

## 对中国古典舞重心问题的探讨

谭伟

(中央民族大学舞蹈学院 北京 100081)

**摘要:**重心在中国古典舞教学与训练中占有着很重要的地位,对重心的把握程度直接关系到舞蹈动作技巧的平衡与稳定性,影响舞蹈动作技巧的效果,因此重心训练一直是舞蹈教学训练中的一项重要内容。中国古典舞所具有的丰富舞姿和舞姿变化的多样性决定了该舞种重心的特点,同时决定了重心训练问题在中国古典舞教学训练中的重要性。一些专家学者从不同的角度对这一问题进行了不同层次的研究与探讨,但是应用舞蹈力学的理论和方法进行研究的至少少见报道,因此,对该问题的研究就显得尤为重要。本人力图运用所学的舞蹈人体解剖学、舞蹈力学和中国古典舞等专业理论知识,对中国古典舞重心问题进行探讨,从而提出中国古典舞重心训练的有理论与方法,这对于中国古典舞重心训练具有一定的指导意义。

**关键词:**中国古典舞;重心;训练;生物力学

## 一、人体的重心

人体全部环节所受重力的合力的作用点就是人体的总重心,亦即人体重心。地球对于任何物体都有吸引力,引力的大小就是物体的重量,重量又叫做重力,重力的集中点称之为物体的重心。人体重心实际上就是人体重力的作用点。人体是由头部、躯干、上臂、前臂、手、大腿、小腿和脚组成的,每个环节都有一个重心,全部重心的合力集中点叫做人体总重心。当身体任一环节的位置发生变化时,那么重心就要随之发生变化。重心位置是随机变化的。人体重心的位置并不是位于一点固定不变的,它是一个随机变量,各种各样的因素影响它的变化。

## 二、重心在舞蹈中的作用

人体的重心在舞蹈中是极为重要的,重心的调整是维持动作平衡稳定的关键。各种结构复杂的舞姿的控制;舞姿之间的流动、变化;大幅度的跳、转等,都需要在平衡重心的基础上才能进行重心稳定才能保证舞蹈动作达到稳定流畅的效果。重心的训练在舞蹈训练中占有较大比重。因此,了解人体重心的位置及其变化规律是分析与研究舞蹈中平衡问题的基础。在舞蹈的训练中,重心的轨迹也很重要,就拿中国古典舞的特色技巧——串翻身来讲:串翻身做得出色的演员,躯干始终保持着一定的高度,两臂划圆,双脚走在一条线上,身体在倾斜中的水平翻转,即以腰为轴,以臂为轮的翻转,动作利索,节奏均匀。由于连续变化姿态,人体总重心必然向侧后方不断变化,其运动的轨迹则是以总重心为基准。由于总重心是位于第三骶椎前方的,如果腰髌部管辖能力不强,就会出现躯干上下起伏,步伐不匀等现象。不善于移动、管辖重心的人,不仅做不好动作,尤其要影响到人体的平衡和稳定性。重心不仅在古典舞中起到了稳固平衡的作用,还为它的一些特色动律比如闪、转、腾、挪等奠定了良好的基础。

## 三、中国古典舞重心的特点

中国古典舞重心的重要性在于中国古典舞的舞姿大多都是以独特和和谐的造型在舞台上亮相,它的大多数动作和技术技巧都是在非直立的前提下完成的,但它又从中吸取借鉴其它舞种的东西来加以创新和发展,然后各居一派。古典舞按照音乐节奏,人的感情,舞蹈的意境,运用肢体若干个环节以及整个身体在空间

塑造出各种姿态,而形成不同的动律,达到一种变化莫测的艺术氛围,给人一种非常有冲击力的视觉效果,从而创造了中国古典舞特有的审美观念。因此,重匀在中国古典舞中的地位和作用是不可忽略的,我们要用科学的态度去分析它、完善它、发展它,使中国古典舞的身法舞姿和技术技巧,更有光彩,更有生命力。

## 四、中国古典舞重心的训练

中国古典舞本身的鲜明风格属性决定了该舞种重心变化的多样性以及重心控制的难度等重心特点,这使重心在中国古典舞中的训练就显得更为重要,重心训练问题成为中国古典舞教学训练中的重要内容。

