

万玛舞蹈团

2012年作品

中国第一个以民族舞剧创作及表演为主的独立剧团

2012年国家大剧院委约作品

中国国家艺术基金立项作品

香巴拉 Shambhala

舞蹈剧场 – 西藏现代舞剧，行为艺术，80分钟，无间断。

舞蹈：西藏原生态古典舞，金刚舞(寺院用于宗教仪式的)，蒙古舞，撒满舞，土风舞，现代舞。

音乐：现场人声，蒙古马头琴，呼麦，西藏鹰笛，原生态游吟，诗歌。

行为：点燃藏香；现场舞台“沙画”，绘制七彩坛城；一场身体与现代技术的对话。

法国制作人 / 联系

CULT'ART PARIS_巴黎藝文 李昱翰

Tel: +33(0)6 21 47 65 88

Mail: yuhan.li329@hotmail.com

创作团队

编剧, 导演: 万玛尖措

音乐: 川井宪次 万玛三智

选自: 《如来如去》何训田, 《Padmakara》

音响总监: 王彦如

舞美设计: 万玛尖措

舞美制作: 王永东

灯光设计操作: 殷志涛

服装设计: 阳东林

统筹: 邱韵 王颜如

演出单位: 万玛舞蹈剧团



剧情简介

小行者，从商贩手里用化缘的

食物换回一条鱼

在放生的路上，鱼儿死在了他

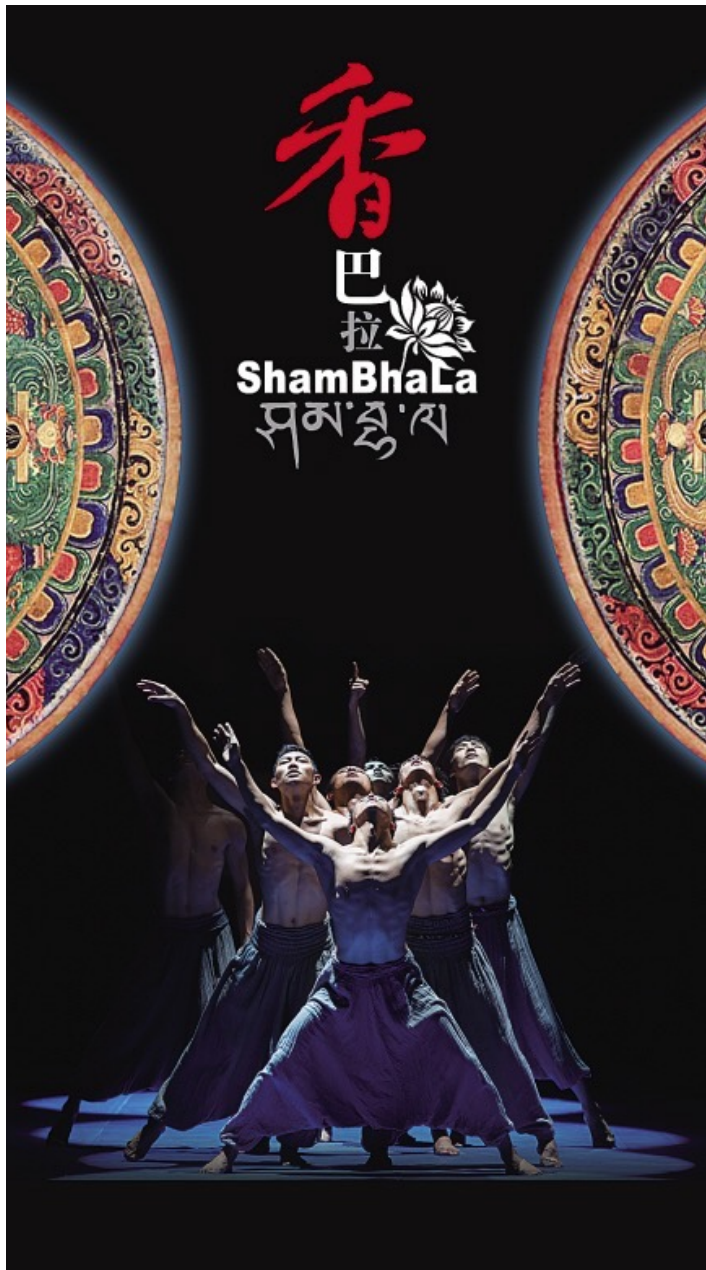
的怀中。

问题就此产生，

“我是救了小鱼还是害了她？”

