

◎青少年综合素质提高技巧丛书◎



审美 素质

商宁◎主编

SHENMEI



IP 河北出版传媒集团



花山文艺出版社

青少年综合素质提高技巧丛书

Shenmei Suzhi Tiegao Jiqiao Congshu

审美素质

主 编 商 宁

Shenmei Suzhi

河北出版传媒集团

花山文艺出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

审美素质 / 商宁主编. — 石家庄 : 花山文艺出版社, 2013. 1

(青少年综合素质提高技巧丛书)

ISBN 978-7-5511-0749-5

I. 审… II. 商… III. ①审美—青年读物②审美—少年读物 IV. B83-0

中国版本图书馆CIP数据核字(2012)第311154号

丛 书 名: 青少年综合素质提高技巧丛书

书 名: 审美素质

主 编: 商 宁

责任编辑: 郑德建

封面设计: 袁 野

出版发行: 花山文艺出版社 (邮政编码: 050061)

(河北省石家庄市友谊北大街 330号)

网 址: <http://www.hspul.com>

销售热线: 0311-88643226/33/17/21/30/31/42/43

传 真: 0311-88643233/34

印 刷: 北京市联华宏凯印刷有限公司

开 本: 700×1000 1/16

字 数: 256千字

印 张: 12

版 次: 2013年1月第1版

2013年1月第1次印刷

书 号: ISBN 978-7-5511-0749-5

定 价: 23.80元

(版权所有 翻印必究 · 印装有误 负责调换)

前言

21世纪，是竞争的世纪，国家与国家之间在竞争，人与人之间在竞争，广大青少年自然也被纳于竞争的社会大潮中。青少年在学习中，要面对同学的竞争；在各种比赛时，要面对对手的竞争；在未来步入社会时，要面临来自社会的竞争。强者生存的道理谁都懂，青少年如何在各种竞争中立于不败，保持优势，不断地健康成长呢？没有捷径，只能是努力地学习知识、社会经验，提高自身的综合素质，锻炼综合技能，做到“打铁自身硬”。

我们时刻关注着青少年的成长！从培养和提升青少年的综合素质能力出发，我们编写了《青少年综合素质提高技巧丛书》。丛书共分十册，包括《世界观素质》《人生观素质》《审美素质》《身体素质》《心理素质》《道德素质》《成功素质》《形象素质》《理想素质》《社会素质》等。

策划这套丛书，追求的是“真”“善”“美”三原则。什么是“真”呢？就是丛书的内容科学，不落俗套，与时俱进，体现新时代气息，指导意义突出。比如，书中内容有青少年科学锻炼身体的方法，有对如何获得健康心理知识的介绍，亦涉及了现

代社会普遍关注的环保、网络、犯罪等热点问题。什么是“善”呢？就是丛书在向青少年朋友们传递知识和方法的同时，还站在科学的思想高度，为他们指明人生方向、生命的价值所在，点亮他们的理想，并激励他们不断地奋斗进取。当读完本丛书时，广大青少年必然有知识上的收获、身心上的收获，使个人综合素质得到提高，对国家和社会的发展更有信心，对父母、他人更有爱心，这何尝不是“美”呢？

广大青少年读书都有个习惯，都不太爱读理论性强的书，这样的书读起来往往让人昏昏欲睡。针对这种实际情况，我们在编写这套素质丛书时，在理论知识部分不时地穿插一些名人事例、寓言故事等，以此来调节阅读“情绪”，做到把理论知识通俗化、大众化和趣味化，让青少年喜欢读、爱读，成为课外学习读物的有益补充。

社会在发展进步，生活日新月异。中华民族的伟大复兴是每个中国人的奋斗目标，亦是当今每名青少年的责任所在。所以，青少年朋友们应该好好学习，天天向上，提高自己的素质！

编者

2012年10月

目 录

CATALOG



第一部分 审美素质理论认知 1

- 一、美的本质和特点 1
- 二、审美的特点和标准 6
- 三、当代青少年的审美特征 11
- 四、青少年树立正确的审美观 15
- 五、审美对青少年成长的意义 20
- 六、青少年健康的审美情趣培养 23
- 七、提高审美能力的途径 27
- 八、什么是审美享受 30

