

目 录

CONTENTS

引 言	1
第一章 舞性思维辩证法	7
第一节 舞蹈的生命意义	9
第二节 动作体验使舞蹈思维获得无限的自由	12
第三节 舞蹈,舞者思维的所在	14
第二章 思维的脑神经生理机能	17
第一节 大脑活动的基本原理	19
第二节 创作思维的脑电波研究	22
第三节 创作思维的脑神经生理基础研究	26
第四节 创作思维活动的神经影像研究	28
第五节 舞蹈创作思维的比较研究	29
第三章 舞蹈动觉	33
第一节 舞蹈动觉及其特征	35
第二节 舞蹈思维中的动觉能力	43

第四章 舞蹈动作与创作动机 47

- 第一节 关于舞蹈动作的观念 49
- 第二节 舞蹈创作的动机 55
- 第三节 动作的“意味” 60
- 第四节 动作的内化和外化 68
- 第五节 动作的多义性 73
- 第六节 核心动作 75
- 第七节 动作表现 78
- 第八节 对动作研究方法的分析 81

第五章 舞性思维 89

- 第一节 关于思维 91
- 第二节 用舞蹈的方式看世界 99
- 第三节 舞性思维及其特征 104
- 第四节 舞性思维是一种创造性思维 111
- 第五节 舞性思维与思想性欣赏及其内在关系 116

第六章 舞性思维指向 121

- 第一节 思维指向及其特征 123
- 第二节 思维指向与想象 126
- 第三节 动作与情感表达 131
- 第四节 思维指向与情感 136

第七章 舞蹈创作思维 151

- 第一节 关于创作的相关概念 153
- 第二节 创作思维的觉醒 157
- 第三节 舞蹈创作思维及其特征 164
- 第四节 创作思维的主体和客体 172
- 第五节 创作思维与舞蹈动作的关系 187

第八章 舞性思维训练	195
第一节 儿童思维训练	197
第二节 动作训练——舞性思维的基础	199
第三节 舞蹈创作思维训练	206
第四节 舞蹈编导专业的教与学	212
第九章 舞蹈创作意识与创作能力测评	219
第一节 测评目的	221
第二节 寻找方法——模糊集合的引入	221
第三节 建立测评模式	223
第四节 讨论	226
第十章 创作思维阈	229
第一节 思维阈及其分类	231
第二节 思维阈的特质	241
第十一章 结构创作中的舞性思维	247
第一节 舞蹈结构思维的一般意义	249
第二节 结构作为语言的意义	251
第三节 结构作为节奏的意义	253
第四节 结构作为构图的意义	255
第五节 结构布局的流畅性	257
第十二章 律动创作中的舞性思维	261
第一节 舞蹈律动的感知和限制	263
第二节 动作的律动方式	265
第三节 主体性、辅助性和装饰性律动	266

第十三章 意境营造中的舞性思维 271

第一节 舞蹈创作思维中两大难题 273

第二节 舞蹈意境的生成 275

第三节 舞蹈人物关系的确定 280

第四节 意境与人物关系确立的类型 282

参考文献 285

后 记 288

引 言

我们周围那些四肢修长、面目娇媚、动作灵巧又精神饱满、常令人驻足回望的人,其外在形体和内在气质是可以通过舞蹈训练塑造的。那些一开始还躬着腰、驼着背,看人不敢正视,只能侧目的青春年少的学生,是什么东西使他们在短短的时间里对自己变得如此自信,对生活变得如此热爱了呢?这是一个令从事艺术教育的人倍感欣慰的现象。也许,我们可以从青少年生理、心理发育的常规进程中找到答案,但我们也可以从另一方面找到确切的答案,这就是人的各种感觉、知觉、情感、思维、想象、神态、气质等特征都依赖于舞蹈的训练——既是精神的,又是身体的。

由此我们推断,舞蹈是可以贯穿人的一生、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。这种影响不是一时的,而是长时间的,很可能会影响他们一生的兴趣和追求。

舞蹈对于儿童身体健康的好处不言自明,它能够避免像绘画、书法等儿童兴趣培训可能出现的顾此失彼。受过舞蹈训练的儿童小脑灵活,身体平衡感好,大脑对四肢的模仿能力、控制能力比未经过舞蹈训练的儿童要强得多,他们对外界的反应、适应能力也强许多。

