

土家族摆手舞的美育价值及其高校传承路径研究

于志华¹ 李肖娟 卢泽明 孙泽皓 吴娜 董怀奇

(中南民族大学 体育学院 湖北 武汉 430074)

摘要:采用文献资料法、逻辑分析法,分析土家族摆手舞的美育价值及其高校传承的路径。土家族摆手舞具有身体表象美、服饰美等外在美育价值和文化内涵美、“圆形”家园情怀、音乐美等内在价值。大学生对土家族摆手舞的美育价值不甚了解,传承意识不强。今后的高等教育应提高摆手舞等民族传统体育美育教育的重视程度,加强师资培训,加大宣传力度,提高师生的文化自觉和美育意识,促进对土家族摆手舞在学校的传承。

关键词:土家族摆手舞;美育价值;高校体育教育

Research on the Aesthetic Education Value of Tujia Hand waving Dance and Its Inheritance Path in Colleges and Universities

Yu Zhihua Li Xiaojuan, Lu Zeming, Sun Zehao, Wu Na, Dong Huaiqi

(School of Physical Education, Central South University for Nationalities, Wuhan, Hubei 430074)

Abstract: Using the method of literature and logic analysis, the aesthetic value of Tujia hand-waving dance and the path of university inheritance are analyzed. Tujia hand-waving dance has external aesthetic values such as body appearance beauty, clothing beauty, cultural connotation beauty, "round" home feelings, music beauty and other intrinsic values. College students do not know much about the aesthetic value of Tujia hand-waving dance, and their sense of inheritance is not strong. In the future, higher education should increase the importance of traditional national sports aesthetic education such as hand-waving dance, strengthen teacher training, increase publicity, improve the cultural awareness and aesthetic education awareness of teachers and students, and promote the inheritance of Tujia hand-waving dance in schools.

Key words: Tujia waving dance; The value of aesthetic education; Physical education in colleges and universities

一、前言

文化是一个民族的精神和灵魂,是国家发展和民族振兴的强大力量。文化承载着民族发展的血脉,是构筑民族精神的基石,也是衡量一个国家软实力和综合国力的重要指标。文化认同是铸牢中华民族共同体意识的关键,民族传统体育是中华优秀传统文化的重要组成部分,是践行“文化强国”战略的重要抓手,也是满足民众日益增长的精神文化需求的重要食粮。土家族(土家语:Bifzivkar)世居湘、鄂、渝、黔交界地带的武陵山区,自古以来就是一个能歌善舞的少数民族,人们在长期的历史发展过程中创造了优秀的民族文化,摆手舞就是其中最为耀眼的灿烂文化之一。在有语言、无文字的年代,摆手舞是土家族先辈通过舞蹈的形式传承文化和生活技术的重要手段和方法。土家族摆手舞分大摆手和小摆手两种,小摆手,土家语叫“Sevbax(舍巴)”或“Sevbaxbax(舍巴巴)”,大摆手,土家语称为Yevtixhex(叶梯黑)。摆手舞集舞蹈艺术与体育健身于一体,有“东方迪斯科”的美誉。摆手舞的起源众说纷纭,一来源于宗教祭祀活动,古代的土家族民众笃信鬼魂之说,尚武信巫,来凤县等摆手舞流传区域仍保存着摆手祭祀的习俗,祭祀对象除个别地方祭八大神外,大部分祭土司王,摆手舞成为祭祀活动的重要组成部分。二说是源于战争,在古代遇到敌人入侵时,勇敢的土家人利用歌舞鼓舞士气。三说是源于古代土家先民为了征服自然,抵抗外族入侵,使用一种“摆手”来健身壮骨,逐渐演变成后来的摆手舞。发展至今的摆手舞再现土家族先辈生产、生活、征战场面,成为一种民族类健身项目。2006年,土家族摆手舞被列为我国传统舞蹈类第一批国家级非物质文化遗产名录中,在增进民众身体健康的同时,摆手舞的观赏性也随之提升,使人从中获得愉悦感和视觉、心灵的双重享受,极大地丰富了人们的文化生活。摆手舞进高校,不仅能够促进学生身体健康发育、强身健体、增强体质,对学生审美意识的形塑、心理健康水平的提高同样发挥着极其重要的作用。

体育人类学的审美之维

论民族体育的审美价值

胡小明¹ 黎文坛²

二、摆手舞的美育价值

真、善、美作为世界人类永恒的追求,是人们灵魂深处对美好事物的期盼和赞许。爱美之心,人皆有之。审美感是对事物的美的体验,给人们带来精神或感官上的愉悦,从审美层面使感官和精神获得充分的放松与满足。卢梭曾说:有了审美能力,一个人的心灵可以不自觉地接受各种美的观念。审美具有解放的功能,在视觉文化挤压一切的当下,迫切呼唤全面的、整体的、清醒的审美解放,通过审美想象将个体和社会、欲望和榜样、感性和理性、理想与现实、文明与自然结合起来。审美昭示人们找到人道和自由,视觉文化和娱乐工业制造的是依附于物质和欲望的短暂快乐,而审美启发人们超越欲望和物质的束缚,生命不是功利的苦役而是审美的欣赏^[1]。法国教育家顾拜旦(Gouberdin)在1913年所著的《运动心理学试论》中提出,运动是一种美的表达和能使人情绪平衡的更好的教育手段^[2]。前苏联教育家苏霍姆林斯基把美育放在教育的首位,他认为,没有美,没有艺术的教育是不可想象的。少数民族传统体育舞蹈因其自身高度观赏艺术性,更易于激发审美主体的审美思维。作为一项体育和艺术高度结合的传统体育项目,土家族摆手舞富含丰富的美育资源,对激发学生形成真善美的心理品质,享受美的熏陶,提高其审美能力具有重要价值。

