

关于身体的感受

2007-03-30 13:25:20 作者: 武巍峰 来源: 网络搜集

我认为身体技法感受课的核心是身体。对于身体的感受, 体会最深的就是对于身体的重新认识, 而之前我对身体的感受主要来源于古典舞对呼吸的理解。呼吸一般又叫做气息, 通常认为中国古典舞身韵中的气息并不仅仅是人的生理呼吸, 更重要的是一种身体的呼吸。身体的一松一紧、一快一慢、一张一弛等都属于身体呼吸的范畴, 因此身体的呼吸本身就包含了时间、空间、力量等因素, 其中最主要的是人这个主体的身体意识。意识先行, 带动力量从丹田开始发力, 逐步带动到身体的各个关节, 以继续延伸或突然停顿等产生身体各个关节的配合运动。配合的恰当就会产生出身体的韵律感, 这个配合的过程就叫做气息, 这在中国古典舞身韵中一直是贯穿着的。身体技法感受课对呼吸的要求似乎与身韵中的呼吸有相同之处, 但是更加强调生理呼吸的参与配合, 强调阴阳的转换。比如: 出手的一个阳性的发力动作, 在出去的一霎那身体的感受就要立刻转为阴性的, 在一个动作中同时包含了阴和阳的关系, 这在以前的训练中是没有细化到如此程度的。另外, 由于注重身体内部的感受, 所以组合也区别于传统中从外部形态到内心的训练方式, 而更强调内部阴阳的关系, 即动作与动作之间的关系, 而所有的组合又都是为训练内部关系服务的。

对于空间来说, 分为内空间和外空间, 这种划分是人对于空间的感受而言的, 主要是人体内心引领身体对空间的伸缩性训练, 达到收放自如的状态。我认为, 重新感受身体的“说话能力”是身体感受的核心。

在身体技法感受课中, 针对身体的感受进行即兴, 主要目的是发掘人的潜意识, 其中一些内容对编舞是有用的。即兴本身就是一种舞蹈, 在长时间的即兴时, 单纯感受身体的力量流动, 就会进入一种愉悦的状态, 尤其在双人即兴时更能感觉到身体表达的丰富性和自如性, 两个人似乎用身体的各种变化进行交流。这会产生很多好的形式, 但也会(本文来自领舞网)出现一些不曾预料的可能性。有意味的形式就是内容, 身体技法感受课的核心就是不断开发有意味的形式。舞蹈的形式就是动作, 动作要靠身体, 对身体的感受在某种意义上讲就是对舞蹈形式的感受, 形式和内容是不可分割的, 其实这就是编舞。只是这种编舞是随意的, 无目的性的。

对于技法感受课当然还有一些问题, 比如长时间的即兴会感受到身体在说话, 可是这种感受是模糊的, 感觉不到具体可感的技法, 而在真正编舞时, 总是需要比较准确的表达。如何才能把这种模糊的感觉转化成准确的表达, 还需要在今后的创作实践中认真体会。另外, 在编舞时, 有时是动作先行, 根据动作形式来确定主题, 有时是主题先行, 根据主题找动作形式。技法感受课主要强调动作, 那是否在编舞时应强调动作先行?如果强调了又如何根据动作找主题?如果强调主题先行, 又是如何根据主题找动作的?因此, 度的把握十分关键。

上一篇: 从二人台《挂红灯》到舞蹈《花灯情》

下一篇: 中美舞蹈高等教育的差异

责编: admin [评论] [加入收藏夹] [大 中 小] [打印] [关闭]

相关热点推荐 更多

旅美青年舞蹈艺术家曾乔访谈 曾乔, 中央音乐学院音乐教育系青年教师, 04年毕业于北京舞蹈学院古 /news/new/

爵士舞与街舞 联系与区别 爵士舞到了美国以后, 吸收了芭蕾舞、现代舞、街舞、拉丁舞的元素和 /article/wudaojiaoxue/

11月5日荷花奖舞蹈高手频频出 当日, 在贵阳市举行的第六届中国舞蹈“荷花奖”民族民间舞大 /news/danceshow/

最新推介

本页相关

无相关信息

最新评论 共 条评论 查看评论

参与 关于身体的感受评论



用户名:

密码:

验证码:

5329

b 匿名

[提交留言](#)

[关于我们](#) | [联系方法](#) | [加入收藏](#) | [意见反馈](#) | [广告服务](#) | [网站地图](#) | [友情连接](#)

Copyright © 2004-2007 All rights reserved [Yahoo!Stat.](#)

信息部ICP备案: 苏05005477号