

具身认知理论视域下身体打击乐教学的理念与策略探究

章琦¹ 曾丽秋²

(1. 星海音乐学院, 广东 广州 510006; 2. 广州市铁一中学, 广东 广州 510660)

【摘要】具身认知理论认为, 认知源自人的整体性身体, 是人通过身体的体验以及身体与环境之间的相互作用而形成的。具身认知理论视域下的身体打击乐教学以人为本, 将学习者通过身体而获得的音乐体验作为教学的基础, 注重对教师教育“身体”范式的转向, 注重音乐情境中的身体体验, 关注学习者与教学环境之间的生态联系。这种音乐教学模式能够有效地培育学生的音乐核心素养, 使学习者对音乐的理解与表现达到身心合一。

【关键词】具身认知; 身体打击乐; 身体体验; 音乐素养; 人本化音乐教学

【中图分类号】J61

【文献标识码】A

一、具身认知理论的缘起与内涵

具身认知理论 (Embodied/Embodiment Cognition) 兴起于 20 世纪, 是当今认知心理学乃至整个认知科学中一个新兴的研究领域。它最初是由梅洛·庞蒂 (1908-1961) 对笛卡儿 (1596-1650) 提出的身心二元论进行批判和反思的基础上而形成的一种新的思潮。梅洛·庞蒂认为, “身体主体间是共存的, 身体主体与世界也是共存的。”^①他从身体现象学的角度提出具身认知的观念, 确立了身体主体的地位。

在随后的几十年中, 具身认知这一思潮在西方世界逐渐引起人们更多的关注, 各界学者从不同的理论视角对这一观念进行了新的探索和阐释, 由此开启了关于具身认知理论的研究。概括而言, 具身认知理论认为, 人的心智和认知与具体的身体密切相关, 心智始终呈现为具(体)身(体)的心智; 人的认知源自人的整体性身体, 认知是人通过身体的体验以及身体与环境之间的相互作用而形成的。

根据具身认知理论, 行为能够影响思维。在共享与交流的音乐实践活动过程中, 个体与群体通过视觉与聆听所激发出的欢腾能量与思维之间的相互作用, 可以促使个体融入一种道德秩序, 此时人的行为能力也获得相应的发展。

二、具身认知视域下身体打击乐教学的理念

身体打击乐 (Body percussion) 是人对音乐的最本能、最直接的一种体验和表达方式。它以人的身体为乐器, 通过拍打身体部位而发出丰富的声响和乐音, 并通过对空间的分配

及多声部音乐思维在身体上的理解与表达, 运用肢体语言, 将节奏、力度、音色等音乐要素有机地融合, 实现人对音乐的审美感知、艺术表现和文化理解。

无论是音乐的生产还是对音乐的体验和消费, 人类的听觉和触觉都至关重要。生理证据表明, 从胎儿能听得见母亲的声音、感受母亲的心跳起, 他们就早早地接收到生理的节拍和韵律, 感受到生命的萌动。这时胎儿的身体反应与母体心率的拍律之间迅速发展出强烈的亲和性, 二者相互影响并相互关联。不仅如此, 听觉和触觉的重要性也时常体现在人们音乐活动的很多方面。“咏歌之不足, 不知手之舞之, 足之蹈之也。”^②当人们聆听音乐时, 会随着音乐的节律情不自禁地做出脚打拍子、手击鼓点等轻微的动作, 抑或是出现身体随之摇摆、舞动的反应。这皆是身体与音乐之间深层调谐及交融的体现。

身体打击乐教学是一种新颖的具有创造意义和生成意义的人本化音乐教育理念与其教学模式, 它注重人身体对音乐的主动体验与参与, 将学习者——人的发展视为课程的根本目标。具身认知理论视域下的身体打击乐音乐教学以人为本, 将学习者通过身体而获得的体验和经历作为教学的基础, 在音乐活动中关注学习者心智的特征及其个性的发展, 关注学习者与同伴、群体之间的社会关联, 并关注学习者与课程要素、教学环境之间的生态联系。“以身体之, 以心验之”, 在身体打击乐教学中运用具身认知理论, 能够有效地帮助音乐学

习者认识到人最初的心智和认知基于自己的身体；既从个体的身体内部实现自我身心关系的合一，又从个体身体的外部实现自我与他人、群体以及世界的合一，从而实现每一个学习者自身对音乐的理解与表现达到身心合一的理想境界。

三、具身认知理论视域下身体打击乐教学的策略

（一）施行人本化音乐教育，培育学生的核心素养

长期以来，我国基础音乐教育课程目标倡导学生掌握音乐的基础知识和基本技能（简称“双基”），在对课程与教学的评价上以学生“双基”的掌握程度为标准。受这一因素的影响，音乐课程一直存在音乐教育智育化和音乐教学知识化的倾向。为适应未来社会发展，近年来，教育部提出学生发展“核心素养”的概念，课程目标从对学科知识技能的掌握转变为对人的整体关注和培育，更为强调学生核心能力与综合素养的发展。