第二部分 审美能力提高技巧 32

- 一、欣赏影视作品技巧 32
- 二、书法艺术的审美技巧 35
- 三、电视广告语言的审美技巧 39
- 四、音乐的欣赏技巧 43
- 五、舞蹈的审美技巧 46
- 六、国画审美技巧 50

第三部分 审美素质提高故事 54

- 一、以节俭为美 54
- 二、以诚实守信为美 83
- 三、以爱国守节为美 97
- 四、以孝悌友善为美 116
- 五、以勤奋好学为美 124
- 六、以奉献他人为美 148
- 七、以勇敢正直为美 163

第一部分

审美素质理论认知

Shengmei Suzhi Lilun Renzhi



一、美的本质和特点

对青少年来说，美是一个既简单又奇妙的问题。说它简单，是因为每个人经常都能看到和感受到美，也都有一定的审美判断能力。说它奇妙，是因为它一下子很难说清楚。哪怕是美学专家们，对“美”这个词也一直争论不休，至今没有一个令人满意的公认的定义。也许这正是美的魅力所在。当然，令人欣慰的是，美的这种模糊性，并不影响人们对她的向往和追求。

从“美”这个字来分析，在汉字里它是一个很古老的字，甲骨文里就有这个字。美，上部是一个“羊”，下部是一个“大”，合起来就是“羊大为美”。汉代许慎在《说文解字》中解释说，美这个字的含义是“美，甘也。从羊，从大”。美跟羊有什么关系呢？当然有关系，在奴隶时代，物质条件不是十分丰富，奴隶主把“美味”作为很重要的享受内容之一，越是大肥羊，味道越鲜美，“美”就是这样来的。美字的产生，告诉人们这样一个道理：美是人类社会生活的产物，美来源于生活。

既然美来源于社会生活，那么，究竟什么是美，或者说美的

本质是什么呢？对于这个问题，两千多年来不知有多少思想家、艺术家为它绞尽脑汁，试图回答，但至今仍众说纷纭，莫衷一是。下面就是人类对美的本质的探讨。

1. 美的四种观点

古今中外许多思想家、艺术家从不同角度对美的本质进行了探索，归纳起来共有以下四种观点：

（1）客观美说

客观美说从客观世界的特征出发来说明美的本质，认为“美在形式”，即美在客观事物本身。例如，客观事物的“对称”“匀称”“和谐”“秩序”“明快”等，就是美。客观美说是在唯物论的基础上建立起来的，它承认美的客观性；不过，它也有明确的缺陷，即忽视了人的社会生活实践，有明显的直观性、机械性。

（2）主观美说

在历史上，主观美说的代表人物很多，如古希腊哲学家柏拉图、德国哲学家黑格尔等，他们无一例外，都认为美的本质就是“理念”。譬如，柏拉图曾提出“美是理念”，认为这个理念是先于美的事物而存在的，是美的事物的创造者；黑格尔认为，美是理念的感性显现，“只有心灵才是真实的”；苏格兰哲学家休谟则认为，美是人的主观感受，即人感觉它美，它就美；人感觉它不美，它就不美；美与不美是人的主观感受。

主观美说有它的合理性，它把人的审美心境、审美态度、审美感觉等这些主观的东西，把心灵引入了对美的本质和规律的探索，突出了美的价值评价主体的能动作用。但是，主观美说把美

与美感等同起来，把美的价值与主体对美的价值体验等同起来，就陷入了唯心主义。审美心境、审美态度这些主观的东西在审美过程中确实起作用。“情人眼里出西施”，就是审美态度在起作用，不美的东西你也觉得它很美。相反，如果心境不好，再美的东西你也觉得它不美。但是，美与不美还是有客观规定和客观标准的。否则，世界上不同的民族和国家的人就无法坐在一起，评选出最佳健美选手和最佳影片了。

