

# 论中国古典舞与太极气韵之关联

陈礼斌 (南昌职业学院 330500)

**摘要:**中国古典舞在我国舞蹈艺术中历经了60余年的实践历程,经过历代专家教授的加工和提炼,并通过长期的艺术实践和总结所流传下来的当代中国民族舞蹈艺术,也是蓬勃兴盛在当代中国舞蹈界的主流舞种。它创立于上世纪50年代,曾被人称作“戏曲舞蹈”,中国古典舞是戏曲、舞蹈、太极之间的混合产物。同时也融合了中国古代哲学、传统美学以及《周易》中的“阴阳五行”。它们对中国古典舞的影响都尤为突出,中国古典舞是以戏曲京剧为基础,并结合了其他的传统文化和气韵观,特别是受太极文化的影响,并且是在继承传统舞蹈基础上,体现古典文化精神,具有中华民族气质的舞蹈、因而“气”和“圆”在中国古典舞中占有重要的位置。由于中国古典舞的核心和主要标志是身韵,“气”和“圆”在身韵训练和展现中的重要性是不言而喻的。只有懂得“气”和“圆”在中国古典舞中的运用和重要性,才能从根本上认识到“气”和“圆”在身韵中起到的作用。

**关键词:**古典舞“气韵”与太极“气韵”相通以及“圆”“阴阳”“气”在中国古典舞中的重要性

## 一、中国古典舞中“圆”和“阴阳”的关系

中国古典舞无论是哪一套教材,都有一个共同的特点那就是“万变不离其圆”,而中国古典舞运动的基本核心恰恰就是划圆运动,圆的动律在中国古典舞中体现的最为充分、最为集中,比如:云手、小舞花、风火轮、点地翻身和串翻身等动作,其运动路线就是不同方位“圆”的人体运动,只是力量、速度、空间以及着力点的不同而已。“圆”又分:平圆、立圆、8字圆,以圆形动态运动所包括的“拧、倾、圆、曲”中,“圆”是最重要。同时体现了中国人的哲学思想,例如:儒家的“致中和”思想、道家的“道生一,一生二,二生三,三生万物,万物负阴而抱阳、冲气以为和”等思想观。“圆”和太极图有着内在的联系,而《周易》这部代著作内容却辩证了古典舞和太极阴阳的共同特点:阳阴、刚柔、虚实正反、内外、快慢、上下、起伏、动静、收放、伸屈等对立面。将各种矛盾的对立聚集在“圆”形之内却又生生不息、此消彼长、往复循环。人体运动的一切对应态势,都可以用阴阳来概括,当然也包括传统文化的中国古典舞。动作姿态的运动轨迹无一不是“太极”之圆的“阴阳”,它承载着古典舞蹈审美境界的最高意义。古典舞中重点强调动作的对比转换,也被广泛的运用在人体动作律动之中,其基本归结为“十欲”:欲左先右,欲右先左;欲提先沉,欲沉先提;欲上先下,欲下先上;欲前先后,欲后先前;欲快先慢,欲慢先快;欲放先收,欲收先放;欲直先弯,欲弯先直;欲高先矮,欲矮先高;欲正先斜,欲斜先正;欲重先轻,欲轻先重;逢冲必靠迂回婉转无不如是。因为动力是轨迹形成的基础,所以古典舞更注重人体运动的过程,形成古典舞“中正曲含”的动作特征。在中国古典舞的范畴里,“以柔克刚”“以神统形”“以虚领实”的现象比比皆是,从内心来讲是感于心、动于情的魅力所在。换一个角度来看,在圆的轨迹上无论怎么变化都拥有阴阳正反两极。同时这对立的两极又始终运行在一个圆之内,可以互相影响变

化,可以相互协调,同时又遵循天人合一的自然规律。圆包含了阴阳关系,“阴阳”不仅指动作形态上的正反对立,也是动作在流动过程中的正反对立所产生的协调和变化。就是说任何一个点都能成为转换支点,从而加大了在圆的轨迹中的可变性形成自然交替现象。一阴一阳的循环,动作的运动轨迹是圆的,但动作的发力却是阴阳交替的。所以在太极文化中,中国传统文化《周易》的分支有着独特的思维方式,太极拳是一种以阴制阳、以柔克刚的人体运动,其动作是遵循圆和曲线的运动轨迹进行的,而古典舞与太极拳是不同的运动种类,但它们的共同依据确是中国古代哲学。它们在力和气的运用方式也是一致的,两者之间有着许多的共通关系。都拥有阴阳和正反,对立聚集在“圆”形之内时而强时而弱此消彼长,遵从天人合一的自然法则,又可以互相影响而变化,圆和太极图的阴阳鱼一样都包含阴阳之间的关系,阴阳两极和中国古代哲学思想阴阳交合的宇宙观。衍生出对立与统一,刚柔并济与对称的和谐审美原则。同样中国古典舞确立了以“圆”为核心,以中国古代哲学为基垫所产生的动作风格秉承了这一民族思想和审美原则。