(一)土家族摆手舞的外在美价值

1、摆手舞动作的身体表象美

(1)沉稳庄重的“屈膝美”。双腿微屈,在屈膝的同时重心在前脚掌,甩手的同时保持身体放松,避免过度紧张造成的“耸肩”动作,体现了土家族人“泰山压顶不弯腰”的英雄气概以及坚韧顽强的品格和脚踏实地的生活态度。

(2)活泼轻快的“抖动美”。舞者的心、手和脚不可分离,起舞时腿部、肩部、双臂和腿部都有颤动,手臂、双腿放松,协调而

有弹性,感受到土家族人民百折不挠的坚强毅力。

2、土家族摆手舞的服饰美

在少数民族的特色服饰中,佤族狂野奔放、傣族秀气灵动、蒙族帅气豪迈,土家族摆手舞的服饰也极具原生态。相对于它们而言,便“低调”得多,上述已说明,摆手舞起源于耕耘劳作,因此在色彩上,土家族人们认为红色具有祥和的意蕴,所以摆手舞的服饰红色居多,“吉祥”主题的纹绣图案表达了岁月安好的美好愿望,展现了土家族艰苦朴实和勤劳的品格以及对幸福生活的追求。

(二)土家族摆手舞的内在美

1、摆手舞的文化内涵美

在日常生活中人们可能会“嘲笑”同手同脚走路的人,但“顺拐”却是摆手舞的鲜明特色之一:参加跳摆手舞的众人在掌堂师的锣鼓声中统一舞步和动作,即摆左手出左脚,摆右手出右脚。手腕和手臂是保持固定的,不能弯曲;而下肢部分双脚和手臂甩的方向必须保持默契协调,看起来更加的沉稳有力。这种模式化的舞蹈动态和姿势,意在强调和展示众人的同心同德、协同团结之观念,进一步提升土家族民众的凝聚力。同边手”舞蹈除了以上的文化含义之外,如是从文化人类学的研究视角对这种舞蹈的根源上进行探讨,那么“同边手”舞蹈实际上也就是土家族先民的古老的“二次葬”的丧葬习俗的遗留物的集中展现。

摆手舞动作包括砍火渣、挖土、烧灰、积肥、种苞谷、种棉花、薅草、插秧、割谷、打谷等,反映了土家族民族的耕种劳作、欢庆收获的生活气息和狩猎征战、民族迁徙、创建家园的民族鲜明特征,充溢着强劲与雄健的生命激情和生命意志,

体现了对生命的热爱、对大自然的崇拜以及人与人和谐相处的礼仪美和品行美。人们随着地坪中的鼓和大锣的节奏,时而单摆、时而双摆、时而回旋摆,舞姿优美,粗犷雄浑,刚柔并济,彰显了民族文化精神与审美取向^[3]。

2、土家族的“圆形”情怀

土家族对圆形有着特殊的审美情感,尤其表现在摆手舞中,体现了丰富的象征意义,意在暗示土家族民众在祖先的庇佑下,相互之间团结友爱并且进一步增强凝聚力的文化主旨。摆手舞祭祀仪式所形成的两个圆圈,并且是圈圈相环,一个是由掌堂师在八仙台上构成的内圈,另一个则是由龙旗队将神棍队、祭祀队、歌舞队与奏乐队包含在内而形成的外圈。同时,外圈受到了内圈的精神引导与召唤,在掌堂师的引领下处于外圈的祭祀民众随之做出各种祭祀动作。在表演迁徙定居和四季农活内容时,在掌堂师带领下排成的圆形或半圆形表演形式,都始终以掌堂师为中心,并且在掌堂师锣鼓的节奏中统一舞姿和动作,随着锣鼓声的轻重缓急,民众的舞步也相应地发生变化,并且表演不同的舞蹈内容。通过摆手舞的舞蹈动态来看,不仅凝聚的“神秘的舞圈”在感召在场的每个人,更为重要的是,摆手舞还是对农事与狩猎等实践生活内容的核心即丰产能力的倾心与关注,尤其是对人与物的生命力的理解。将摆手舞中团结友爱、共同合作的文化内涵渗透到高校体育教育中,在潜移默化中提高学生的团体凝聚力,对铸牢中华民族共同体意识大有裨益。