不同的专业性训练会对人体重心的位置有一定的影响。在舞蹈训练中,不同的专业训练方法不同,对身体形态的影响也不同,也使重心位置存在一定的差异。中国古典舞是从戏曲演变过来,同时又吸取了芭蕾舞的训练方式,然后将它们相结合,成为了自己的一套训练体系所以,重心的训练在古典舞基训课上是不可少的。古典舞的训练一开始从扶把开始,其目的是能够借助把杆的支撑来学习体态和复杂的舞姿造型,达到一些重心训练的要求。以把杆上的一位体态训练为例:一位的姿态非常重要,人体重心的前后位置取决于骨盆的姿态。如果重心位置前移,则骨盆前倾腰部前凸,脊柱的弯曲幅度变大;如果重心位置后移,则骨盆直立腰部前凸减小或消失,脊柱姿态显得挺拔。有人认为,一位站立只要开度好就行,这种理解是不全面的,开度好并不代表具有一位站立的能力,比如仰卧时多数人的下都可以轻易作到打开,而在站立位时就很少有人能做到,且感痛苦,这就是能力不足的问题。训练有素的舞蹈演员能够一位站立,而重心不向前倾是得益他们的长期训练,形成了强有力的肌肉夹板,可以自由控制骨盆形态和人体重心。这个肌肉夹板是舞蹈演员美好体态的物质基础,是长期训练的结果。初学者在没有练就这个肌肉夹板之前,是难以控制自身重心的,这样双脚打开时,重心仍旧会不自觉的前倾,落在脚的内缘,如不尽快克服就容易形成倒脚所以一位训练的人体力学意义就可以认为是一一通过对下肢的外开,强制人体重心后移,使人的骨盆趋于直立,腰椎前凸减小,脊柱整体变直。长期的一位训练,自然可以塑造出异常挺拔的非自然体态。教员不但要教会他们掌握标准的规格和正确的方法,还要不

感觉翠竹随风荡漾、轻盈摇曳的形象如在眼前。

## 三、结语

山东派古筝艺术在吸纳借鉴了山东琴书、山东琴曲等山东地区民间曲艺形式特点的基础上,形成了其特有演奏技法和音乐风格。双手演奏技法的发展与乐曲的风格相辅相成,突出表现了山东筝曲刚健豪迈的音乐特点。前辈为山东派古筝艺术奠定下如此坚实的基础,这就更需要后辈去夯实和完善,我们一定会以前辈艺术家们的经验和成果为指引,继续开拓、进取,为山东派古筝艺术的发展壮大做出我们应有的贡献。

## 参考文献

- [1]李军.主要等乐流派的风格特点及演奏提示[N].荆门职业技术学院学报, 2001(3),第38页.
- [2]上海音乐出版社编.中国古筝名曲荟萃(上)[M].上海:上海音乐出版社, 1993.11.
- [3]袁静芳.民族器乐[M].北京:人民音乐出版社,1999.12.

# Misinterpretations of legal terms in English-Chinese Bilingual Dictionaries of Law

龚娟

(广东技术师范学院大英部 广东 广州 510665)

## 1 Introduction

Bilingual law dictionaries are traditionally very varied in standard. Many of these dictionaries do not provide any encyclopedic information at all, listing only the entries along with their foreign-language equivalents, possibly accompanied by a limited amount of linguistic information.

Another problem in bilingual law dictionaries is the lack of information in the prefaces and introductions on terminology, legal terminology in particular. If we do not know how editors and compilers of legal dictionaries define terminology and legal terminology, we have no way to judge whether the selection criteria are fair and hence whether the equivalents provided are acceptable. In the following, we will discuss the definition of terminology, the definition of legal terminology, how legal terminology is to be translated, and how legal terminology has been mistranslated.

### 2.1 What Is Terminology?

Terminology, in a broad sense, is about the study and compilation of specialized terms. In recent decades, it has grown into a full-fledged discipline with well-defined principles and methodology. Alain Rey (c.f. Cabre, 1999: 1) and Eugen Wüster, who is considered the founder of modern terminology, have made enormous contribution to the advancement of the field. The current development of terminology is closely related to advances in technology and the increasing demand for specialized communication among communities with

different languages. Other major representatives include D. I. Lotte, G. Rondeau, and D. Havranek.