（3）主客观相统一的美说

此种美说认为，美既不是纯客观的，也不是纯主观的，而是在“心物之间”，是主观与客观的统一。苏轼在《琴诗》中就指出：“若言琴上有琴声，放在匣中何不鸣？若言声在指头上，何不于君指上听？”所以，琴声的美既不在手指上，也不在琴上，而是人作用于琴的结果。从主客观的关系上来研究美，是中国古代美学思想的一个特点。中国古代艺术家所追求的美的境界是意境，就是心与物、情与景的统一。它不是纯客观地描写自然，而是把自己的思想感情、审美情趣与自然景物融会贯通，化景物为情思，为意境。如杜甫的名句：“随风潜入夜，润物细无声”，既表现了春夜怡静的气氛，又表现了诗人愉快的心情。短短两句诗，十个字，表现出的意境却是如此深刻细腻，特别是“随”“潜”“润”“细”这几个字用得精巧，能唤起读者丰富的联想和想象。

主客观相统一的美说虽然弥补了前两种学说的某些缺陷，但是还没有从人的社会实践的高度来认识美的本质。它说美是主客观的统一，但这二者为什么能统一，是怎样统一的，在这个至关重要的问题上，主客观相统一的美说没有做出令人信服的回答，所以它也没有揭示美的本质。

(4) 马克思主义的美说

按照马克思主义的观点，美既有自然属性，又具有社会属性。所谓美，从其本质上来说，是人的本质力量的对象化，是自然属性与社会属性的辩证统一。

2. 美的形态

美的形态是多种多样的，但不外乎两大类，即现实美和艺术美。

(1) 现实美

现实美又分为两种，即自然美和社会美。所谓自然美，就是指自然界的事物和现象的美。例如，日月星辰、雨露霜雪、山川岩石、花草树木、江河湖海等自然景物，都属于自然美的范畴。

什么是社会美呢？它是相对于自然美而言的，是指在特殊的历史发展阶段上，以人与人之间的关系为中心的社会生活中所呈现的一种综合美。社会美包括人格美、精神美、风尚美、心灵美、行为美、语言美、环境美等众多内容。

(2) 艺术美

艺术美是按一定的审美目标、审美实践的要求，根据美的规律所创造的一种综合美。它是自然美和生活美在观念形态上的反带有普遍性。

3. 美的基本特点

(1) 客观性

美是一种具体性的客观存在，不依赖于人的主观意识。客观事物本身提供了美的物质基础，但又离不开人的客观的社会实践活动。自然美是人实践的产物，社会美是人实践的直接表现形式，

艺术美则是在二者基础上的再创造，更集中地体现了人的创造性。美的客观性正是源于人的实践的客观社会性。同时，美的标准也具客观性。

（2）愉悦性

美的事物都能给人带来审美的愉悦。人在观赏自然美时，会获得愉快的体验，心情格外舒畅。在欣赏艺术美时，常常能达到忘我的境地，那勾魂摄魄的力量常使人们心摇神荡、畅快淋漓。就是在观赏悲剧时，也能获得美感，如《红楼梦》中的“黛玉焚稿”“宝玉哭灵”，不知让多少有情人为之落泪。悲剧直接给人以痛感，继而转化为一种美的意境，使观赏者情感上得到一种满足。

（3）形象性

形象性也可称作具体可感性。凡美的事物都以具体的感性形象出现，都是可见、可闻、可触、可感的。譬如青山、绿水、鲜花、精美的物品、庄严的雕塑、鲜活的艺术形象、生活中优秀的人物典型等，其都以鲜明的形象性给人以美感和愉悦。

（4）社会性

美是与人紧密相联的，并且普遍存在于社会之中。人们说这个东西很美，是人在思想活动中对它的体验、理解，甚至是创造。

综上所述，美是客观地存在于人类社会范围以内的具体形象，是人类社会实践的结果。人通过社会实践，不仅获得物质享受，同时还有精神上的享受。实践所创造的不仅是物质的产品，同时也是实践者的思想、情感、聪明和智慧等这样一些本质力量的实现，而在这些本质力量的实现过程中，人感到了愉悦和幸福，感受到了美。马克思说，劳动创造了美，动物只依照它所属的物种的尺度和需要来塑造，但人类能够依照任何物种的尺度