小行者开始了质问心灵与自我

的救赎之旅。





生死来去，绷头傀儡。
一线断时，落落垒垒。
轮回相续，混沌繁境，
一沙毁时，平平静静。
一沙一世界，一念一天堂。

香巴拉，梵语शम्भल (śambhala)，寓意极乐理想国，佛教乌托邦，极乐天堂，人间仙境，也称 [坛城] Mandala (मण्डल)，是密宗本尊时轮金刚 (Kālacakra) 的净土。12世纪时轮密法从印度传入西藏，藏文直接把梵语音译为གཞུང་ལ། (śambhala，即“香巴拉”)，意译则为 བདེ་ལུང་། (de jung“快乐之源”)。据信詹姆斯·希尔顿即把“香巴拉”音转为“香格里拉”，加入其小说中。

舞蹈剧场《香巴拉》借由万物生灵探讨生死轮回，既呈现朴素至极的人体线条，带来色彩斑斓的视觉冲击，在传统与现代的对比和对话中，传达深刻的藏传佛教哲学思辨。

作品融汇了西藏古典舞、金刚舞，以及现场行为艺术的同步配合。演员在舞台上现场完成的巨大的沙画，其描绘出的壮丽景观，结合天，地，人和绚丽多彩的万物，象征人们缔结信仰的艰苦过程和成功的辉煌，舞者在沙画上翻滚腾跃，纵情狂欢，直至七彩繁华尽毁，空性无常融会贯通，呈现出佛法的真谛。生命轮回的痛苦与快乐，藏传佛教智慧的灵魂，使《香巴拉》成为多角度反映藏域文化原始样貌的艺术样本。

开场，小和尚拿着一尾鱼准备放生，可是小鱼不幸在路途中在小和尚的手里死去。于是小和尚用海螺盛水浇在鱼儿身上，以完成他善念的本意。那小鱼后来幻化成沙，引伸下半场沙城的实现，成长的小和尚用那些七彩的细沙慢慢地铺展沙坛城。他为鱼儿的死而悔改，愿付上一生来绘制沙城，完成赎罪的修行。一点一滴的细沙，如人生一样，充满契机、伤痛，起起伏伏，经历无以名状的重，亦有不能承受的轻。

节目下半部的暖色调与上半部的冷色成为强烈对比，这个由舞者即场绘制的沙坛城，斑斓壮丽，令人震撼难忘。沙城的最终摧毁，舞台上浮现出复生的鱼，一个轮回又再循环不息。

“生与死”和“欲望”构成了《香巴拉》的表层概念，万玛尖措更想表达的是，人不一定要有一个“生与死”或“物质与精神”的终极抉择，不管是生命中不可承受之重，还是不可承受之轻，都应该用平和的心境去面对，学会在两种选择中做平衡。他相信：“轮回不是简单的重生，而是说死亡不是一个结束，是下一个过程的重新开始，因此要平和对待此生的欲望。”





舞蹈“画”出坛城的建与毁

《香巴拉》借鉴了藏传佛教“坛城”的仪式形式。坛城代表佛陀世界，常以唐卡、壁画的形式出现于佛教寺院的殿墙或天花板上。坛城由佛教徒精心绘制，但做过仪式后，会完全销毁，以难建易毁寓意“尘世的虚幻”。

万玛尖措在设计《香巴拉》中的舞蹈时，使用了坛城沙画的设计，包括方和圆、线条色彩的对比等。作品中的坛城也经历了一个从“无”到“有”再“消亡”的过程，舞者在“绘画”坛城时，每一个细小动作都要用气息和肌肉控制来完成。“吸入”状态时，面部表情要平静肃穆；破坏时，则恣意释放能量和情感，是为“呼出”。

每个人心中都有一个香巴拉！

都市生活紧张，人们每天营役地上班、上学，追求金钱、名利、分数等各种增强竞争力及社会地位的筹码。许多时候物质的富裕，却带来心灵的空虚与贫乏。《香巴拉》第一部分以重覆和沉静的舞蹈形体动律，表现人们生活经历的各种烦忧、负担与顾虑，让观众陷入深邃的沉思。那些在日常生活中常用的器物，如牛鞍、牛奶桶、药箱等，象征人生的物欲追求；其他具象征性的道具如充气的鱼、九头神面具、法铃、海螺、风筝等，带来另一种开阔的想像，当中圣物白海螺在剧中首尾呼应出现，反映全剧对藏传佛教的尊敬与虔诚。

观众与舞者呼吸同步，静时细思，动时激奋。编导在创作时刻意布下留白的空间，盼望观众看后能够灵修思考，自省和获得感悟，让舞蹈的感染力引导他们的心灵随风筝自由翱翔，寻觅各自心中的香巴拉。