舞蹈训练也不同于其他学龄前的直接辨物训练和一般思维训练。它本身是一个世界,一个独立系统。舞蹈想要表现的内容,孩子们通过游戏舞蹈就接受了。比如模仿鸟儿飞翔的动作,既是形象的展现,又是抽象的提炼,学习这一系列动作,学生能够同时受到形象的和抽象的思维训练。因为无论什么舞蹈的动作,即便是十分贴近生活的动作,也是经过人们大脑和身体筛选、提炼了的,不同于直接的现实生活。这一点,对于儿童的思维模式的形成,无疑是大有裨益的。一般来讲,5~9岁儿童的思维还没有形成什么模式,一切事物对于他们来说都处于一种不固定的状态,那种形象直观的教学,当然是他们乐于接受的。但另一方面,我们不可忽视的是对他们抽象思维的关注,在他们较为感性的思维过程中已经包含有抽象思维的因素,虽然这种抽象还没有达到有目的、有规律发展的程度。

二

20世纪初对儿童的学习和发展有过重要贡献的杜威认为,真正的“理解”是与事物怎样“动作”以及事情怎样去“做”有关,理解本质上是与动作相联系的。因此,教育基于行动。

舞蹈的全部知识是在对动作亲身经历的过程中获得的,这种动作教学形式是最具有计划性和成效性的。这种教学可以促进一个对舞蹈完全陌生的人迅速地进入到舞蹈的世界里,并能形成舞者全新的对动作的认知和活动方式。一个初学者,今天不能独立完成,需要老师示范或者同学帮助的动作,在明天就能独立完成。在我们每个人身上,都有两种能力:一是显在能力,另一个是潜在能力。教学的本质不在于强化已有的、显现出来的能力,而在于激发、挖掘学习者目前尚未浮出水面的潜在能力。舞蹈教学应该成为促进练习者潜在能力发展的强有力推动力,成为独立的行为系统。

认知革命的倡导者布鲁纳认为知识的结构是由概念、命题、基本原理及其彼此之间的相互联系构成。学习是由学生的好奇心、进步的需要、自居作用以及同伴间的相互作用驱动的积极主动的知识建构过程。因此,布鲁纳提出教学应重视能使学生自愿学习,并在学习的过程中形成学习的能力和体验;教学必须是结构化的,应该按照螺旋式组织教材,以便学生对知识的掌握;教学设计必

须有利于学生对知识的外推,使学生有能力超越给予的信息。

舞蹈学习也是如此,它应该是建构性的。不论是平时的基本训练还是为演出进行的剧目排练,练习者必须对新的舞蹈动作进行提炼,建立新的反应机能,并与以前的训练动作相联系,以便不仅能迅速掌握新的动作,又能理解该动作的风格特性。

三

笔者在教学中发现,学生对动作的认知活动一般分为三个阶段:第一阶段是对单一动作的认知;第二阶段是对组合动作的认知;第三阶段是对全部动作的整体认知。相应的,教师在这三个阶段中应采取不同的教学方法与策略。

在第一阶段,老师要讲明动作的发力要领、韵律特点,准确做出示范。比如,在教学中笔者注意到,没有舞蹈基础的学生一般不容易分清楚小踢腿、小弹腿的发力点,更没有撩腿和弹腿的概念。因此,我把这三种不同的腿部运动方式放在一起进行讲解:“踢”是直膝,“弹”是弯膝。“撩”虽然也是弯膝,但与“弹”不同的是:“撩”的膝盖和小腿是依次由下往上做运动,而“弹”的膝盖不动,只是小腿做运动。为配合讲解,我又将每一种动作做了细致的示范,这样,学生脑子里有了感性形象,又有比较深刻的理解,动作掌握起来就容易多了。

第二阶段,老师要讲明舞蹈组合是两个或两个以上动作连接而成的整体,它要求连贯、完整、风格统一。在每一个单一动作完成准确、规范的基础上,要对动作之间的连接和过渡动作反复练习,这些从动作到动作的中间环节,是连接动作技术和艺术审美的纽带,也是检验舞者动作有无韵律,是否流畅,能否自如的重要表现。