来生产，并且能够运用内在的尺度到对象上去；所以人类也依照美的规律来塑造。生活中千姿百态的美正是人类塑造的结果，作为主体的人应该懂得在创造中去认识美，感受美。

二、审美的特点和标准

美是能够使人们感到愉悦的一切事物，它包括客观存在和主观存在。审是人们对一切事物的美丑作出评判的一个过程。由此可见，审美是一种主观的心理活动的过程，是人们根据自身对某事物的要求所作出的一种对事物的看法，因此具有很大的偶然性。但它同时也受制于客观因素，尤其是人们所处的时代背景会对人们的评判标准起到很大的影响。

从哲学的角度来看，审美是事物对立与统一的极好证明。审美的对立显而易见，体现为它的个体性，审美的统一则通过客观因素对人们心理的作用表现，即在每个时代或阶段，人们所处的环境，或多或少会对人们的审美观造成影响。

美是事物促进和谐发展的客观属性与功能激发出来的主观感受，是这种客观实际与主观感受的具体统一。人的审美追求，在于提高人的精神境界、促进与实现人的发展，在于促进和谐发展、创建和谐世界，在于使这世界因为有“我”而变得更加美好。

1. 审美的特点

审美是人的一种心理活动，它具有三大特点，即直觉性、情感性和愉悦性。

（1）直觉性

审美直觉性，就是对美的形态的直接感知，是对审美对象的整体把握。例如，人们走在大街上，看到街上的一座建筑十分漂亮，与众不同，这种感觉就是审美直觉，是一刹那的心理反映。

审美直觉有着三层含义，具体如下：

第一，指审美感受的直接性、直观性，即整个审美过程自始至终都是形象的、具体的，在直接的感知中进行。

第二，指在审美中，对审美对象从全局整体上而不是支离破碎地感知。

第三，指审美感官愉快，不是先有理智的思考和逻辑的判断而是直接产生的，即在美的欣赏中无须借助抽象的思考，便直接判断对象是美的，还是不美的。

爱迪生指出：“有一些不同物质的变化方式在一眼看到时心灵马上就判定它们美或丑，不需预先经过考虑。”这种直觉性贯穿美感的一切形态之中。

直觉是的确存在的，不容否认。科学与艺术史有许多事实早已证明，在人类思维活动中，的确存在着与逻辑思维迥然不同的思维方式，它能使人在瞬间领悟和理解，造成人对现实的理性把握。当然，青少年应该分别两种根本不同的直觉：一种直觉是低级的、原始的、相当于感觉，也可说是在理性阶段之前的直觉；一种直觉可以理解作为一种高级的、经过长期经验积累的、实际上是经过了解性认识阶段的直觉。这就好比青少年做数学题，当数学知识和解题技巧积累到一定程度时，遇到数学题便可以在瞬间知道此题有什么解法，这是一种潜意识里的东西，不再用苦苦思索。

审美直觉与复杂的逻辑判断不同，后者是经过一连串의严格

的推理或演算过程而自觉达到，而前者是通过潜在的方式不自觉地达到。二者本质相同，它们都是对客观事物的一种深入正确的把握。所以，人们视审美直觉为能够把握和认识真理的一种人类高级的反映形式。

（2）情感性

审美情感是指人对客观存在的美的体验和态度，包括人的生理、理性因素与人类发展所积淀的普遍因素。譬如，青少年欣赏盲人艺术家阿炳的《二泉映月》，当二胡奏响那缓慢、低沉而悠扬的旋律时，每个人的心情会自然而然地被二胡音乐所带动，发出一种凄婉哀怨的情绪，仿佛一人孤身坐于夜阑人流、月冷泉清之地，回首往事，痛苦不堪。随着主题的展开，旋律慷慨激昂起来，那悲愤的控诉，不屈的抗争和孤傲的人格立刻在心里激起共鸣，愤怒、同情、钦佩等各种情感交织在一起，发酵、沸腾。这就是一种审美情感的体验和态度。

审美情感以审美认识判断为基础的，是审美特点之一，它与快感是有区别的。快感是生理机体的舒适感觉，不需要以审美评价做基础，它在本质上是物质性的。而审美情感不同，在审美过程中所产生的美感属于精神范畴，是一种精神的愉悦，包含着丰富的理性因素，不是物质情欲的发泄，而是人的一种高级的情感活动。打个比方说，青少年都喜欢吃巧克力，一块巧克力入口，就容易引起快感，但是它却不能引起美感。