## 二、“气”在中国古典舞中的重要性

中国传统文化中的“气”,涵义异常丰富,它既很玄奥又十分重要。不懂得“气”,就不能把握中国传统文化的精神实质和特点。中国的哲学、戏曲、武术、中医等非常重视“气”。中国古代哲学家大多认为,“道”的阴阳变化根源于“气”的阴阳变化。庄子以“气”来表示万物的本源,说“气变而有形,形变而有生”;他还以“气”来解释生命象,说“人之生,气之聚也,聚则为生散则为死”。著名戏曲表演大师盖叫天认为“气,就是运气的功夫”,并说“立正是一切舞蹈、身段的基础”,因为这是有“精、气、神”的立正;另一位戏曲表演大师钱宝深则称“运气的功夫”为“气口”,并指出:“身子往上神的时候要吸气,身子往下沉的时候要出气”。“气”是武术的原力和根本,是武术精微之所在,无论武术的外在形态还是内在神韵,都是气的泛化与体现。武术中常说:丹田乃“积精累气”之所,也是内功所载之根。武术套路中的起势、收势以及发力动作大都讲求“提沉”。太极拳最大的特点在于它是用意练意,行气练气的拳。太极拳套路的演练与古典舞表演一样,都讲究“意、气、力”的配合。现代舞蹈某些基本原理和太极拳、气功理论一脉相通,如:心行气,气运身、力由脊发、气沉丹田等等。丹田是人体重心所在,也是主宰力量的源泉,气藏丹田,既可稳固重心又可培养真气。这种以人体躯干为“气化”之库府,是古典舞在演进过程中多重形态的演变,也是民族风格的人体运动。“气”在中国传统思想文化中占有非常重要的地位,无论是武术还是京剧都非常重视“气”的运用,古典舞与戏曲和太极拳的内在联系极为密切,并且是在继承传统舞蹈基础上体现了具有中华民族气质的古典舞蹈的文化精神。“气”在古典舞中占有重要的位置,“气”在身韵训练和展现中的重要性也是不言而喻的。只有懂得“气”在古典舞中的重要性,才能从根本上认识到艺术呼吸在身韵中的作用。

古典舞身韵首先就是“气”，这里的“气”和生活中的气紧密相连却又不相同。相同的是人体内部器官的“呼”和“吸”，不同的是被艺术加工后的“呼”和“吸”，是带动身体上下运动的一种动律，这种呼吸称为“提沉”。吴晓邦、李正一、唐满城等多名古典舞界的前辈们，也明确地将“气”的本质认识作为舞蹈表演的元素，将“提沉”作为古典舞身韵训练体系的重要内容而贯穿始终。

例如：平圆、立圆、八字圆，提、沉、冲、靠、含、腆、移、旁提等动作与呼吸紧密相连，呼吸赋予动作生命力和表现力，充分掌握“提沉”这一元素训练，其主要目的在于提升舞者的表演素质，即心与气合、气与意合、意与身合、才能达到身体收放自如。

### 三、古典舞“气韵”与太极“气韵”相通

中国古典舞最为突出的特征是传统舞蹈美学，最为讲究的就是“气韵”，但是中国古典舞中的“气韵”和太极中的“气韵”如出一辙。透过太极文化我们对太极气韵有所了解，多多少少也知道一些它的形成过程，其始终贯穿的是“道家”思想，“气”是万物不可缺少的最基本的元素之一，通俗点讲就是呼吸。气分阴阳，阴阳二气相交天地万物才能生生不息，一切的运动和变化都是由“气”的变化而决定的。无论是戏曲，还是以戏曲舞蹈和中华武术太极拳为基础且吸收多种元素所构建的中国古典舞身韵，都是以气为主导，圆为核心，以“圆、曲、拧、倾”为身法，“提、沉、冲、靠、含、腆、移”为动作元素，才有了如影随形的“气韵”，更使中国古典舞具有生命力和独特的审美特征。

中国古典舞中的“气”在我们中国传统思维的领域里泛指哲学范畴，在中国古代是从四季变更、阴阳变化、日月星辰以及万物生息中感受到“气”的变化和存在。舞蹈中的“气韵”早在先秦时期就有“观其舞，知其德”同时也影响着人的精神状态，这种生命之正气的舞蹈律动和形态，在展示“韵”的同时又把“气”运用的淋漓尽致颇有审美价值。而“韵”是一种非静止而且又连绵不断的形态，有一种形段意不断的感觉。“气”是一种阳刚之态的表现，而“韵”却又融化在舞蹈作品中，融化在舞者身体的节奏、美妙的舞姿、高超技艺以及丰富的情感中。反之，一个舞蹈作品只是有其形无其神徒具一个外壳，没有灵魂

