

形体审美融入时代文化的认知

李翠琴

(湖南现代物流职业技术学院 湖南 长沙 410131)

【摘要】形体审美具有融入时代文化特征进行价值判断的客观标准,因地域文化差异和时代变迁,具有多元文化特色。建立以健康为基础、具有生命意义与生命活力的形体审美观,走出他瞻美、单一指标形体审美误区,应运用科学方法塑造既符合美学特征又符合身心健康发展的形体。

【关键词】形体审美;形体塑造

形体是人体的一种外在标志,形体审美是人类在劳动过程中发展的审美活动诱发的对人体本身的自我发现与自我认识,其发现与创造具有悠久的历史。

一、形体审美

(一) 多元文化的形体审美

伏尔泰曾经指出:“有些美是通行于一切时代和一切国家的,但是也有些美是地方性的”。在历史发展的长河中,人类对形体的审美具有融入时代文化特征进行价值评判的客观标准,因地域文化差异和历史变迁都印刻着不同的印痕,表现出时间、地域、种族等差异,或同质或异化,都打下了时代的烙印。

在原始社会恶劣的自然条件和低下的生产力水平条件下,原始人以自我生存和自我发展为需要的前提,繁衍种族和抵御自然威胁成为人类的社会价值,因而男性、女性的生殖功能和人体生命力成为判别其形体的标志,进而对男性或女性的生殖器的崇拜和对强壮、灵活的身体期待。历史痕迹有:中国母系氏族社会遗存有大量的鱼纹、蛙纹、花卉纹等女性生殖器的象征图案;鸟和蜥蜴纹等男性生殖器的象征图案^[1];石器时代和新石器时代有直接以裸体陶塑和雕刻表现性及生殖特征的母神像,其共同的显著特色是乳房、臀部、下腹等生殖相关部位的丰满;黑格尔在讨论象征型建筑时提及印度、埃及、希腊有巨大的生殖女神像;在新石器时代的岩画和壁画中,有大量的追逐动物的狩猎场面、巨人形象,给人一种一

统天下的纪实,富有生命气息和生命力之美。等等。

通向遥远的西方文化的源头希腊时代,希腊温润和煦的地中海气候,为他们提供了一个对自身肉体自觉感受的自然环境,又因各城邦战争造就的武力制胜、尚武卫国精神为他们提供了一个对自身肉体自觉塑造的人文环境。希腊时代,年轻人大半时间在练身场、竞技场上裸体训练角斗、跳跃、拳击、赛跑、掷铁饼。训练中裸体是人们关注的中心,经过艰苦锻炼而造就的肌肉线条,刻画自然生命的全部活力和形象^[2],希腊人审美意识中男性只有健康、强壮的身体才是最美的。而希腊女性是以男性对女性的性欣赏与性私有为前提,分为贤妻良母和妓女两种类型,前者养育伟大的战士,强调庄重自持的美,后者则充分欣赏她们富于性感的肉体美^[3]。

非洲人的形体审美意识具有多元化特色。一般非洲美女的标准:洁白皓齿,五官深邃,身材火辣,丰满的嘴唇,天生的双眼皮,黝黑的皮肤,但也有一些奇特的审美。有些原始部落认为女人越胖就越美,胖是家庭富有的象征,胖的女人深受丈夫厚爱;有些地区人们用艺术性的疤痕装饰身体,这些疤痕往往会在特定的仪式上制作,人把它看作美丽的象征。埃塞俄比亚的“唇盘族”以嘴唇泥盘为美,女人自15岁以后就开始在嘴唇下方戴上小尺寸泥盘,并随着年龄的增长逐渐加大;泰国北部与缅甸边界的“长颈族”以脖子长为美,孩子从五六岁起就在脖子上套铜环,一年一个铜环,脖子越拉越长;肯尼亚南部和坦桑尼亚北部的马赛人部落以巨大的耳洞为美,从小的时候

就开始扎耳洞,并用牛油软化耳骨,塞进一般重量耳坠,然后随着年龄的增长不断用木塞扩充洞孔,耳洞撑得越大越是一种女性魅力的体现。

(二) 我国形体审美变迁

先秦自然之美。“清水出芙蓉,天然去雕饰”的原生美,如:春秋时各国王侯争相抢夺的夏姬、息妫“杏脸桃腮,蛾眉凤眼,体若春柳,步出莲花”;美女之首的西施“颜如玉,肤胜雪,细腰若柳,青丝如瀑”,等等,可谓国色天香。

