

体态律动学 / 音乐与动作

我们都知道：每当听到音乐时，人的身体就会做出反应。也许只是一只脚在随着节奏摆动，或者手指会不自觉的敲击。有时音乐会让整个身体都随之而动。同时大脑也会做出反应。我们会因为听到不同风格的音乐，和自身的聆听喜好而变得更加活跃或放松，情绪也会随之而生。

而当我们谈论“体态律动学”或是“音乐与动作”这个专业时，它涉及到的正好就是这些现象或相似的状况。在谈到当今的体态律动学之前，我们首先来通过一个简短的历史概述了解一下它。

首先是一位瑞士的作曲家和音乐家埃米尔·雅克斯·达尔克罗兹（Emile Jaques-Dalcroze），1900年他就开始有意识的将音乐和动作之间的联系运用到学习过程中。他的目标是让日内瓦音乐学院的学生通过身体动作对音乐获得基础的体会和理解。当时他称他的教学法为“韵律体操”，因为对于他来说，节奏是将音乐和动作，身体和心灵连接在一起的关键要素。这在当时绝对是一场革新的开端，并也受到了其他艺术工作者的重视。同时间段其他领域的几位关键人物比如舞蹈领域的鲁道夫·冯·拉班（Rudolf von Laban）和玛丽·魏格曼（Mary Wigman），音乐教育领域的卡尔·奥尔夫（Karl Orff）和戏剧领域的马克思·赖因哈特（Max Reinhardt）都受到来自他的很大影响。1911到1914年德累斯顿附近的海勒劳（Hellerau）学校的国际和跨学科交流达到顶峰。其中最主要的是专门为此目的建造的节日剧院。在这里，建筑、音乐、戏剧、舞蹈和灯光装置融合在音乐与体态律动教育学院中，形成了一个整体的艺术概念。通过海勒劳（Hellerau）这种集聚的强大影响力，体态律动不断传播到其他欧洲地区，并通过利奥·凯斯坦伯格（Leo Kestenberg）发起的音乐教育改革使其在德国音乐学院、大学和其他教育和艺术类院校得到发展。

音乐与动作的结合不仅仅可以触发艺术创作过程，学习过程也伴随左右。从这个意义上首先是达尔克罗兹的学生将这种方法应用到了他们的工作领域，进而进一步将其发展为更加广泛的教学方法，尤其是在欧洲的德语区。米米·沙伊布劳尔（Mimi Scheiblaue）在特殊教育领域塑造了今天体态律动学的形态。同样多尔·雅各布斯（Dore Jacobs）在运动训练方面，埃尔弗里德·费德尔（Elfriede Feudel）在一般教育领域以及夏洛特·费德尔（Charlotte Pfeffer）在精神运动技能方面也做出了他们的贡献。

体态律动课程通常以小组课的方式进行，期间会通过音乐、动作、语言和材料的运用展开教学任务。其中的主要部分就是通过它们进行即兴创作，比如通过将音乐段落转换为肢体动作和语言，或是反过来。不同的任务设置中，通过灵活，有力地使用空间、时间、力量和形状这四个参数，以创造和设计音乐、动作和语言。

不同的教学目标也伴随其后，例如：音乐和运动技能发展，感官知觉的训练，个人和创造性表达的发展，社会能力的提升，各类艺术学科中的审美教育以及通过各种各样的感官渠道，通过各种形式的表达使即兴和交流能力得以发展。

依据这些目标，体态律动学可以被应用在不同的领域和不同的目标群体中。

例如，音乐创造性工作可应用于预防老年性跌倒，或痴呆症患者。此外，可以用于支持幼儿园适龄儿童每个特定年龄段的学习过程。还可以创造性的运用在青少年舞蹈、音乐和戏剧项目中。在学校里，体态律动被用于促进第一语言，当然也被运用在外语教学中。这些概念也可以通过音乐、动作和语言相结合的任务应用在专业课中。最后，但也很重要的一点是，在各类学校教师职业相关专业以及教育和社会工作领域专业中，体态律动都是其中的一个科目。凭借其多样性，体态律动可以帮助发展个人专业个性，其广泛而多样的任务构想有助于提高他们的教学方法等能力。

