

中央民族大学国家“211工程”三期重点学科建设项目

# 民族舞蹈研究文集

● 《民族舞蹈研究文集》编委会/编



中央民族大学出版社  
China Minzu University Press

J722.22-53

1

中央民族大学国家“211工程”三期重点学科建设项目

# 民族舞蹈研究文集

《民族舞蹈研究文集》编委会/编

中国版本图书馆CIP数据核字(2009)第215748号

策文交研國舞熱另

会委编《集文舞研國舞熱另》

封面设计  
张 出

封面设计  
张 出

180001:封面设计  
(张 出)  
(室公出)

封面设计  
张 出

封面设计  
张 出

封面设计  
张 出

封面设计  
张 出

封面设计  
张 出

封面设计  
张 出

中央民族大学出版社  
China Minzu University Press



## 图书在版编目 (CIP) 数据

民族舞蹈研究文集/《民族舞蹈研究文集》编委会编.  
北京: 中央民族大学出版社, 2009. 11  
ISBN 978-7-81108-787-1

I. 民… II. 民… III. 民族舞蹈—中国—文集  
IV. J722. 22-53

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2009) 第 213743 号

## 民族舞蹈研究文集

---

|       |                                                                                                                 |
|-------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 编 者   | 《民族舞蹈研究文集》编委会                                                                                                   |
| 责任编辑  | 满福玺                                                                                                             |
| 封面设计  | 布拉格                                                                                                             |
| 出 版 者 | 中央民族大学出版社<br>北京市海淀区中关村南大街 27 号 邮编: 100081<br>电话: 68472815(发行部) 传真: 68932751(发行部)<br>68932218(总编室) 68932447(办公室) |
| 发 行 者 | 全国各地新华书店                                                                                                        |
| 印 刷 者 | 北京骏驰印刷有限公司                                                                                                      |
| 开 本   | 880×1230(毫米) 1/32 印张 13.5                                                                                       |
| 字 数   | 336 千字                                                                                                          |
| 版 次   | 2009 年 11 月第 1 版 2009 年 11 月第 1 次印刷                                                                             |
| 书 号   | ISBN 978-7-81108-787-1                                                                                          |
| 定 价   | 35.00 元                                                                                                         |

---

版权所有 翻印必究

## 序

中央民族大学自1957年创办舞蹈训练班以来，舞蹈学科已走过了52个年头。在半个多世纪的岁月里，先后培养出了中专生、大专生、本科生、硕士研究生等不同学历层次的大量人才，为我国民族舞蹈文化事业的兴盛、繁荣、发展作出了应有的贡献。

现在的中央民族大学舞蹈学科，已拥有大学本科层次的表演、教育、编导三个专业，有硕士研究生层次的民族舞蹈教育、民族舞蹈编导、民族舞蹈历史与理论三个研究方向，还有博士研究生层次的中国少数民族艺术专业民族舞蹈方向，形成了多层次、多专业、多方向的学科体系。中央民族大学舞蹈学院更拥有五十余名各民族优秀教师，他们不仅在专业层面各领风骚，而且在相关专业理论方面颇有作为，并以教学科研推动教学实践，科研与实践互为表里，相辅相成。本书所集之论文即为他们理性思考的结晶。论文虽有不成熟之处，然探讨之精神难能可贵。有了这样的精神，一定能把中央民族大学舞蹈学科越办越好。在文集即将付梓之际，以此为序。