创作意图

编导 - 万玛尖措

受父辈和家族信仰的影响，我很早就有了香巴拉这个概念。后来我逐渐对精神与物质，生与死等的意义有了想法，于是将之化成一篇日记，散文，及后经过反复的重读与过滤，慢慢提炼出一个累积的编创小品，单元剧和实验剧的经验，巩固了我去成就此新作品。2012年，我有幸受委约于国家大剧院将香巴拉以舞蹈剧场的形式搬上大舞台。

我们穷尽一生的时间追寻一个极乐的理想，当中经历不少繁华美丽，然后被打破，失衡造就的快乐与痛苦相差一线。在轮回的空间中平衡着不可承受之轻，得到了又失去，悲伤且快乐着，一种生命的动态巡回，承认发生的一切时一种智慧，更是同乡那个终极理想的唯一途径。

《香巴拉》的创作动机紧紧源于认识自己的单纯愿望：从不同的角度思考自由与必然的关系，运用自己熟悉的语言和表达方式将生活中最喜欢的事物和最真实的情感搬上舞台，审视自我，价值，信念，理想与行为之间的联系，通过对传统与现代的素材进行解构、重组、对比、变化的呈现，表达追求自由与简单的生活过程。

我是藏族人，了解西藏的文学，宗教，各种风俗和习俗等，它们都是我艺术创作的源泉。我对民族文化具有深厚的感情，希望继承这些文化并与观者们分享。而藏族文化中，最重要的就是信仰部分，没有藏传佛教，就没有西藏文化。

剧场之外，也许我们每个人只能真实的存在，而通过在剧场内观演对方作品的功用，再创造和反复衍生，心灵获得平复与释放，这一刻，便是香巴拉。



呈现，选择和象征

观众主观投入，解读舞蹈象征意义

尽管《香巴拉》结合了中国传统藏舞和西方现代舞，这两者很不同，但我只看重其相同之处：他们都是用舞蹈表达；分享个人的精神和思想，引导观众发掘其意义。就像我用中文和英文，都是在表达自己。编导和观众有着平等，自由，广大的沟通空间，编导掩饰一些列的象征，观众加入个人经历及审美观，填补整个演出的意义。

舞剧《香巴拉》没有清晰的故事线索，而是通过动静结合的画面，由大量看似关联性不强的情境连接而成，而“轮回”作为隐性线索，贯穿全剧始终。“有人认为欲望就是一生的短期存在，追求即时的利益，这样一生的欲望就会增加很多倍。

编导运用现代的编舞手法，象征手段，借中国水墨画的“留白”意向理念，大量为观众制造“留白”式的主动参与，重塑观演关系，让受众最大化的感知作品的意图和主题。正如我们说：“去看哈姆雷特，一百个观众就会有一百个哈姆雷特。

同时，编导借用佛教仪式中沙坛城的绘图和意义，经改良后加入剧目中，描述小和尚以砌沙坛城作为内心自省的毕生修行，反思其放生小鱼却导致其死亡，到底是护生还是害生。来自海底的细沙，仿佛是小鱼的化身。沙坛城完成后，小鱼俨然在精神世界复活。沙坛城事物物质与精神世界的交汇，引领人们升华到另一空间；最后，沙坛城拆毁，种种繁华，无常犹如此沙，提醒人们毋需执着。

有别于众多民族舞盛会演出，《香巴拉》带给观众的，是不经雕饰的人文风光。舞者的服饰也是藏服最原始的款式，材质用的是原生态的棉麻，没有任何装饰，这些“日常用品”，直接剪影出劳动人民生活中的种种艰难和对物质追求的执着。

舞剧注释：

【香巴拉】

藏语译音，极乐世界，净土，理想之国，天堂，世外桃源之意，精神意境，非现实存在。

【坛城】

又名曼荼罗，是藏传佛教宇宙观的集中体现，表现宇宙真理的一种图绘，是大宇宙与人体或小区域相互对应的一种空间表达，沙坛城的绘制本身就被认为是一种修行。坛城被毁，不作保留，寓意万事皆空的理念，深邃的意向体现，即诸法不生不灭之实相，永恒的美丽往往是瞬间的辉煌，所有的拥有只是一时，极尽繁华，不过一拘细沙。

【白海螺】

藏传佛教常用法器之一，也称法螺。释迦牟尼说法时声音洪亮，犹如大海螺的声音响彻四方，听到法螺的声音，众生可消除罪障，开示领悟。

【风筝】

舞者在剧场内放风筝，在观众上方飘飞。“风筝”可比拟为“人的欲望”，当风筝遇上风，加上适度的拉扯与放松，它会飞得又高又远。寓意人生中很多事情都需懂得平衡，以中庸处之，才能顺利完成。

