

# 浅析中国古典舞身韵的“形,神,劲,律”

## Analysis of "Form, Spirit, Strength and Rhythm" in Chinese Classical Dance

田楚琦

Chuqi Tian

山东省文化艺术学校  
中国·山东 济南 250014  
Shandong Culture and Art School,  
Jinan, Shandong, 250014, China

**【摘要】**论文对中国古典舞身韵所体现的审美倾向“形、神、劲、律”做了分析,可以发现只要实现“形”的有机把握,以“神”延续“形”,以“劲”体现“神”,以“律”促进“劲”,便可达到以超脱自我的境界去追求中国古典舞的典雅之美、形式之美与文化之美。

**【Abstract】**This paper makes an analysis of the aesthetic tendency of the body rhyme of Chinese classical dance, which is "form, spirit, vigor and law". It can be found that as long as the organic grasp of "form" is realized, the "form" is continued by "god", the "spirit" is embodied by "vigor" and the "vigor" is promoted by "law", people can feel that they can go beyond the realm of self to pursue the beauty of elegance, the beauty of form and the literature of Chinese classical dance, and the beauty of chemistry.

**【关键词】**中国古典舞;身韵;形、神、劲、律

**【Keywords】**Chinese classical dance; body rhyme; form, spirit, strength and rhythm

**【DOI】**10.36012/sde.v1i1.18

## 1 中国古典舞“身韵”的艺术风格及审美追求

### 1.1 “身韵”的艺术风格

“身韵”可谓是中国古典舞中一个标志性的符号,把“身韵”二字拆开来讲,“身”即身法,“韵”即韵律,合称为:身法韵律。以神为指导,以形为本体,将中国古典舞身韵外化美在形,内敛美在神,形止而神不止,神不止则意无穷,意无穷则通气达力,内外兼修,使身韵由最初的萌芽,在中国古典舞这片丰富的沃土里,滋根生芽,相互依存,相互渗透。

### 1.2 “身韵”的审美追求

舞蹈艺术表现在视觉,听觉以及内在情感的触动中,找寻那细腻扣人心弦的情感点,中国古典舞不是单一存在的,它有机地把一种文化精神与情感共鸣而产生的艺术形式展现出来,“拧、倾、圆、曲”是中国古典舞的审美特性,它继承了中国

文化中“圆”的概念,翩若惊鸿,婉若游龙,在曲折迂回中展现出东方的神秘之美<sup>[1]</sup>,就像中国的园林艺术一样,曲径通幽。还有就是“中和之美”,东方人秉性的谦和温婉,源于中华五千年文化历史,中国古典舞所展现出的“中和”,无疑是身心、形神等多方面的统一,文修其心,舞练其身。因此,“中和之美”在中华文化的长河里具有深厚的审美意蕴和文化内涵。

## 2 中国古典舞“形,神,劲,律”的审美倾向

### 2.1 “形”之曲则生情

中国古典舞中的“形”指外部展现出的线条、体态、路线及舞姿。中国古典舞突出了拧、倾、圆、曲的规范形态,主要呈现出一个“曲”字,在“形”的训练上,主要把握身体局部和整体配合两部分的关系,从动作的静止造型,流动动作间的连接、路线、转换及在运动中形态的高低、大小、由动到静的亮相、由静到动的起法儿均需要“曲”的要领规范。“曲”字不仅

在中国古典舞中有一定的审美形式,而且在书法文化以及园林文化中也颇有体现,例如,篆书,行书对婉曲线条偏爱最盛,中国的园林艺术也是秉承着曲径通幽的原则。其实在舞蹈形态中,人们可以寻找最本我、纯真的自然规律特征,即“一生二,二生三,三生万物,万物归一”,抓住核心点,万变不离其宗,使形态虽迭出不穷,但所想表达的内涵、情感、寓意层次递进,引人深思。“形”是中国古典舞舞魂精神的依托,更是舞韵情怀的媒介。

## 2.2 “神”之意领神随

“神”是一种由内而外的自在变化,从内心感觉到思想意识显化于外部状态,这就达到了一种形止而神不止的艺术层面,情在心间,神在眉间,以神传情,说不明,道不破,我思故我在,所以,“神”附属于“形”之上,二者相互交融,缺一不可,外在的形态还未发生变化,舞者自身的神韵已经把观众带入了所要营造的氛围中去,形态虽然已经停止了,但神韵依旧在延续。例如《挂帅》《木兰归》等人物形象,“神”可谓是传递出了年代感与背负的使命感,在“身韵”的学习过程中,要想成为灵魂舞者,必须身心兼备,形神具备,方能陶冶情操,舞出艺术人生。

