

# 汉唐古典舞的历史分析与现代教学探究

陈超

江西艺术职业学院 艺术服务中心

**摘要：**以舞蹈形式表现出来的古代文化艺术形式的汉唐古典舞是中国古典舞发展的顶峰，有着独具风格的舞蹈体系和丰富的中华文化气息。研究其历史和文化内涵，并与现代舞蹈教学相结合，既是对其的传承，也是创新和发展。

**关键词：**汉唐古典舞；历史分析；文化意义；现代教学；策略

**【DOI】** 10.12252/j.issn.2096-6288.2023.10.063

## 引言

中国文化源远流长，在历史长河的发展和流动过程中，虽然朝代不断更迭交替，但是中华民族的文化却从未中断，舞蹈作为其中的重要组成部分，在不同历史发展阶段，承载了祈福、庆祝等不同作用，一直伴随着我国文化的发展。但自20世纪以来，随着世界文化的融合，现代舞、当代舞、芭蕾舞等成为舞蹈领域的主流，古典舞逐渐被遗忘。在此情况之下，中国舞蹈家孙颖先生，在多年的案头研究，以及课堂教学经验的不断积累之下，承担起了寻找和重建古典舞的重任，创建了汉唐古典舞，为我国文化的发展和传承作出了巨大贡献。汉唐关于古典舞的历史分析和现代教学研究，对于实现古典文化的传承，以及汉唐古典舞的发扬有着重要意义。

## 一、汉唐古典舞的发展历史

### （一）开创背景

随着中华人民共和国的成立和社会的发展，我国逐渐掀起了学习古典文化和传统艺术的潮流，老一辈舞蹈家经过深入研究和分析，决定从两个方面入手，推动中国古典舞发展，其一为借鉴苏联专家训练方法，其二则是以我国传统艺术为抓手，借鉴京剧、武术等身法，将其融入古典舞当中。在此情况下，北京舞蹈学院中国古典舞教研组，加强了对于古典舞教学方面的研究和探讨，对教材进行了合理优化，同时也融入了芭蕾舞训练模式和体系，促使中国古典舞教学更加科学、系统和规范，但与此同时，芭蕾舞训练模式的融入，也使得实际古典舞教学过程中，忽视了对于传统文化的传承，中国古典舞的民族特色难以得到充分体现。随后，国际召开了相关会议，对古典舞教材进行重新审定，并提出了相关建议，古典舞民族性和个性化问题逐渐得到更多重视。“文革”后，人们审美观念抓紧取向多元化，中国古典舞发展遇到瓶颈，在芭蕾舞、戏剧等的影响之下，古典舞的民族性、舞蹈性以及古典性逐渐淡漠，严重影响了古典舞的发展。在此情况之下，孙颖先生以及古典

舞艺术家，进一步加强了对于中国传统古典舞的探索和研究，汉唐古典舞得以创造出来。

### （二）开创条件

汉唐古典舞之所以能够得到良好发展，必然有着与众不同的开创条件。结合汉唐古典舞的历史和背景展开分析，可总结出以下几点开创条件。

第一，孙颖先生的潜心研究，丰富的文化底蕴，以及对于古典舞的热爱。孙颖先生作为汉唐古典舞的创始人，是汉唐古典舞开创的必要条件之一，在多年的学习和不断探索之中，孙颖先生不仅对舞蹈理论有着深刻的研究，而且对于古典舞也产生了特殊的情感。即便在文革时期，孙颖先生的身心遭受重创，也并未放弃对于中国古典舞的热爱和研究，在深厚的理论知识、丰富的文化底蕴，以及独特的审美天赋加持之下，孙颖先生开始了汉唐古典舞的创作实践。