第三阶段,学生在动作连贯,肢体协调的基础上,注意到整个舞蹈的风格、韵味和作品的优美感人。这里,除了动作本身外,老师可以扩充一些涉及该舞蹈的政治、历史、民族发展、地理环境、风土人情、风俗习惯等相关知识,帮助学生进一步理解舞蹈的全貌。比如,认识蒙古族舞蹈和藏族舞蹈动作风格的不同,首先要认识这是由于地域环境和生活习俗造成的。蒙古族生活在草原,善于骑马,其动作特点主要体现在肩部,“硬肩”、“耸肩”、“碎抖肩”都是牧民在马背上自然动作的艺术化处理。而藏族生活在高原,长期的高原生活形成了他们

“颤膝”和“坐懈胯”的动作风格。

四

舞蹈创作思维是舞蹈者在头脑中进行创作构思的一种精神活动。当你看到一幅精美的图画,听到一首动人的乐曲、一个曲折的故事,当你面对形形色色的人间百态、社会炎凉,运用艺术思维进行联想、想象的时候,你的脑海中一定形成了一连串流动的画面,逐渐显现为一些生动的舞蹈形象,并且有把这些形象表现出来的欲望和冲动。随后,你会专注于这一感受,不断补充新的内容和想法,直至成为一种艺术的现实呈现在观众面前,这就是创作思维带来的结果。

你的目的达到了,它是一个包容不同社会、不同历史、不同文化领域、不同民族风俗、不同人物形象、不同自然景致的林林总总的大千世界,你惊叹于自己很容易就创造出一个理想的舞蹈世界,不费什么力气就使自己平时看起来不可能出现的世界变得近在咫尺,你就身在其中。你借助艺术思维的能力,成为这个世界的构造者,也成为这个世界各种事件的亲历者,你使这个世界变得栩栩如生、光彩夺目。

许多对眼前的现实世界,或者对当下舞蹈创作不甚满意的人,都可能产生改变这种现状的想法。这时,你需要做的事情就是集中精力,进入苦思冥想的状态,想象出一个你可以任意组织、变化的舞蹈世界。

创作就是这样,每天重复进行舞蹈思维的简短练习,不管是有意还是无意。当你真正进入一种平静的艺术的冥想状态后,就会出现如此生动、有趣和快速变化的各种图景,许多看似不可思议的事情都会变得合理起来。当然,思维中的冥想是营构艺术世界的手段,目的是要打通我们舞蹈思维中的许多“经络”,比如精力不集中,对自己创作能力不自信,没有创作状态等等,使自己渐入佳境,完全进入一种虚幻的艺术世界,并且使这个世界的每一个生命都变得鲜活起来。

这就是舞性思维,也就是用舞蹈的眼光看事物,或者说用舞蹈的方式对现实世界进行思维模式的转换。舞性思维强了,用舞蹈的眼光看世界和思维转换的能力强;舞性思维弱,这种转换能力也就弱。从这个角度说,在普通人看来不可思议,多少带有一些神秘力的创编能力其实就是一种将大脑里的各种人像、

物像通过舞性思维转换为栩栩如生的舞蹈形象的能力。

五

进行舞性思维研究首先需要考虑的问题是,我们现在研究舞蹈意识、行为、方法在多大程度上与科学研究有关,特别是与脑科学有关。我们知道,十九世纪的现代舞理论之父拉班创立“拉班舞谱”和“人体动律学”,归纳出砍、压、冲、扭、滑动、闪烁、点打、漂浮八大动作元素,二十世纪韩芙丽-韦德曼归纳出“倒地——爬起”技术,玛莎·格莱姆创立“收缩——放松”训练体系,这些都是跟人体科学,或说跟脑科学有关的,而我们目前还没有形成这么经典的人体科学的命题。这是我们舞蹈研究不得不面对的问题,因为距离我们尊为现代舞理论之父提出的学说已经过去了百年,能不能在舞蹈科学的研究上有所突破呢?——就在当今,就在舞蹈理论研究领域。