### 2.2 What Is Legal Terminology?

What is legal terminology? Views are divided among lawyers and linguists. Li Zhangming, for example, holds the view that "there has been no fixed definition of legal terminology. As for us, we hold that terms that have legal meanings are called legal terminologies." Jiang Jianguan (1998), on the other hand, says that: "Law as a branch of science is the same as other branches of science that has a number of specific terms, these terms express the specific phenomena and entities as well as legal concepts within legal domain and comprehensively reflect the basic characters of legal phenomenon (or entity), which was widely adopted in legal domain, and hence become the typical symbol of legal language. These are legal scientific terminology and 'legal terminology' in brief." Obviously, Li's definition is too simple, while the definition given by Jiang is too prolix. Actually, terminology is a collective term for all the terms used in a specific branch of science. Every branch of terminologies has strictly defined meanings. Legal terminology, therefore, refers to the specific terms used in legal language that has legal denotations, and each term has strictly defined legal meaning.

According to Cheng, legal terminology has the following characteristics.

#### (1) Statutory

Different from normal terminology, legal terms

断地提醒注意身体重心的变化。

对于各种不同的技巧和特技,中国古典舞都有它自己的一套训练方式。例如旋转,旋转对于一名舞蹈演员来说,是必不可少的一项技术技能,它在基本功训练中发挥着举足轻重的功效,也是作为中国古典舞演员“跳、转、翻”三大件中较重要的、较吃功的训练内容。旋转能不能做好,关键是要把能力准备这个基础打牢固。具体分析就是:先从支撑腿的半脚掌能力抓起,通过让学生在半脚掌上的控、耗、压、立等训练手段,逐步强化他们力点高的概念及脚腕子的平衡意识;第二步是要解决动力腿吸、掖、端腿到位的速度时间,决不能“粘”一定要“脆”,有重点的突出小腿肌肉上提、顶半脚掌和脚跟的实际控制运用能力;最后,还要解决留头和甩头、转身体的协调能力,这一点也是不能忽视的,旋转的完整体其实是全身配合协调一致的运动。无论是上身“平板式”,还是“变换式”舞姿时,都要清楚的掌握正确姿态,上肢的动作规格,肩、胸、腰、胯、膝在舞姿中的准确位置,这些也是解决旋转质量的关键。在任何舞蹈训练中,几乎所有形式的旋转都要以推地为基础,在推地的过程中围绕转轴产生“一次发力”,单脚重心的旋转在动力腿推动时,一定的力作用于支撑点上,而同时支撑点又产生一个反作用力,这个力的方向是朝着预定旋转的方向并且作用于支撑腿。在推地的过程中把身体的重心移到主力腿上,以便主力腿支撑旋转,同时传导给发挥内力的脊椎,从而构成围绕旋转轴的旋转运动。从以上可以得

出,旋转的“一次发力”主要是由脚推地和脊椎旋转而产生的,那么在推地和旋转时身体的重心的转换就尤为重要,这也是古典舞训练中强调重心训练的关键所在。

对重心控制的好坏直接影响到舞蹈动作的稳定性和效果,较好地重心进行控制与把握是舞者必须具备的能力,这就是为什么在舞蹈教学训练中往往把重心训练作为一项重要内容来抓的原因。而中国古典舞本身的鲜明风格属性决定了该舞种重心变化的多样性以及重心控制的难度等重心特点,这使重心在中国古典舞中的训练就显得更为重要。在上述讨论中,对中国古典舞重心的训练问题进行了较为初步的探讨,然而这个问题还有待于有关专家学者进一步的全面系统和深入的研究。中国古典舞以其浓郁的民族特征和丰富的综合训练效应,正成为许多教学的学习典范,已形成我们民族自己的一套训练系统,而这套系统已具有比较强的民族性,有我们民族的审美特征和美学规范,有我们的难度和艺术表现力,是其它训练体系所代替不了的”。我们在发展中还可以吸取和借鉴芭蕾、现代舞这些有着自己特色舞种的训练方法,根据自己的风格创造出更完善和更具风格特色的重心动作!中国古典舞的发展方兴未艾,它的前景将是辉煌!

让我们充满信心,共同努力,把我们民族舞的训练体系搞得更好,让它民族性更强、更科学、更系统、更具有时代性!为我们的后人开拓一条通向世界舞蹈艺术高峰之路。