《民族舞蹈研究文集》编委会

2009年4月20日

# 目 录

## 舞蹈理论研究篇

|                                  |            |
|----------------------------------|------------|
| 试论“人体美”与“舞蹈美” .....              | 池福子 (3)    |
| 仪式中的舞蹈——萨满舞 .....                | 丛帅帅 (7)    |
| 神秘、古朴而又深沉的纳西族舞蹈 .....            | 丛帅帅 (15)   |
| 编导与演员：舞蹈艺术的灵与肉 .....             | 高红女 (25)   |
| 藏族热巴舞 .....                      | 泽仁拉姆 (27)  |
| 论藏戏源流及其艺术特色 .....                | 泽仁拉姆 (33)  |
| 论编舞家对音乐把握的差异 .....               | 李 进 (39)   |
| 土家族摆手舞的审美意蕴 .....                | 罗守进 (45)   |
| 析云南红河彝族舞蹈中江外、江内之区别 .....         | 马云霞 (50)   |
| 云南红河“江外”彝族舞蹈中“反弦”的<br>艺术魅力 ..... | 马云霞 (55)   |
| 试论苗族舞蹈的文化功能 .....                | 潘薇佳 (61)   |
| 只缘身在此山中 .....                    | 潘薇佳 (71)   |
| 中国文化对朝鲜乐舞文化的影响 .....             | 朴永光 (74)   |
| 浅谈玉树“伊”、“卓”的风格及区别 .....          | 慈仁桑姆 (103) |
| 论凉山彝族民间舞蹈的特点与发展 .....            | 沙呷阿依 (110) |
| 让民族舞蹈之花生动绽放 .....                | 沙呷阿依 (117) |
| 对中国古典舞重心问题的探讨 .....              | 谭 伟 (120)  |
| 浅谈瑶族长鼓舞 .....                    | 赵龙淑 (129)  |

### 舞蹈教育篇

- 论朝鲜族舞蹈教学的四个重要环节 ..... 池福子 (139)
- 浅谈蒙古族舞蹈《奔腾》在民族舞教学中的作用 ..... 姜铁红 (145)
- 试论芭蕾学生表演意识的培养 ..... 李 飞 (152)
- 对排除舞蹈翻腾技巧教学过程中厌学心理的初探 ..... 李建捷 (159)
- 论技能技巧课的教学方法 ..... 陆 路 (165)
- 对如何提高舞蹈中专学生技能技巧教学的探讨 ..... 陆 路 李建捷 赵龙淑 (172)
- 谈民族民间舞教学体系的整合性 ..... 马 啸 (183)
- 少数民族舞蹈学生与“特色教学” ..... 马云霞 (190)
- 中央民族大学民族民间舞蹈教学方法的理性思考 ..... 美哈阿依·喀依尔 (198)
- 现代艺术教育的教学法 ..... 苏自红 (210)
- 现代艺术教育在 21 世纪教育改革中的重要地位和作用 ..... 苏自红 (220)
- 浅谈编舞课程对古典舞表教专业学生的意义 ..... 王天佑 (229)
- 舞蹈艺术的高等教育体制改革：从共识到实践 ..... 高红女 (240)
- 试论“舞蹈教育心理”在舞蹈基本功教学中的作用 ..... 杨 敏 (243)

### 舞蹈创作篇

- 浅谈当代中国民族民间舞作品的创作趋势 ... 刘 佳 (251)
- 维吾尔族舞蹈创作之我见 ..... 美哈阿依·喀依尔 (261)

**藏族舞蹈创作如何保持民族特质和独立**

- 品格 ..... 苏自红 (266)
- 谈藏族舞蹈《红河谷·序》的情、  
意、象 ..... 苏自红 色 尔 (275)
- 关于民族民间舞蹈创作讨论 ..... 色 尔 (282)
- 舞蹈演员的二度创作 ..... 王昕宇 (285)
- 由点知面 由表及里 ..... 徐小平 (289)
- 从结构出发 ..... 肖继元 (296)

**舞蹈音乐研究篇**

- 朝鲜族舞蹈音乐“长短”与舞性 ..... 池福子 (303)
- 浅谈“乐感”培养在舞蹈教学中的  
重要性 ..... 马庆玲 (314)
- 论钢琴伴奏在民族民间舞中的作用 ..... 梅 竹 (317)
- 试论舞蹈钢琴伴奏的“跨界”创新 ..... 孙迪飒 (327)
- 永远的“龙船调” ..... 徐 平 (333)
- 论钢琴伴奏者在舞蹈伴奏中的能力培养 ..... 张 静 (338)

**舞蹈教学管理篇**

- 体会与思考 ..... 朴永光 (351)
- 舞蹈大学生所面临的机遇与挑战 ..... 刘 佳 (360)
- 舞蹈院系专职辅导员工作初探 ..... 陈 钧 (363)
- 我校院系教学管理特点及优化措施 ..... 赵 佳 (371)