第二，古代舞蹈丰厚的历史底蕴。汉唐古典舞主要来源于中国古代舞蹈，通过对历代舞蹈的研究，从中提取各种舞蹈元素，形成汉唐古典舞。值得注意的是，汉唐古典舞并非专指“汉”和“唐”，只不过是这两个朝代达到了文化艺术发展的高峰，舞蹈文化也相对较为鼎盛。正是因为中国古代舞蹈的丰厚历史底蕴，才能够为汉唐古典舞提供丰富，具有民族特色、文化特点的舞蹈元素，为汉唐古典舞的创立奠定了坚实的基础。

第三，古代舞蹈文化相关记载有迹可循。虽然针对我国古代舞蹈方面的文献、资料相对较少，但是仍然有迹可循，例如岩画、石窟壁画、舞蹈雕塑、绘画作品等，都为汉唐古典舞的创作提供了丰富的资料和条件。

## 二、汉唐古典舞的文化意义

### （一）文化身份

汉唐古典舞文化身份的构建，是寻求群体归属的过程，与传统文化认同和追寻之间有着密切的联系。在全球化发展脚步不断推进的情况之下，西方文化对于我国传统文化的传承和发展产生了极大的影响，中国古典舞

的发展也面临着前所未有的艰辛时刻,在此过程中,中国古典舞不仅要与其他文化之间保持相对独立的状态,避免受到西方文化的过度影响,维持自身的独特性以及民族性,同时也应在古典舞文化系统内部,实现自给,形成具有中国特色的古典舞文化。而这一要求和趋势,与汉唐古典舞的开创有着异曲同工之妙,创始人孙颖先生认为,汉唐古典舞的创建,应避免受到现代舞蹈、古典芭蕾舞等的过度影响,压制其中的文化性以及民族性,同时也应充分继承和探索本民族的文化,确认自身的文化身份。因此,在实际展开汉唐古典舞教学的过程中,应避免与西方古典芭蕾舞教学模式过于相似;在创作汉唐古典舞时,应避免简单套用西方舞蹈创作模式,突出汉唐古典舞的文化属性和文化身份;在构建汉唐古典舞语言风格时,应与其他艺术之间保持身份独立,明确自身舞蹈艺术特色,同时合理融入文化特色,发挥其文化传播作用,激发人们对于民族文化的认同感。

### (二) 审美价值

汉唐古典舞不仅具有传承和发扬中国传统文化的作用,同时,也具有极强的审美价值,能够在社会、时代不断发展的情况之下,为人们提供丰富的审美体验,更好地满足人们的精神需求。汉唐古典舞的创作具有明显的时代风尚,会根据不同历史时期的形象,展开文化隐喻,凸显当时的文化特色,通过塑造丰满的人物形象,能够让人们加强对于不同时代、特色以及文化的了解,同时也能够提供丰富的审美体验。除此之外,汉唐古典舞也能够实现对于民族精神的传播和表达,体现出中华民族对于生命的追求和向往。孙颖先生认为汉唐古典舞的创作应主要表现乐观、通达的精神,以积极、快乐的内容,传播民族文化,既能够实现对于民族精神、文化的有效传播,同时,也能够为观众提供良好的审美体验和精神感受,促使其获得精神上的慰藉。

## 三、汉唐古典舞现代教学策略

### (一) 以民族文化为根本,加强文化传播

汉唐古典舞是以中国民族文化为根基创建的,其中孕育着浓厚的民族文化,丰富的文化精神,能够在快速发展的时代之下,经住时间的考验,而得以持续发展。孙颖先生创立的汉唐古典舞体系以及专业,并着重展开舞蹈作品创编以及教学研究,不仅使得汉唐古典舞发扬光大,而且通过教学工作,实现了汉唐古典舞的有效传承,以及民族文化的发扬。因此,在实际展开汉唐古典舞教学的过程中,应充分尊重其民族文化本源,借助舞蹈课程加强文化传播和宣传,帮助学生更好地理解 and 认