秦汉庄柔之美。端庄顾硕美是汉代宫廷选美的正统妇容标准,如:高祖刘邦最宠爱的戚夫人、汉武帝刘彻的皇后卫子夫和李夫人、汉成帝刘彻的皇后赵飞燕和赵和德,等等,被称之为仪态万千,能歌善舞的绝色女子。

魏晋逸秀之美。“形瘦而骨现,肉减则疏朗洞达。”^[4]秀骨,疏朗、清爽、骨气洞达的瘦形身材是这个时代女性审美特征。

隋唐五代丰腴之美。额宽、脸圆、体胖,是雍容华贵的象征,如:杨贵妃、武则天、杨玉环都是时代的丰腴、肥硕的胖美人。

宋元明清纤弱之美。“帘卷西风,人比黄花瘦”、“柳腰莲步,娇弱可怜”。娇弱无力、更有“三寸金莲”是这个时代对女性的审美取向。

近现代健康之美。健康的身体、美好的形体,建立在健康基础上的形体美。健康包括身体健康、心理健康以及社会适应能力的完美统一,形体美则表现为对称的造型、相宜的比例,流畅的线条,坚强的骨骼,匀称的四肢,丰满的躯体,弹性的肌肉,健康的肤色。

二、形体塑造

从古至今,人类对其美的追求从未停止,以健康为基础的形体美具有生命的意义与生命的活力,用科学的方法塑造具有遗传特征同时具可塑性特征的形体,使之既符合美学特征又符合人的身心健康发展的健康形体之美是多元文化共趋。

(一) 走出形体审美误区

走出“他瞻美”误区。自第一次社会分工,畜牧业和农业从狩猎和采集业中分化出来后,男权文化结构建立,“男外女内”“男强女弱”的社会结构模式使男人的物质力量和精神力量都占主导地位。女性身体被作为“物化”品作弄和欣赏,残酷的“三寸金莲”“弱柳扶风”“环肥”等畸形美,“士为知己者死,女为悦己者容”千古绝唱,是历史关于女子形体审美的真实写照,严重影响一代代女人的身心健康,对人们社会生活冲击很大,直至今今天女性美的审美标准仍带有不同程度的男性主导的烙印,还有部分女性扭曲形体美标准,追求骨干美、过度控制饮食,有人甚至高度自律到患厌食症,严重影响身体健康。

走出单一指标误区。人体是一个完整且不规则体的整体,任何单一指标都不是衡量形体美的唯一标准,人体在相同的质量下,可表现为不同的形体。根据物理学公式 $m(\text{质量})=\rho(\text{密度})V(\text{体积})$, P 表示身体密度,身体密度与骨骼、肌肉、脂

肪的组成比例相关, V表示身体总体积, 与身体高度、各部位的维度相关。从美学的观点看, “美感完全建立在各部位之间神圣的比例关系上”、“美最大限度地蕴藏在精确的曲线之中”, 人体各部位比例的和谐统一是人体美的基础, 形体美标准是一个综合指标。

(二) 掌握科学的塑形知识

首先, 客观理性对待塑形。现代遗传学的研究证明: 人体骨骼性状受遗传性影响较高, 而骨骼肌性状受后天环境影响较大, 通过运动塑形主要是塑造骨骼肌的性状。骨骼性状在一定可塑范围内, 青春期开始运动比成年时期才开始运动对骨骼的影响更明显^[5], 主要是通过运动时肌肉产生的牵张力来实现, 而不是通过循环内分泌激素的变化来调节^[6]。基于以上观点必须肯定, 第一, 形体是可以塑造的, 第二, 塑形是主要是通过运动改变骨骼肌性状达到效果, 而非药物刺激。