（3）愉悦性

审美愉悦，来源于对人的本质力量的肯定，表现于对狭隘功利性的超越和对于生命力的追求。审美是一种感情，是一种喜悦和愉快的感情。无论什么样的审美对象，它总是能给人们带来审

美的喜悦。崇高美，诸如奇峰突起、绝壁悬崖、霹雳闪电，虽然它们使人们的耳目受到强烈的刺激，但往往感情却能给人以一种愉悦感。听贝多芬的音乐，读李白的诗，登临泰山，都可以获得这种激动的或平静的喜悦、愉快的美感享受。这种愉悦感来自身心理能力的和谐运动，令人感到一种恬然自得，轻柔流畅，游刃有余的自由。

审美愉悦与青少所通常所说的“愉悦”是有区别的。青少年口中的愉悦感来自许多方面：有来自生理的满足，如饥饿时美餐一顿，寒冷时添衣换袄；有来自道德的净化，如受英雄人物的激励，甘为他人谋利益；有观看比赛时的狂热，遇见亲人时的激动，邂逅旧友时的兴奋……审美的愉悦性不同于生理的快感、功利的快活、道德的快适，当然也不是简单的娱乐新闻所能达到的。审美愉悦性没有物质功利性，却有精神的功利性；没有个人功利性，却有社会功利性；无急功近利性，有深沉的现实——历史功利性。轻风中左摆右摆的小草，清晨树枝上的鸟鸣，都能给人带来情感上的愉悦，这些虽没有什么重大的社会意义，但却有益于人的身心发展，可陶冶人的情操。听舒伯特的摇篮曲也能给人带来愉悦，能引起成年人对童年、对母亲的眷恋，激起热爱母亲、热爱人民、热爱祖国的美好情感。雄浑、崇高之美感，能扬起人类的自尊和自信精神。恬淡和静穆之感，能平息人心中的愤怒、怨气。审美愉悦之所以是非功利的，又是有功利性的，是因为它的表现超越了狭隘的功利性，将人的生命力升华。

2. 审美的标准

审美标准是人们在审美活动中用来判断对象美丑的准绳。

战国时期辞赋家宋玉在《登徒子好色赋》中说：“天下之佳人，莫若楚国；楚国之丽者，莫若臣里；臣里之美者，莫若臣东家之子。”“东家之子”之所以成为天下最美的女子，因其是“增之一分则太长，减之一分则太短，著粉则太白，施朱则太赤。眉如翠羽，肌如白雪，腰如束素，齿如含贝。嫣然一笑，惑阳城，迷下蔡”。这是宋玉断定人的标准。审美标准是主体在长期的社会实践和审美实践中形成，既有对审美对象的审美属性的概括，又有主体审美经验的凝结。审美标准具有相对性、差异性不同时代、不同民族、不同阶级、不同的个体，审美标准有所不同。但审美主体的审美感受总是以审美对象作为前提和基础的。只有符合客观真实、符合审美对象的实际审美价值、符合时代精神的审美标准才是正确的、健康的审美标准。

随着人类文明程度的不断提高，审美标准也在不断地进步和提高。面对丰富的人生实践，青少年该坚持怎样的审美标准呢？

（1）劳动和创造是美的

人的劳动具有伟大的创造力量，自由、自觉的劳动是劳动者表现和肯定自身、实现自身价值的基本方式，劳动可使劳动者享受到极大的乐趣，体验到人生的幸福与价值，从而使精神得到净化。树立“劳动和创造是美的”这一标准，使人们在新时期更加崇尚和赞美那些敬业爱岗、无私奉献、勇于献身的建设者。

（2）生活是美的

生活美不仅指生活条件、生活环境的美化，还包括生活中人与人的关系、人与环境的关系成为一种超越功利的情感关系。人们越来越倾向于认为那种平等、互助、协作、友爱、理解、尊重、共同奋斗的人际关系是美的。同时，认为热衷于美化自身的