有了问题,要解决,第一步首先是要找准定位,就是研究的内容和目标:我们在哪一个层面上研究舞性思维,在哪一个范围内吸收、运用脑科学的研究成果等等。找准定位以后,第二步就要找准合作对象:因为当我们能力不具备的时候,是很难依靠自己解决自身问题的,我们需要“外援”,这个外援就是舞蹈科学、脑科学,就像年轻人找对象一样。舞性思维需要进一步深入研究,需要发展,仅仅自己闭门造车,苦思冥想不行,我们需要找到一位体贴入微的“丈夫”,或者善解人意的“妻子”,共同结出爱情之果。

由此,笔者想到:过去我们对创作思维的关注大多停留在形而上的层面,舞蹈编导理论也多是主题、形象、题材、动作语言、结构等方面入手,较少涉及思维的脑神经生理机制的发生。舞蹈在创作领域与人体科学,特别是脑科学的关系就十分陌生和疏远,人体科学与舞蹈的联姻也主要在训练领域,这样,我们的舞蹈科学研究就缺少了很大的一块阵地。如果我们将舞性思维、舞蹈创作思维纳入舞蹈理论的研究范围,得到相关专家、学者的关注,必将为舞蹈创作开辟一片闪亮的天地,这将是一个了不起的成果。

六

在舞蹈教学的课堂和学生有组织或者自发的舞蹈实践活动中,舞性教育应当成为人性化和艺术创新性教育的工具。

首先,在具体的教学中,教师通过直观、生动、优美、朝气向上的形体训练可以使 学生获得热爱舞蹈犹如热爱地球上的生命一样的感受。舞蹈的运动属性与生命的运动特性在任何一项舞蹈活动中都能得到完全的统一。教师以自己的真诚、热情与无私,与同学们一道创造出表现美,歌颂美的作品,滋润着学生的心灵,塑造着他们健全的人格与个性。

其次,舞蹈使学生的心理发展合乎人性的真。心灵深处的人性本真能够保持人的内心平衡与坦然,通过舞蹈,教师可以了解、影响和改变学生的一些不良习气,使其达到合乎人性真善美的崇高境界。

再次,在舞蹈中重温人的善良和纯真。舞蹈可以净化人的心灵,教师多保持一份纯真,学生就多获得一份善良的光辉。在充满纯洁和童真的氛围中舞蹈成为教师与学生沟通思想感情,增进信任理解的有效途径。这是培养学生与人为善心理与现实世界相联系的一条不容忽视的纽带。

舞性思维对于专业舞蹈编导者来说,是从事舞蹈创作的基础,而对于非专业人员来说,是一种重要的艺术素质。一般而言,大学时期是这种思维能力培养的最佳阶段。所以,我们应当不失时机地加大对舞蹈大学生舞性思维教学的力度,以丰富学生的综合素质,提高学生的创造力。

总之,在舞性思维教育中,教师可以引导学生充分表现、张扬自己的个性,创造出风格特色鲜明的艺术作品。当学生意识到我们是按照一定的真善美的标准生活在社会中的成员,自己的精神世界是为合乎人类的发展目标,为自己在现实世界中与他人进行合乎人性的交往提供的更加广阔的空间,那么,他们就能激发出无与伦比的艺术创造力。

作者

2012年5月10日

第一章 舞性思维辩证法



★舞蹈作为人类情感浓缩的精致艺术品,把世间万物和人间百态聚集到观众面前,在压缩了的时间和空间里,展示着一个广大而丰富的世界。

★我们在心灵深处追寻舞蹈,追寻舞蹈的本质和它的存在,这就是舞性思维。欣赏舞蹈,观众看见了什么?他们看见了舞蹈中的自我。

★舞者把表现留给舞蹈,舞蹈却把本质归还给观众。这,就是舞性思维的辩证法。

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?我们能否随时随地“遭遇”舞蹈?最可能得到肯定回答的地方,似乎是在那些被表现的东西中。作为舞蹈存在的根据,只有在此之中,舞蹈才可能具有某种意义。被表现的东西聚集在它依存的舞蹈中,并且获得集中、修饰、夸张和节律化处理。因为有了这一切,我们才能在任何时间、空间中“遭遇”舞蹈。

舞蹈是无声的,但无声并不等于寂静。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。在他们看来,思维是理所应当的,舞蹈无声的差异正是在观者的思维中显示出它的美妙,观者每一刻的思索,都是这种美妙的召唤。