其次, 运用科学方法塑形。正确的练习方法能产生良好的效果, 不正确的练习方法会让你事倍功半, 甚至对影响身体健康。科学塑形方法应做到: 第一, 建立良好的本体感知觉。正确本体感知觉是形体练习的基础, 是形成和保持优美形体的必要条件之一。为提高练习者的自我判定能力和自我控制能力, 必须保持正确的身体姿态所必需的肌肉感觉, 这种肌肉的感觉是对通过身体部位肌肉的练习刺激, 使正确的姿态得到强化形成的。第二, 选择与形体练习密切相关的素质练习进行训练。素质练习是形体练习的手段, 采用科学的、严格的徒手或器械练习手段, 对机体进行长期生物学的改造和锻炼才能影响形态、改善机能。素质练习主要是柔韧性练习、力量练习和协调性练习。柔韧性练习拉伸肌肉线条, 增加关节的灵活性, 有助于肌纤维向纵向发展, 使人更挺拔、更优美。力量练习增加腿部、核心力量,

有助于增强形体姿态的控制能力, 提高举手投足的优美程度。协调性练习改善中枢神经系统的强度、均衡性和灵活性, 有助于提高中枢神经系统的机能水平, 增强练习者控制肌肉的能力, 使人体动作更加有韵律感和美感^[7]。

参考文献:

- [1] 赵国华. 生殖崇拜文化论 [M]. 北京: 中国社会科学出版社, 1990
- [2] 王德胜. 中西形体审美意识的文化模式 [J] 南京社会科学, 1992-4-30
- [3] 中西人体美观念及其表现形式比较分析 [D] 华中师范大学, 2006
- [4] 陈绥祥. 魏晋南北朝绘画史 [M]. 北京: 人民美术出版社, 2002
- [5] 赵仁清. 运动对青少年骨骼生长发育的影响及机制 [J] 体育与科学 2009. 1
- [6] Slemenda CW, Reister TK, Hui SL, Miller JZ, Christian JC, Johnston CC, Jr. Influences on skeletal mineralization in children and adolescents: evidence for varying effects of sexual maturation and physical activity. J Pediatr. Aug 1994; 125 (2): 201- 207.
- [7] 刘志红. 学校形体教学课程体系的研究与实验 [J] 河北师范大学 2000. 5

基金项目: 湖南省职业教育教学改革研究项目《基于职业女性美塑造的高职体育改革实验研究》, 立项编号 ZJGB2019329

作者简介:

李翠琴, 女, 汉族, 湖南长沙人。生于: 1968-05, 职称: 教授, 学历: 本科学历, 研究方向: 体育教育与管理。

上接第 97 页

5 促进计算机和电子控制技术发展的措施

5.1 加强技术创新, 提高计算机电控技术性能

我国的电子控制在某些方面领先于世界水平, 但我国的计算机电子控制技术还没有达到世界一流水平, 因此我国必须加强技术创新, 提高国家绩效。在当前的市场环境中, 获得核心技能是获得市场领导地位的重要因素。当前, 我国计算机发展速度很快, 我国应进一步加强计算机和电子技术创新, 对标世界一流企业, 准确定位差距, 制定科学自主创新发展战略。二是加强核心技术创新, 与世界一流技术接轨, 去除制约我国电控技术发展的因素, 努力提高我国计算机电控技术的应用稳定性。

5.2 提高质检水平

提高计算机电子控制技术的关键是对相关产品进行严格的质量检验, 通过质量检验促进相关技术的发展。以汽车电子控制技术为例, 汽车计算机电子控制技术必须应用于特定的产品, 因此相关质检部门必须加强对相关产品的质量检验, 并及时将质检报告反馈给相关部门, 这有助于及时解决电控技

术应用的不足。

6 结束语

总之, 计算机电子控制在人们的生产生活中得到了广泛的应用, 计算机技术对许多领域的控制系统产生了很大的影响。因此, 必须不断改进计算机电子控制技术, 以促进计算机电子控制在各行业的广泛应用。

参考文献:

- [1] 李银华. 谈谈计算机电子控制技术及应用 [J]. 河南科技, 2015, 8 (6): 40-41.
- [2] 方伟浩, 徐华珏, 姜俊博等. 计算机电子控制技术及其应用研究 [J]. 通讯世界, 2016, (20): 280-280.
- [3] 李银华. 谈谈计算机电子控制技术及应用 [J]. 河南科技, 2014, 06 (10): 56-57.
- [4] 党杰. 浅谈计算机控制技术原理及未来发展 [J]. 电子制作, 2015, 8 (6): 40-41.
- [5] 周娟英. 李立. 计算机检测控制在汽车电子控制系统中的应用分析 [J]. 自动化与仪器仪表, 2014, 12 (4): 85-86.