**心 得 篇**

- 如何有效地开展大学生音乐欣赏课 ..... 费 翔 (381)
- 新疆采风印象记 ..... 美哈阿依·喀依尔 (386)
- 蒙古族民歌简论 ..... 仇 莉 (391)

|                         |            |
|-------------------------|------------|
| 音乐与老年健康 .....           | 许  诺 (398) |
| 也谈两个《小城之春》 .....        | 喻少岩 (401)  |
| 浅析蒙古族男子群舞《奔腾》灯光设计 ..... | 赵承彤 (411)  |
| 浅谈少数民族舞蹈专场应注意的几点问题 ...  | 赵承彤 (416)  |



# 舞蹈理论研究篇



## 试论“人体美”与“舞蹈美”

池福子

从理论上讲没有美的人体就不可能有美的舞蹈，因为舞蹈必须用人体来体现，不然不能称其为舞蹈。所以“人体美”与“舞蹈美”是不可分割的统一体。当然不能把“人体美”与“舞蹈美”并论，因为“人体美”是演员本身具备的形体条件，而“舞蹈美”的形象内容不只是演员本身具备的人体美，它还包含着编导及演员外在的现实生活内容，经过内在心灵的过滤而又物态化的客观的舞蹈作品中美的形象内容。所以说，所谓的“舞蹈美”就是用美的人体来体现的美的舞蹈形象，通过这一物化手段，反映出人类社会实践的真、善、美，带给人们美的视觉感受。

笔者认为“舞蹈美”包含着“动态美”、“意蕴美”及“神韵美”，而这三种美都是通过人体语汇（即指用人体来体现的舞蹈语汇）传达给人们，因此舞蹈作品如果没有“人体美”的升华过程就不可能达到“舞蹈美”的目的。

第一，“舞蹈美”中“动态美”指的是美的舞蹈动态。这里谈的舞蹈动态不是一般的舞蹈动作，而是美的舞蹈形象的舞蹈动态。也就是说由舞蹈者精心提炼、加工、美化，并赋予了一定的情感色彩与内涵的舞蹈动态。这种舞蹈动态的基础虽然是来自社会实践中人体的动态，但不是人体在普通生活中的动态，而是倾注了编导者和舞蹈家审美理想的舞蹈动态。它是以虚拟、象征、写意、夸张、浓缩、扩大、变形等方式处理而成的诗化的舞蹈动态，是充满了舞蹈家审美激情的舞蹈动态。同时它既合乎为塑造美的舞蹈形象所特有的动态组合规律性，也合乎为塑造美的舞蹈

形象所特有的目的性要求，这两者相统一的舞蹈动态，当然也就是以舞蹈形象的方式凝练、升华人类社会实践中的真、善、美。

在历届全国舞蹈比赛中获得成功的作品，大都具备这种诗化的动态美。例如，《金山战鼓》中的舞蹈动作（刚毅的托掌之势以及柔韧的腰之势等）和技巧（串跳翻身、半蹲跺碎步等）就是美的诗化的舞蹈动态。该舞蹈就是以这种特有的升华了的“人体美”的舞蹈动态，构成了宋代爱国女将领梁红玉的飒爽英姿。又如《牛背摇篮》中模仿牦牛的形象神态是经过艺术创造的一种人格化了的美的形象，是客观生活美的升华。它倾注了编导者的追求和理想，是通过演员人体的舞蹈动态，抒发自己对美好生活的深切感受，对美好生活的本质进行了形象化的赞颂。所以说这诗化的“动态美”是“舞蹈美”的首要的也是最基本的条件，而能够体现它的美的就是人体的美，反之则一无所有。

第二，就“舞蹈美”中的“意蕴美”而言，它是在直观的美感享受过程中，由于理性等其他心理因素的渗入，人们便会不由自主地捕捉和领悟到“动态美”所蕴涵的内在意义，使人们的认识向纵深发展而出现的一种赏心悦目的美感享受。这种美感享受是在人们的心理意识上产生共鸣的。

众所周知，舞蹈艺术是形象的艺术、视觉的艺术，是以具有节奏性、造型性的人体动作姿态为主要物质表现手段来反映客观事物的，所以它就不可能像运用语言、文字那样去全面表述事物的现象。它只能是舞蹈家将个人对待客观事物的看法、态度等情感活动中的心理变化的节奏规律和形象思维的逻辑规范，转换成一种带有造型性、节奏性的人体动作姿态的逻辑规律，当人们通过这种带有节奏性、造型性的直观人体动态信息刺激，感受到一种节奏性逻辑变化规律的时候，即可根据长期积淀的综合心理感受，产生相应的心理状态，与舞蹈所抒发的情感发生共鸣，并为之感染。“意蕴美”是“舞蹈美”之核心。

