒、平和、内心充满喜悦的顿悟，成为最安静的守望者。在隐忍的生命之痛中，她不断窥见生命的另一种含义，在舞台上，你将继续看见那个依旧活跃的王亚彬；在文字的世界里，你则会幸运地遇见那个内心寂静的她。愿她的心无旁骛，舞以赤诚，成为你继续前进的良药。

书中她将与千千万万奔波在尘世间渴望被艺术陶冶、想要去超越自己的人一起，在这个“奔跑起来的时代”里慢下来，如同一个手艺人，慢慢雕琢，细细打磨，透过“生命该如何寄托”去思考和表达。

# 《生命该如何寄托》

## 作者简介

王亚彬，国家一级演员、青年舞蹈家、编舞、制作人、影视演员。

她，习舞26年，蝉联中国重要舞蹈赛事表演金奖，五次登上央视春晚，创建享誉国际的“亚彬和她的朋友们”艺术原创演出品牌，六个月内连续两次登上世界顶尖剧场“赛德勒之井”的舞台，她是第一位被英国国家芭蕾舞团委约邀请的中国编舞；在影视剧中，她是《乡村爱情故事》里淳朴、倔强的“王小蒙”，《推拿》里执着为爱的“金嫣”，《十面埋伏》里的舞蹈设计及不为人知的“幕后舞者”。

王亚彬，以她的执着、坚持，以她对舞蹈艺术的独到见解，孤独地前行，去创造属于她的舞蹈世界。亚洲最重要的舞者之一。

——Knack Focus杂志

她的舞蹈令人心醉。

——德国《法兰克福汇报》

她的作品以一种含蓄的方式展现出了人性的欲望……

——英国《卫报》

在所有舞者当中，王亚彬无疑是个杰出的号召者与核心，优雅并充满力量！

——《泰晤士报》

# 《生命该如何寄托》

## 书籍目录

## 《生命该如何寄托》

### 精彩短评

- 1、内容给四星，小蒙绝对五
- 2、字里行间均可见其对舞蹈的热爱，灵与肉在艺术的殿堂激情碰撞
- 3、诗意的语言，舞动的文字
- 4、毕飞宇对她改编的舞剧《青衣》赞赏有加，说她的文字是从身体里长出来的，确实是一本越读让人越安静的书。文字好得让人意外，王亚彬在演“王小蒙”最火的时候选择转身依然回到舞蹈世界里，可以用舞痴来形容了吧，坚持一件事到“痴”的程度本身就是成功。一个不被外物所扰，不忘初心的舞者。推荐给大家。
- 5、经历过痛苦与挣扎才会更加体会涅槃重生的感受，亚彬对于自己过去经历的一切都是努力接受并化作力量，没有抱怨，只有坚持，比较而言，多数情况下我把自己经历的痛苦放大了很多，也对自己的美好之处过于低看，谁不是最终体会过大风大浪的人，希望自己的内心再多一份平静和豁达。
- 6、毕飞宇说：王亚彬留给我最深的印象就是她的长。天哪，她太长了。而她的文字则是从她的四肢里头生长出来的，充满延展的愿望，变幻、激烈、休止。那是生命的活力，都是为了抵达，或已经抵达。
- 7、真实的经历和感悟给人力量
- 8、亚彬是我非常喜欢的一位舞者。她既不是王菲的高冷范儿，也不是大幂幂的热情范儿，她只是她自己，恬静、舒服、内敛以及绝对的自信。当然，她是绝对有本钱自信的。她就像书里写的那样，一直以来都在以她热爱的舞蹈寄托着自己的生命，并将持续到永远。

## 章节试读

### 1、《生命该如何寄托》的笔记-第4页

很多人，特别是女人，会恐惧时间的流逝，但很奇怪，我总觉得时间可以赋予女人更多的内容，比如阅历、心态以及超越自我的勇气。

### 2、《生命该如何寄托》的笔记-第70页

我想血与死是残酷的，那么表演也是残酷的，她会以惊人的记忆来捕获最为贴切的经验，那种经验无论是直接还是间接，都刺激着作为载体的演员，以传递最为逼真的表演效果。

### 3、《生命该如何寄托》的笔记-第196页

人能力的增长就从此而来，当接受新鲜事物时，先清空自己，不加己见。像空荡荡的一个玻璃杯，以清透，干净的状态看着新鲜的“果汁”慢慢注满。然后，你加一些自己的理解进入，一开始要一点点进入，像神婆婆熬汤一样地仔细，边去体味，边去感受着这一点点的变化。

### 4、《生命该如何寄托》的笔记-第87页

我还是执着地喜欢着这种残酷的肢体表达方式，在时空的流动中生存，忘记自己生活的不快与颠簸，站在音符的连绵里笑。

### 5、《生命该如何寄托》的笔记-第10页

在舞蹈的世界里，身体是最伟大的表达工具。在历练艰辛过后，那些茧子、淤青、色斑成为了身体的包浆，远远看去，只能欣赏到舞台上舞蹈现场所带来的美和震撼力，而只有舞者知道身体包浆的味道是疼痛的、辛辣的、折磨的，但不去浸透这样的“包浆”，却是无法重生的。

### 6、《生命该如何寄托》的笔记-第214页

作家毕飞宇在答记者问时讲道：“青衣从来就不是女性、角色或某个具体的人，她是东方大地上瑰丽的、独具魅力的魂。王亚彬抓住了她，并让她成为了王亚彬自己。”成为了“王亚彬自己”其实并不重要，重要的是透过她的呈现去看待“生命该如何寄托”。

### 7、《生命该如何寄托》的笔记-第48页

此前的我们被过度洗脑，认为的“美”现在看来是那样的干瘪、乏味，这个世界上有什么能比健康的体魄更为迷人的呢？这种真的是通过悲惨的经历和开阔的眼界得来的，隆起的胸部、微胀的小腹、圆润的臂膀和结实的大腿，那才是一个健康舞者的形象。

### 8、《生命该如何寄托》的笔记-第138页

我总觉得花在排练场里的时光就是一种修行，这种修行如同一个密而不透的通道，会将破茧而出后全新的我带到观众面前，有节制的封闭可以让我成功躲避炙热目光带来的灼伤，可以暂时只面对自己，不言不语。

# 《生命该如何寄托》

## 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:[www.tushu111.com](http://www.tushu111.com)