“形止而神不止”是老师在启发学生如何找到动作“延伸感”时所运用的一句谚语,深层次来说,也是艺术表演从“有法”到“无法”的升华,是“得意而忘形”的超脱境界,这是一种本真的心灵追求,是中国古典舞人共发的审美超越与美学共鸣,也是中国古典舞艺术审美的独特境界之所在<sup>[1]</sup>,它也超越了人的凡俗性。要想向这一境界进发,艺术家需要把自身的艺术素质与素养提升到较高层次,这其中需要艺术家的文化沉淀,也包含自身的魅力修为这样才使得艺术散发无穷吸引力。

## 2.3 “劲”之劲苗气根

“劲”在中国古典舞中,需把握其分寸,过满则僵,“劲”是通过内在的气息而外化出来的,“气,力,劲”往往是贯穿一致的,“气”作为基础,过大为力,适度为劲,“劲”贯穿于整个舞蹈的表演过程中,分毫之差,所展现出的效果以及形态就是天壤之别,舞蹈演员对每个动作,呼吸的处理,都需要以“劲”进行把控,才能实现劲力配合。“动中有静”“静中有动”都是靠对“劲”的分寸把握而得以实现的,“劲”的处理为舞蹈增添了画龙点睛之笔,“劲”通过神的展现,把“形,神”进一步强化。所以,对于“劲”的把握以及运用,需要极高的艺术素养才能收放自如,才能把内心最真实、最纯粹的一面表达给观众。

## 2.4 “律”之转化游龙

“律”在中国古典舞中的走势千变万化,瞬息万变。这种

节律不仅指时间的长短、动作的快慢、动势的变化以及与之相适应的劲力运用及气的不同处理所形成的种种对比反衬的艺术手法,还是各种艺术对立成分在时间、空间中和谐韵律的展现。这种对立成分互相衬托,互为补充,形成了节奏的辩证统一体。“律”赋予了舞蹈生命力与韵律美,一动一静,都仿佛纳入心间的话语,在做动作时,讲究顺势,顺劲,通俗地说,也称为“正律”,这就是人们所说的自身所带来的律动性。人们俗称的“反律”,则需要一点刺激性的浪潮,使之增添艺术色彩。

## 3 “形,神,劲,律”的传情达意之效

### 3.1 审美体验的沉淀与超越

心有多大舞台就有多大,中国古典舞艺术一直在追求“大象无形”“大美无言”这种极高的艺术修为,这就要求人们需要秉承着一种朴素的心境,提升自己的人格修为,在生活中去发现艺术的瑰宝,体验艺术带来的新奇世界。万般脱俗始于心,万般情切发于缘,万般绚烂归于简,情到深处意为真,本真幻化为朴素的人格魅力。古人说:“唯造平淡难”,平淡不是平庸,而是洗净铅华后的超凡脱俗,“不着一字,尽得风流”,是每一位艺术家所毕生追寻的崇高境界,这也是体验中的审美超越<sup>[2]</sup>。

### 3.2 内心世界与外在世界的和谐

清代国学大师王国维语:“无我之境,以物观物,故不知何者为我,何者为物”。所谓“无我”,指的是一种超脱的境界,与大自然交相呼应,融为一体,以一种洒脱不羁的济世情怀,以“无我”的状态,看待世间万物,才能寻觅出人生真谛,陶冶出高尚情怀,在自然中发现奥秘,诠释艺术的真谛,把个人情感上升到审美超越的理想境界,把自己放空,体会“无我”,体会艺术的灵境。再如,宗白华先生认为:艺术的最高境界是“灵境”,即超旷空灵的“禅境”。当音乐响起在舞者的心空时,曾经印在脑海中的语言符号无异于海市蜃楼一般无处可寻,就会觉得艺术的魅力在指引你,所谓的动作已然变得没那么重要,所有的一切源自于自身那触不可及的心灵火花,即审美超越的最高境界。

### 参考文献

- [1]周敏.中国古典舞中身韵所具有的特性分析[J].黄河之声,2014(8):5.
- [2]王伟.中国古典舞教程[K].北京:高等教育出版社,2014.
- [3]冯伟杰.戏谚转用的“民族化”求索——习《中国古典舞教学诀汇编》之感思[J].艺术科技,2016,29(5):397.