每一位舞蹈编导都十分注意提炼创造积极而深刻的主题，而舞蹈演员有时为了很好地体现这一主题而用身体去尽力表演。比如著名舞蹈家杨丽萍曾在春节晚会上表演过她自编自演的双人舞《两棵树》，它以傣族舞的风韵，用美的人体生动地刻画了男女相依为命的相爱之情，更饱含海峡两岸骨肉同胞心心相连之意，真可谓是“舞有尽而意无穷”。

第三，“舞蹈美”中的“神韵美”，来自带有强烈个性的“动态美”与带有深邃个性的“意蕴美”。这两者相互影响，共同作用，而升华造就出一种令人精神为之一振的，或存在于人们思维想象中可感而不可及的一种出神入化的意象。这种美感享受就是对“神韵美”的享受。

“舞蹈的神韵美也可解释为人体的‘流动美’。”自古以来人们就这么看。如“自然中任何东西都比不上人体更有性格，人体，由于它的力，或者由于它的美，可以唤起种种不同的意象。有时像一朵花，体态的婀娜好像花茎，乳房和面容的微笑、发丝的辉煌，宛如花萼的吐放”。可见“人体美”在舞蹈中会产生特殊的“神韵美”。这种“神韵美”的产生，是由于舞蹈编导者与表演者共同合作，对舞蹈艺术作品形式中美的、感人的、个性化的、诗韵化的动态的精心安排，巧妙运用，以及对其内容的提炼、浓缩、加工，使二者水乳交融，高度和谐统一，并由此而塑造出带有特殊韵律和神态灵气的完美的舞蹈形象。例如，杨丽萍创作的另一作品《雀之灵》中的艺术形象正如肖育林先生所说的“雀之精灵”。她用自己的手臂、腰、眼神及全身的艺术感觉所显示出来的美姿神态、灵气妙韵和深邃意蕴，确实具有一种与众不同、超凡脱俗的“神韵美”。当然也只有这样的舞蹈艺术作品，才能充分显示出“舞蹈美”的动中有韵、韵中有情、情中有意、意中有神的艺术魅力。

总之，所有舞蹈作品都得要通过人体的美，才能体现出“舞

蹈美”的动之韵以及韵外之情、情外之意、意外之神的丰富审美想象，也才能使人们获得一种诗化的“动态美”、浓缩的“意蕴美”及升华的“神韵美”的美感享受。

### 参考文献

- [1] 孟兆祥：《舞蹈表演风格民族化的六要素》，载《舞蹈》1995年第3期，第13页。
- [2] 董锡玖：《金秋·丝绸之路》，新华出版社1995年版，第97页。

# 仪式中的舞蹈——萨满舞

丛帅帅

在仪式里的宗教“舞蹈”可能并不被“舞者”承认是舞蹈，也许他们是在“武”或“说”，在“舞着”，只是我们给予的。萨满教中的舞蹈，作为仪式的组成部分，它既是展演的手段又是展演的本身，对它的定位不能只停留在仪式里，也不能脱离仪式形成一个独立的表演方式。所以我们必然要还原它的仪式语境，在仪式诸多单位组成因素中的结构中去探求舞蹈承载的宗教观念，以及舞蹈传递的象征意义，继而确定舞蹈在仪式中的地位和作用。

## 一、概说宗教与仪式

讲到宗教与舞蹈的关系，首先要明确宗教的两个基本范畴：信念和仪式。这种信念是通过仪式表现出来的，而舞蹈就是仪式中展现的手段之一。萨满舞蹈，就是这种仪式语境中存在的舞蹈。对于宗教的定义，人类学界众说纷纭，但基本上成两个派别。