【天葬】

藏族的传统丧葬礼，最高境界的布施，施舍。人死之后灵魂便离开躯体，进入新的轮回，而尸体做为灵魂的载体，在死亡之后，喂食生灵，以另一种生命形式存在。天葬是一种彻底的施舍，目的绝非借鹰把灵魂带入天界，而是贯彻佛法慈悲、爱心、利众、施舍的观念。

【九头面具】

苯教的最高护法神九曜神，金刚公保的化身，生有九头乌鸦首，时刻注视形、色、欲三界六道众生的疾苦和妖魔邪念的不法和违规。

万玛舞蹈团

成立于2012年8月。藏语（万玛）时莲花之意，象征纯洁，真诚，智慧与包容，正如舞团的核心精神与态度。舞团以融合中国传统舞蹈与国际艺术理念为川做宗旨，亦秉承对万物的尊敬，舞者将舞台视为转山的长路，怀着无比虔诚的心舞蹈。舞亦朝圣，且悟且行。

万玛舞蹈剧团是中国第一个以民族舞剧创作及表演为主的团体。舞团是由汉族，藏族，蒙古族，满族，回族等各民族优秀的舞蹈演员及创制人员组成，舞团广泛吸收而又不拘一格地运用中国各民族传统舞蹈素材及文化资源，将其与国际艺术理念相结合，创作高水平国际化视角的舞台艺术作品为主的民族舞团。



万玛尖措

导演，编剧与舞者



万玛舞蹈剧团创始人，艺术总监，美国芝加哥西林艺术中心艺术总监，文化部最高奖文华大奖获得者，第一位获得此殊荣的藏族人。05年至12年，7年央视春晚，文化部春晚特约表演及编创。他也是中国舞蹈家协会会员，中国文化促进委员会委员，西北民族大学客座教授，沈阳音乐学院客座教授，多次受邀与国内外舞团及舞蹈家合作。

万玛尖措是生于藏地的编舞家，第一位获得文化部文华大奖的藏族舞者。12岁时进入中央民族大学研习芭蕾、民族舞蹈和现代舞等不同形式的舞蹈。拥有独特创新的思维和不拘一格的编创风格，期盼通过舞蹈展现西藏文化底蕴及追寻自由。他创作舞蹈作品四十余部，曾获得专业舞蹈赛事如桃李杯、荷花杯、全国舞蹈大赛及CCTV舞蹈大赛等各个奖项：

舞台剧《热热舞》获得加拿大艺术节委员会最佳编舞奖；舞蹈《博回蓝天》荣获全国少数民族舞蹈大赛表演金奖；舞蹈《出走》荣获全国舞蹈大赛创作金奖。其主演的民族舞剧《阿炳》及《红河谷》获2004-05年度国家舞台精品工程十佳剧码、2006-07年获中宣部五个一工程戏剧类金奖、第八届中国艺术节金奖及2007年文化部舞台剧码文化大奖。2008年编剧导演主演的实验舞台剧《狼魔》被选入9剧场青年艺术家N计划。2009年创作的民族舞剧《草原记忆》荣获2009年中宣部舞剧类五个一工程奖。2011年导演编剧西藏英雄史诗格萨尔王系列舞剧《雪域英豪—嘉查》。2012年获国家大剧院“中国舞蹈十二天 — 名家名作”委约，编创《香巴拉》，公演后受众多媒体关注，演出获一致推崇。。。

舞蹈演员：

陈诗霏 Chan Shifei

毕业于北京舞蹈学院附中及沈阳师范大学戏剧艺术学院。自幼随母亲学习舞蹈，在校十年期间学习中国古典舞，毕业后于北京当代芭蕾舞团进修现代舞，曾随团参演2012年荷兰艺术节作品《HAZE》、2012年香港艺术节委约作品《山海经传》及与丹麦舞蹈剧院合作演出作品《End of the lonely》。随后加入万玛舞蹈剧团深造。

李洪墨 Li Hongmo

现于沈阳师范大学戏剧艺术学院舞蹈系工作。2005年参加德国多特蒙国际青少年舞蹈比赛获得铜奖。2009年参加文华艺术院校奖第九届全国“桃李杯”舞蹈比赛，获得中国古典舞B级青年男子组金奖。2012年编导作品《源·流》，分别获得首届东北地区电视舞蹈大赛专业院校组银奖及第五届辽宁省“荷花奖”金奖。2012年编导作品《大鹏飞兮》，获得首届东北地区电视舞蹈大赛优秀奖。