(上接第258页)

位，只能被迫转行。其根源缺乏对动漫人才的针对性培养。

基于这样的情况，河南省高校应针对动漫职业岗位的不同需求，有针对性的培养不同类型的人才并进行相应的课程改革。根据目前市场动漫人才的细分，可以设置不同工作室，工作室和企业签订合作协议，或企业建立驻校工作室，以项目带动教学，学生可根据个人的兴趣爱好选择合适的工作室学习。采用工作室制教学模式一方面以工作室为平台，聘请企业有丰富实践经验的专业技术人员担任教师，承担实践技能课的教学任务，本校专业教师的教学也更有针对性，专业性，从而解决河南省高校动漫专业目前师资匮乏等相关问题；另一方面学生在校期间通过企业的驻校工作室带来的具体项目中构建相关的理论知识和发展岗位职业技能，毕业之后可以很快胜任相应的工作岗位。

最后，净化市场环境，保护知识产权，促进动漫产业的可持续发展。政府应尽快构建严密的知识产权保护体系，鼓励动漫作者进行动漫产品、形象的著作权登记和商标注册，对出现形象侵权的行为，积极维权，严厉打击“盗版”行为，净化环境、维护市场秩序，为动漫产业的良性发展保驾护航。

“韵”的支撑，是徒劳无功达不到形神兼备的效果。所以“气”和“韵”在中国古典舞中是通过不同的形式过程和阶段有机的结合所达到的艺术美学的至高境界。

所以中国古典舞中“气韵”和太极中的“气韵”“气”除包含节奏中轻重缓急的性质相同，在力道、动作、视觉上也是有共通之处的。意、气、力、形内外和谐统一，达到以意领气、以气发力、以力贯形、以形取意的高度融合和完美结合的表现中。同时动作和情感是意与气合、气与力合、力与形合的结合产物，更能使舞蹈动作及其韵律刚劲有力，有如行云流水般流畅洒脱。从而形成了中国古典舞独特的艺术舞蹈风格和魅力的风姿流韵。

### 四、结语

太极文化中包含了阴阳、太极圆转、气韵、力学、哲学等素材和养分，“中国古典舞”和“太极”一样，呈现为自始至终的“圆”运动，“圆”之动在于“气”的变化，这变化的浑然之“气”结构了运动之“力”，而这“力”恰好来自阴阳的反复与互训，构成宇宙思维的阴阳观念，随之衍生出“道”。这“道”就是“有物混成，先天地生”也就是道的自身。而古典舞与太极两者之间有着许多的共通之处。这种共通之处对中国古典舞的审美功能的构成起着至关重要的作用，从某个意义上说，中国古典舞已成为“太极文化”的组成部分。太极文化是中国传统文化《周易》的分支有着独特的思维方式，时而强、时而弱此消彼长互相影响变化，遵从天人合一的自然法则。阴阳两极和中国古代哲学思想阴阳交合衍生出对立与统一审美的原则。同样中国古典舞确立了以“圆”为核心，以“气韵”为主导，以中国古代哲学为基垫，从所产生中国古典舞的动作风格，秉承了中华民族的思想和审美原则形成了独特的中国古典舞艺术舞蹈风格和魅力的风姿流韵。

### 参考文献：

- [1]向开明·著.《太极文化与东亚舞蹈文化》.民族出版社，2006.
- [2]钟跃英·著.《气韵论》.上海美术出版社，2000.
- [3]《太极拳》.北京体育大学出版社，1998.
- [4]周山·著.《周易文化论》.上海社会科学出版社，1994.
- [5]王伟·主编.《中国古典舞基本功训练教程》.高等教育出版社，2004.

### 四、结语

河南省在发展动漫产业的道路上任重而道远，今后应加强产业链中各环节的相互作用，根据市场需求，培养属于我们自己的动漫人才，挖掘本省博大精深的文化底蕴，从而促进动漫产业的长足发展。

### 参考文献：

- [1]杨利民.内蒙古动漫产业的现状与发展对策[J].影视评论，2011(4).
- [2]翁炳峰，王振强.关于海西动漫人才培养模式的思考[J].福建师范大学学报，2011(5).
- [3]杨帆.洛阳文化及动漫产业发展战略研究索[J].吉林省教育学院学报，2011(6).
- [4]程昭华.河南省动漫产业谋求突破[N].大河网，2009.

### 作者简介：

王瑞强，南阳师范学院美术与艺术设计学院助教。