以泰勒为首的理智主义者，将宗教看作解释世界的一种手段，认为宗教是“对精神存在的信仰”，是人类“理解他们的经验”及生活于其间的世界的一种努力。

以杜尔凯姆为首的象征主义者，将宗教看作一种象征的语言，它表述了社会的秩序。格尔兹认为：“宗教是一个象征体系；

其目的是确立人类强有力的、普遍的、恒久的情绪与动机；其建立方式是系统阐述关于一般存在秩序的观念；给这些观念披上实在的外衣，使得这些情绪和动机仿佛具有独特的真实性。”象征主义阵营聚焦于“宗教所代表的东西”，关注的是象征和仪式行为作为社会生活之隐喻的方式方法，而不是力图解释宗教是什么。舞蹈本身不具有“解释”的功能，而是作为一种“象征符号”存在，所以在宗教舞蹈这方面，其功能更多的是以人体动作作为语汇把象征的意义承载出来。

那么，宗教靠什么得以维系呢？除了我们说的“人格化的超自然存在”，除了这种信仰在生活中不断地被强化外，仪式活动无疑是人类最为重要的维系信仰的策略之一。宗教之所以能够产生长久且深远的影响力有赖于周期性的仪式和聚会，仪式是信仰得以维持的保障。在仪式和聚会中，人们感受到一种超越个体的力量存在。杜尔干说，仪式之所以重要，是因为它是展示社会（集体）力量和唤起集体仪式的场所。仪式是宗教的主要现象，即“行动中的宗教”。宗教信念和宗教经验必然通过信仰者的仪式表现出来。人们通过参加仪式，创造了一种彻底的“千真万确的氛围”，即通过宗教仪式而达到更深刻的现实（仪式使信念变得真实），那么对于仪式的定义又是怎样的呢？

特纳认为：“仪式是用于特定场合的一套规定好了的正式行为，它们虽然没有放弃技术惯例，但却是对神秘的（或非经验的）存在或力量的信仰，这些存在或力量被看作所有结果的第一位的和终极的原因。”坦姆比亚认为：“仪式是一种文化建构起来的象征交流的系统，它由一系列模式化和序列化的言语和行为组成，往往是借助多重媒介表现出来，其内容和排列特征在不同程度上表现出礼仪性的（习俗），具有立体的特征（刚性）、凝聚的（融合）和累赘的（重复）特征。”

亚历山大认为：“就一般的和最基本的方面说，仪式是按计



划进行的或是即兴创作的一种展演，通过这种展演形成了一种转换，即将日常生活转变到另一种关联中。而在这种关联中，日常的东西被改变了。”这种“展演”与“转换”就像我们刚才说到的，仪式把信念借助一定的媒介呈现出来，在这时出现了“阈限”过程，这种超自然的神力使我们与日常生活隔离，进入到仪式创造出来的“真实”场景中。从这里我们可以看到，仪式是一种展演或文化戏剧，某种程度上有与戏剧相似之处。仪式与其他表演艺术的共性是，都需要有一种特殊的时间秩序，一种附属于物体的特殊的、非多产的价值，以及经常是在一个特殊的地点进行的表演。而其差别有赖于它的背景和功能。一个表演的目的在于功效，那么它就是仪式；它的目的在于娱乐，那么它就是戏剧，但是没有任何演出是纯粹的仪式或戏剧。仪式中的形体动作、颂语卜辞、偶像法器、场地陈设等，以象征的形式与周围的世俗世界分割开来，构成一个神圣的世界。表演使地位改变得到象征，而且使之得以变为现实。在当今社会，仪式与戏剧的差别变得越来越模糊，某些戏剧出于权利因素变成仪式的展演，而一些仪式为赢得关注而变为“戏剧”。仪式与戏剧的背景和功能的差别变得难以分辨，这也许也是这个时代送给我们的“礼物”。

仪式有两种类型，一种是生命仪式，一种是强化仪式。萨满教的仪式属于生命仪式之类型。生命仪式即通过仪式，指的是个人在某些生命过程中从一种社会身份转变为另一种社会身份时所举行的仪式，经过分离、边缘或阈限、融合三个阶段。第一个阶段是以某种方式象征性地与先前的状态或位置分离；第二个阶段是过渡阶段，受礼的人的身份变得模糊不清，既非此也非彼，处于一种边缘化状态；第三个阶段是重新回到社会中，但状态已经改变。这三个阶段的形成乃是萨满教仪式的整个过程的体现。