李娜 Li Na

曾就读于北京戏曲艺术职业学院中专部，2011年于中央民族大学舞蹈学院毕业，获学士学位。现就读于中央民族大学舞蹈学院硕士学位课程。作品《山鬼》先后获得文化部文化艺术院校第十届“桃李杯”舞蹈比赛中国古典舞青年女子组三等奖，及荣获第九届中国舞蹈“荷花奖”古典舞十佳作品荣誉。

毛莹 Mao Ying

毕业于中央民族大学舞蹈学院。2011年以独舞《荷塘月色》获学院奖第八届“新人杯”编导及表演三等奖。独舞《一顶军帽》获第十二届北京市舞蹈比赛表演二等奖。曾于中国武警文工团及9当代现代舞团工作，参演舞剧《蛾》和《玫瑰之名》。

毛渝宁 Mao Yuning

毕业于北京舞蹈学院，曾任中国铁路文工团演员。

穆迪 Mu Di

2006年毕业于沈阳师范大学附属艺术学校，其后加入福州市歌舞剧院并担任主要演员。2012年毕业于沈阳师范大学戏剧艺术学院舞蹈系，并留校任教。代表学校参加首届东北三省电视舞蹈大赛获得专业院校组银奖及辽宁省第五届“荷花杯”获专业组金奖。

宋春薇 Song Chunwei

毕业于中央民族大学舞蹈学院。2002年随中国侨联参加在新西兰、澳洲、香港及澳门举办的“中国文化年”，演出独舞《圣洁》。2003年参加第二届CCTV电视舞蹈大赛，以《牛背摇篮》获优秀表演奖。2004年随中国文联参加在加拿大举办的“中国艺术周”活动，表演《两棵树》及《牛背摇篮》。曾主演大型藏族歌舞剧《游牧时光》、大型蒙古族舞蹈诗《查干湖》和当代实验先锋剧《狼魔》。

万玛仁增 Wanma Renzeng

生于2001年，现就读青海省西宁市西宁七一路小学。喜欢小动物和机器人，也很热爱舞蹈。经常在排练室里偷偷练功，偷学演员们的各种拿手绝技。然后每当被察觉时，总是装作路人迅速离开。在《香巴拉》中担任小和尚一角。

徐至 Xu Zhi

2008年毕业于北京舞蹈学院现代舞编导，同年加入北京现代舞团。曾参与多个舞台创作及演出，包括《水问》offer、《我们的生活充满阳光》Our Sunshine Life、《皮肤之下》Under the Skin、《徒步二十一层》21 Steps、《鸟》The Bird、《逍遥游》Unfettered Journey、《问·香》Offering-Fragrance等。2010年与中国电影导演陈凯歌合作，担任大型实景舞剧《希夷之大理》的舞蹈编导；2013年担任第二届中国大别山山水文化节开幕式编导及格莱美巨星演唱会编导。

张灏 Zhang Hao

毕业于中央民族大学舞蹈学院舞蹈表演专业。2012年获第十届“桃李杯”群舞表演一等奖及二等奖；第六届华北五省市独舞表演三等奖。2011年获北京市舞蹈比赛独舞表演三等奖。曾参演大型歌舞剧《玉树不会忘记》。

张乐 Zhang Le

2008年毕业于北京舞蹈学院中国民族民间舞表演专业。2012年毕业于北京舞蹈学院中在职艺术硕士学位。2011年获得第八届韩国首尔国际舞蹈比赛民族传统舞银奖；第七及第八届全国“桃李杯”舞蹈比赛表演三等奖及优秀表演奖；第十届北京市舞蹈比赛单项创作表演一等奖。

演出足迹👣：

芝加哥XILING艺术节开幕作品雅典娜大剧院

纽约哥伦比亚大学，亨特大剧院。国家大剧院

纽约城市剧院

韩国国立大剧院

国家大剧院“中国舞蹈十二天”委约作品

北京保利剧院--文化部汇报演出

上海大宁大剧院

苏州文化艺术中心大剧院

厦门闽南大戏院

中山文化艺术中心小剧场

汕头大学大剧场

北京舞蹈学院沙龙舞台

清华大学新清华学堂

香港荃湾大会堂

上海国际艺术节

广州白云会展中心大剧院



Shambhala

法国制作人 / 联系

CULT'ART PARIS_巴黎藝文 李昱翰

Tel: +33(0)6 21 47 65 88

Mail: yuhan.li329@hotmail.com