知民族文化,充分意识到汉唐古典舞并非单纯的舞种,其中也蕴含着丰富的民族文化、艺术文化以及精神内涵。汉唐古典舞当中的诸多经典舞蹈动作,都是孙颖先生,通过对古代画像、石像等的深入研究,并结合古代书籍记载内容,加上民族传统文化,创编而来,有着极其浓厚的民族文化特点,而且舞蹈动作名称也是从民族传统词汇演变而来,并未运用西方古典芭蕾舞等相关词汇,更具有民族特色。例如“斜塔”,该舞蹈动作给人以刚劲有力、舒展挺拔的感觉,这些舞蹈动作的命名,不仅能够直接体现舞蹈动作的特色,而且能够让学生通过词汇,引发联想,强化学习感受。

### (二) 以风格特色为核心,突出文化属性

近现代的舞蹈教学和训练模式,大多是借鉴西方舞蹈训练模式和方法,这导致了舞者身上的西化元素和风格较为突出,缺少中国本土文化特色。而汉唐古典舞作为具有浓厚民族文化特点和风格的舞种,在实际展开教学活动的过程中,就需要着重突出和体现这一风格特色,避免以西方舞蹈训练模式对舞者造成过度影响,影响汉唐古典舞的表现。对此,需要结合汉唐古典舞的特点,采用具有民族文化特色的训练模式,一方面,为舞蹈技能基础训练以及剧目表演训练;另一方面,为中国古代舞蹈文化艺术教学,以此强化汉唐古典舞的风格特色,充分突出其文化属性。在实际展开舞蹈基础训练的过程中,应将舞蹈形态、动作的训练,与历史背景、文化背景等有机地结合在一起,参考民间舞蹈对节奏、力度以及速度的控制和处理方式,突出其民族文化属性,同时,帮助学生理解舞蹈动作、形态的演变和发展规律、来源,实现技巧与文化之间的有效统一,提高训练效果,同时也有助于实现文化传承和发扬。在古代舞蹈课程教学方面,应从理论研究入手,让学生了解古典美学、舞蹈史等相关知识,以传统文化为指引,展开汉唐古典舞教学,为后续舞蹈创编实践等奠定良好基础,以具有中国文化风格的传承模式,展开汉唐古典舞教学。

### (三) 理论与实践相结合,深化表演理解

理论与实践的结合,不仅能够帮助学生深化对于汉唐古典舞表演的理解,提升表演高度,同时也能够更好地验证理论知识内容,对于学生舞蹈生涯的发展有着积极意义。而且孙颖先生创建的汉唐古典舞,具有坚实、雄厚的理论基础,其中包含着中国古典精神、民族文化、舞蹈艺术等,在清晰的理论基础指导之下,汉唐古典舞的实践创作也取得了良好的成效。舞剧作品《铜雀伎》就是汉唐古典舞的典型代表作品。通过理论与实践

的有机融合,不仅能够让学生理解汉唐古典舞的审美表达方式,而且也能够更加认可汉唐古典舞,以及其中蕴含的文化和艺术内涵,有助于深化表演理解,更好的运用舞蹈技巧。因此,在实际展开教学活动的过程中,应着重加强对于理论知识、舞蹈审美、表演意识的培养,并将其切实与舞蹈技巧、动作等有机融合在一起,将表演落到实处,加强对于表演的理解,均衡好理论学习与舞蹈技巧训练之间的关系。

#### (四) 展开专业教学训练,提高基础能力

##### 1. 基础训练

基础训练是汉唐古典舞教学过程中的重点内容,对此,应以“重心”为核心,合理导入基础训练,着重提升舞者对于自己身体的控制能力。主要训练方式包括以下两种。第一,为原地重心训练,为保障训练效果,实际训练过程中,应循序渐进展开,逐步提升难度。首先,需要着重训练学生对于重心的控制能力,在保持所处位置不变的情况下,控制重心向前、后、左、右不同方向倾倒,并进行圆周环动,以此提升学生在身体倾斜状态下的稳定性,强化身体形态控制。其次,在失重情况下,训练学生身体的承接和转换能力,主要用于提升学生对于身体控制的灵活性,训练内容也应更具有挑战性,相较于第一阶段的训练,难度有所提升。最后,在重心倾倒训练的基础上,引入变面训练,促使学生能够在倾倒状态下,实现身体的快速转化。第二,为斜塔重心训练,让学生在双脚大丁字位支撑状态下,借助身体中心,向斜下俯冲、斜后上仰,相较于原地中心训练,斜塔重心训练具有较强的时空张力,难度也相对更大,能够帮助学生在倾斜与始终状态下,找到中间态,强化身体控制能力。