3、土家族摆手舞的音乐美

音乐是舞蹈的灵魂,摆手舞的音乐有器乐(锣和鼓)伴奏和歌唱两部分组成,锣鼓用来指挥舞蹈队形变换,民歌和过去流传一直延续至今的摆手歌^[4]多用“嗨嗨也”和“嗨也嗨”等歌词,具有较强的节奏感,极具韵律美。土家族民众用歌舞表达收获的喜悦,给观者以较强的视觉和听觉享受^[5]。

三、土家族摆手舞在高校的美育教育路径

文化传承与创新是新时代高等教育的使命和任务,也是促进文化认同、铸牢中华民族共同体意识的实践路径。西方体育的冲击、功利主义教育的侵蚀等导致土家族摆手舞面临着传承和发展的危机^[6]。师资力量薄弱,专业教师不足。土家族摆手舞教学及推广形式较为单一,多以课堂教学为主,学习资源以及学习途径较少,摆手舞的推广主要集中在土家族地区和一些民族类院校中,而在普通高校和非土家族地区的推广较少。

把“德、智、体、美、劳”有机结合,是促进学生的全面发

展和健康成长的关键。美育教育(也称美感教育或审美教育)是当前的研究热点,旨在培养和提高学生对美的感受力、鉴赏力和创造力,帮助学生树立美的理想、发展美的品格、培育美的情操、形成美的人格。土家族摆手舞是美育教育的重要资源,以此为抓手,既可以愉悦大学生的身心,又助力弘扬民族文化和增强民族认同感,培育和弘扬民族精神。

(一)提高对美育教育的重视程度

2019年的《关于深化教育教学改革 全面提高义务教育质量的意见》指出,“五育”并举成为教育领域的关键词。坚持立德树人,扎根时代生活,遵循美育特点,弘扬中华美育精神,让祖国青年一代身心都健康成长^[7]。在高校体育教学中,充分利用摆手舞的美育教育,是践行培养德智体美劳全面发展的社会主义建设者和接班人的重要举措。学校领导应高度重视体育美育教育,改善办学条件,如:通过学术讲座提高师生的审美和人文素养、完善美育评价体系等,提高土家族摆手舞在学校的宣传与普及。

(二)加强师资培训

课堂教学:加强师资培训,提高体育教师的美育意识,重视美育教育,以美育促进民族传统体育教学^[8],引领学生树立正确审美意识^[9],提高审美能力,陶冶高尚道德情操,塑造美好心灵。

(三)加强校园文化建设

建立民族传统体育传承与传播基地,举办民族传统体育运动会,开展“校园体育文化艺术节”,举行节庆展演,举办摆手舞赛事,也可利用摆台、组织摆手舞的社团等方式进行摆手舞校园普及。充分利用新媒体,加大线上与线下融合的宣传,使更多的人了解摆手舞,体验民族传统体育文化中的美感,进而喜欢摆手舞、学习摆手舞,在健身健心的同时,实现文化传承。

四、结语

土家族摆手舞动作形态多样,摆手和颤膝、同边和顺拐、直立跳摆及环圈而舞,蕴涵着丰富的美育资源,是高校贯彻美育教育的重要抓手,也是文化传承的要义所在。是的重要文化资源,学校、老师共同重视体育美育教育,五育并举,坚持立德树人,促进祖国青年一代身心都健康成长。

参考文献

- [1] 曾锋,陈莉.情绪资本时代的影视粉丝文化现象[J].湘潭大学学报(哲学社会科学版),2014(1):122-125.
 - [2] 季浏,殷恒婵,颜军.体育心理学[M].高等教育出版社,2016.
 - [3] 杨亭.土家族摆手舞:文化焦点与审美表现[J].艺术百家.2012(06):179-184.
 - [4] 赵瑞.土家族《摆手歌》的神话思维研究[D].湖北民族大学,2021.
 - [5] 姚兰.土家族摆手舞美学特质探微[J].滇西科技师范学院学报,2017(01):5-8.
 - [6] 刘璐.民间体育项目引入高校教学课程的思考——以土家族摆手舞为例[J].当代体育科技,2018,8(14):124+126.
 - [7] 习近平.做好美育工作弘扬中华美育精神 让祖国青年一代身心都健康成长[N].人民日报,2018-08-31(01).
 - [8] 罗玲,赵琦翔.以美育促进民族传统体育教学[J].贵州教育,2015(22):42-45.
 - [9] 孙珊珊.少数民族传统体育舞蹈类项目的审美价值探源[J].贵州民族大学学报(哲学社会科学版),2014(1):164-167.
- 作者简介:于志华(1968-),女,汉族,山东龙口人,副教授,博士,研究方向:运动技能学习和应用心理学。
- 基金项目:湖北高校省级教学教研项目(2021201);中南民族大学研究生精品示范课程建设项目(YJS22014);中南民族大学教师教学发展中心教学改革专题研究项目(JGZX202015);中南民族大学教学项目(404/KCSZX21031);中南民族大学“民族地区体育与健康”研究团队项目(KTS20027);湖北省大学生创新创业训练计划项目(SCX2237)。