今天，这个学科也是艺术训练的一个组成部分，例如在戏剧专业，或是其他专业中的基础音乐训练或身体训练方面。体态律动者发展了表演技能，他们的作品结合了音乐、动作和语言，融合了不同的艺术分支。

他们中的许多人通过数年发展，走出了自己的职业道路，他们灵活运用了专业知识并与其他学科相结合。比如在音乐治疗、原本性音乐教育、普通小学教育师范或不同类型学校中的音乐教育师范专业方面，还有音乐厅和文化教育机构的音乐传授、社会性工作、舞蹈编排领域，舞蹈以及身体意识和动作技巧等方面。

音乐和动作的联系，以及与其相关的身体和个人表达的高度结合作为一种原则，使其多样化的运用成为可能，至今依然非常重要。

脚注

关于拉班 (Laban)、魏格曼 (Wigman) 和赖因哈特的论述，参见 Lee (2003)；关于赖因哈特，参见 Rogers (1966)。魏格曼曾是达尔克罗兹 (Dalcroze) 的学生，并在瑞士阿斯科纳 (Ascona) 的艺术家聚落渥瑞塔山 (Monte Verità) 与拉班及其伴侣苏珊娜·佩罗特 (Suzanne Perrottet) 密切合作，后者同样师从达尔克罗兹。尽管拉班和魏格曼的创作强调将舞蹈从音乐的既定结构中解放出来，并聚焦于舞蹈自身的内在节奏，从而在理念上背离了达尔克罗兹的思想，但他们受到达尔克罗兹影响的痕迹仍不容忽视 (参见 Lee, 2003)。马克斯·赖因哈特 (Max Reinhardt) 也曾参加了海勒劳节日剧院的演出展示后——拉班也曾参与其中——将达尔克罗兹的学生格特鲁德·戈特沙克·韦格曼 (Getrud Gottschalk Wegmann) 邀请至柏林德意志剧院戏剧学校任教。由多萝西·金特 (Dorothee Günther) 与卡尔·奥尔夫 (Carl Orff) 于 20 世纪 20 年代共同创办的金特学校 (Günther-Schule)，即奥尔夫教学法 (Orff-Schulwerk) 的起源地，可视为体态律动学发展的“第二代”。金特作为学校中负责动作训练的主要人物，曾深入研究并借鉴拉班与达尔克罗兹的方法 (Kugler, 2020)。毫无疑问，达尔克罗兹的同时代人及其后继者的影响，在当今的“体态律动 / 音乐与律动” (Rhythmik / Musik und Bewegung) 学科中依然可见 (参见如 Hauser-Dellefant, 2016, 第 23 页)。可以说，这一发展过程在很大程度上是多方相互作用、彼此影响的结果。然而，对这一主题的深入系统研究尚属缺乏。

参阅

- Hauser-Dellefant, A. (2023). On the origin of musicality and its significance for pedagogy. In: Hauser-Dellefant, A. & Witoszynszkyj, E. (Eds.) (2023). *Life is Movement is Music. Education in Music and Movement at the University of Music and Performing Arts Vienna*. Wiesbaden: Reichert, pp. 21–45.
- Kugler, M. (2020). Günther-Schule. In: Online-Lexikon der Orff-Schulwerk Gesellschaft Deutschland e.V. <https://orff-schulwerk.de/lexikon/guenther-schule/>
- Lee, J. W. (2003). *Dalcroze by any other name: Eurhythmics in early modern theatre and dance*, Doctoral dissertation, Texas Tech University. <https://ttu-ir.tdl.org/handle/2346/15905>
- Rogers, C. M. (1966). *The Influence of Dalcroze Eurhythmics in the Contemporary Theatre*. LSU Historical Thesis and Dissertations. https://digitalcommons.lsu.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=2215&context=gradschool_disstheses