##### 2. 形态训练

形态训练是汉唐古典舞当中的重要训练内容,着重在于强化动作形态,通过单一以及复合形态训练,提升学生动作的灵活度和美感,达成不同舞姿形态,在培养学生创造性思维方面有着积极作用。形态训练主要包括静态和动态两种。以“拉腿”为例,静态训练过程中,要通过重复性训练,不断提升学生对于舞姿的记忆,保障动作的标准性,并通过不断变换速度、力度和幅度的方式,达到多样化训练效果,在实际训练过程中,应针对学生常出现的扣胯、关膝等问题,展开针对性指导和辅助训练,帮助学生掌握动作精髓,确保形态把握到位。在充分掌握固态动作要领之后,还需要展开动态训练,对此,在实际教学过程中,教师可以将基本形成方

式传授给学生,引导并鼓励学生自行对基本形态、动作等进行自由组合,形成舞姿,并自行选择动作完成的速度、力度、幅度等,实现对于学生创造力的培养。

##### 3. 动势训练

舞蹈是一个动态的过程,因此动势训练是教学过程中必不可少的。在动势生成的过程中,不仅连绵不绝,而且具有极强的走势和运动特点,在实际展开教学训练的过程中,教师需要将教学重点放置在“势”上,引导学生感受从静态变为动态过程中身体的变化。例如,在展开“拉腿”训练的过程中,可通过组合式训练,引导学生加强感受,将重心训练与形态训练有机地融合在一起,实现重心与身体各个部分的动势配合,实现动作形态之间的过渡和连接,保障身体的延伸感。在舞蹈训练的过程中,经常会出现重力不稳身体摔倒的情况,在此过程中,可通过动势训练,提升学生的平衡能力,实现身体的有效承接和缓冲,并为后续舞蹈动作的生成做好准备。在此环节中,教学训练的要点在于,如何引导学生灵活利用各种势能,实现借力反推,达到良好的审美效果,对此,教师应加强对于主次动作的强调,并适当增加动势反推的单一训练,不断提升学生对于重心的敏感度,对于身体的控制能力,强化身体节奏感。

##### 结语

总的说来,汉唐古典舞是历史文化的重要表现形式,其中不仅蕴含着丰富的民族文化、艺术文化,还包含着民族精神,具有极强的文化身份,能够给人以舒适、享受的审美体验。在实际展开汉唐古典舞的教学时,应充分结合汉唐古典舞特点,以民族文化为根本,将文化内涵、创建思路融入教学活动中,同时强调舞蹈的风格特色,突出文化属性,通过理论与实践探索之间的有机融合,帮助学生深化对于舞蹈表演的理解和认知,同时加强专业教学训练,达到良好的教学效果。

##### 参考文献

- [1] 刘倬: 汉唐古典舞的艺术特征及文化内涵探析, 艺术评鉴, 2023(09): 81-84
- [2] 朱传琦: 浅析“汉唐古典舞流派”中的文化来源及艺术特性, 参花(上), 2023(02): 110-112.
- [3] 唐晓烽: 论中国汉唐古典舞的舞蹈形象表达, 艺术评鉴, 2022(24): 77-80.
- [4] 张榴 何阳: 浅谈汉唐古典舞文化内涵, 戏剧之家, 2021(36): 130-131.
- [5] 牛梓: 汉唐古典舞身体语言的动势特征研究, 明日风尚, 2021(21): 47-49.