人们正是在思考舞蹈的意义和欣赏舞蹈的美妙中相互回应,——无声的、美妙的回应。这样,舞者内心的东西与观者内心的东西就成为息息相通的同源体,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,抒情是表现,叙事也是表现。这种说法也许能使我们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,有的彰显在外,有的暗含其中。不管彰显还是暗含,它们都在舞蹈的生命表现中一并给出。

当今舞蹈在文化意义上的大量消弭,不仅在舞蹈艺术的表现中扼杀了美学和社会的责任,而且也戕害了人的生命本质。只是佐餐地、花边地面对舞蹈,并不能证明我们已经消除了舞蹈失去文化含义的危险。事实上,今天诸如电视晚会的辉煌华丽,并没有给舞蹈带来本质上的突破,我们许多人的热衷奔波,则是

加速了这种危机的进程。

但是,电视综艺晚会出现并不是歌伴舞盛行的缘由,而是舞蹈自身发展缺少文化分量的结果。

舞蹈在本质上是生命的吸收与释放,而不是无生命的宣言。在这生命的吐纳中,我们也许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,舞蹈仍然无声地,却也是实实在在地清纯着、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

当我们把舞蹈看做是某种思想的载体,或者把舞蹈看成是动作本身多样性的统一,或者把舞蹈看成是情感世界赋予的某种有意味的形式,那么,这样的舞蹈思维模式也就产生了。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,用心去感受舞蹈,最大可能地把握动作世界,最完全、最可靠的依据,是规定着某种舞蹈的思维模式。

人说,舞蹈是早期人类抒情的呼唤和痛苦的叫喊。在燃烧着的对生命的渴求和对死亡的无可奈何的叹息中,舞蹈成为生活的必需。部落交流可以没有言语,但绝对不能没有舞蹈。说话离不开手舞足蹈的原始人,舞蹈就是他们的生命。

我说,自然造化的第一件最美的工具是人体,而舞蹈是这个工具创造出来的最美丽的产品。早期人类以情绪操纵舞蹈,以舞蹈彰显情绪,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。

人说,生命的机能是动,而舞蹈是动的最美的化身。我们传承的舞蹈,是先民生命情调最直接、最强烈、最实质、最尖锐、最单纯而又最最充足的表现。

我说,在探索人类情感世界的触觉里,舞蹈成为最敏感的神经。无论什么时候拨动它,都会有令人心醉、心碎、心疼、心慌、心急、心切、心惊、心寒、心酸、心软、心窄、心照、心心相印、心心念念、心惊肉跳的震撼。在鲜明的节奏和连续的律动中,我们获得了一种生命的真实感。

一个人只有通过舞蹈的熏陶和磨炼,方能达到完美。完成每一个动作对于我们来说可能是一种痛苦,但是,每一次舞蹈对于我们却又是一种自由的超越。这是舞蹈的本质,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,仍然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。我们理解了舞蹈,就能理解它在生命中的地位和意义,但这并不是那么容易达到的。

如果我们尊崇生命和舞蹈,把它们融合在一起,构成一个血肉相连的活的生命体,那么,我们就会得到一个全新的世界。

这是认识舞蹈的第一步。舞蹈这门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。舞蹈的原始生命就体现着这种群体的或个体的自娱自乐,它同样构成了一个不断丰富的舞性思维与创作实践的世界,这是一个永远有着鲜活生命的五彩缤纷的世界。

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。

因此,在了解舞蹈这门艺术对现实的作用时,我们必须先行了解那些由人体运动创造的使思维变为某种现实的材料——动作,以及将这些材料组织成为一个统一的艺术品的结构思想,当然,这里更加重要的是要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,舞蹈凭借某种材料和依据向现实转化乃是舞性思维的必然选择。

第二节 动作体验使舞蹈思维获得无限的自由

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。

如果我们将身体直截了当地设定为人类某种思维活动的根据,那么我们就抽去了特殊活动经验条件而进入到人体动作的纯粹品性中去了。因此,从自我的身体出发,享受动作带给我们的快感,设定出一个完全的自我——既是动作,又是动作的产物;既是舞蹈本身,又是舞蹈所投射出来的意义。

感觉的存在完全在于动作经验中自我设定的那种感觉。因为有了对自我的设定,思维就有了目标,也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”

舞蹈全部的知识是在对动作亲身经历的过程中获得的,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。动作是什么?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