音乐核心素养立足于人的音乐发展，注重学生在音乐学习和体验中所生成的具有学科意义并能体现学科价值内涵的音乐核心能力与综合素养。其表征为对音乐的审美感知、艺术表现和文化理解。音乐核心素养必须从音乐的学科特征和密切相关性生发，以提升学生的能力发展为基础构建教学，从而实现学科综合。

人本教育，乐本审美。从具身认知理论的视域来看，身体打击乐这种新颖的人本化音乐教育理念与其教学模式立足于学生的音乐素养发展。在教学过程中注重引导学生从维度、材料、技法、风格及发展脉络等方面识别音乐的类别，结合音乐语言，通过观察、想象、构思、表现等过程，创造出有意味的身体打击乐类型，善于表达自己的意图、思想和情感，能联系自身的现实生活经验，结合其他学科知识，自觉运用音乐表现能力，解决学习、生活和工作中的问题，体现出身体打击乐综合性、发展性和实践性的特征。

身体打击乐以拍打身体部位而发出丰富的声响和乐音，通过对空间的分配及多声部音乐思维在身体上的理解与表达，运用自身的肢体语言，让学习者从中体验音乐作品的节奏、速度、力度、音色等各种音乐要素。这里需要强调的是，节奏是音乐的灵魂，节奏的体验离不开身体阶段的参与。相对于以往以“双基”为导向的音乐教学，身体的参与对于基础音乐教育的教学模式而言是一种突破。教学不再是程式化的客观的知识传授，而是转变为以学生为主体、通过身体参与来获得具身认知的方式。在教学过程中，教师需要关注学生的情绪和心智的表现，使教学更符合学生的心理与认知发展特点。这种教学模式对教师自身的知识结构和综合能力也提

出了更为全面的要求，体现出学科综合的教育发展趋势，也与音乐核心素养所倡导的以音乐教学提升学生综合能力的发展、从而实现学科综合的价值内涵不谋而合。身体打击乐教学内容紧密结合学习者的生活体验，使其在主动的建构性的过程中学习和成长。这能够更为全面地提升学习者对音乐的解读能力，有效地培育学生的音乐核心能力与综合素养，使音乐课堂在有限的时间内实现效率最大化。身体打击乐这一具有创造意义和生成意义的人本化音乐教学模式也因此能得到务实和可持续性的发展。

（二）注重音乐情境中的身体体验，关注个体主体性参与和表达的多样性

身体行为和自主参与是音乐实践活动的重要组成部分。身体是进行审美体验的主体，它与外部情境相互关联。梅洛·庞蒂从身体现象学的角度提出“情境——反应”这一身体知觉行为模式，赋予身体“意向性主体”的地位。

具身认知理论认为，认知是人通过身体的体验以及身体与环境的相互作用而形成的，是身体与环境之间互动的结果。知识在具体的情境中不断地进步与发展，认知与行为合二为一，心智与情境亦然紧密相连。

身体打击乐以拍打身体部位而发出丰富的声响和乐音，通过对空间的分配及多声部音乐思维在身体上的理解与表达，运用自身的肢体语言，让学习者从中体验音乐作品的节奏、速度、力度、音色等各种音乐要素。在具身认知理论视域下，身体打击乐教学以学习者通过身体而获得的音乐体验作为教学的基础，将身体活动贯穿于音乐教学的整个领域，以此来构建课堂教学。教师需要对音乐本体进行分析，根据音乐作品的内容设置相对应的情境，让学生置身于具体的情境中进行音乐实践活动。在这一动态过程中，学生通过身体行为和自主参与，会生成特定情境中的身体体验和音乐的身体性经验；教师则不仅需要关注音乐认知与学习者身体之间所形成的联动关系，还需要看到学生课堂表现的多样性：观察不同学生的主体性参与和表达的个性，关注个体之间的差异。每一个学生都是独一无二的个体，其主体性参与和身心融合的主观感受会有所不同，每个人都会形成各自独特的身体体验和情感体验。在整体把控课堂教学、重视学生整体反应的同时，教师还应当充分尊重学生的独立性、主动性和个体的尊严，尽可能启发和唤醒每一个学生对自身身体的知觉与表达，挖掘身体的潜能进行音乐编创实践，关注个体的主观感受和情感体验，帮助每一个学生获得自身独有的对音乐的感知能力，从而实现每一个学习者自身对音乐的理解与表现达到身心合

一的理想境界。

（三）注重对教师教育身体范式的转向，关注学习者与教学环境之间的生态联系

身体打击乐教学需注重对教师教育范式的转换。它强调具身认知对音乐教师专业发展所具有的指导意义。在构建整个教育教学的过程中，要求音乐教师具有积极敏感的身体意识，秉持身心融合、知行合一的教育理念，注重对教师教育身体范式的转向，以期使音乐教师的教学逐渐自觉地达到身心合一。这样的教师能够因地制宜、自出心裁，擅于甄选合适的、优质的音乐素材，通过身体体验来解读音乐和表现音乐，通过音乐中的养分能够触动自身并愿意分享他的学生；在身体体验的同时，教师还能够引领学生仔细品读音乐作品中的历史人物及其音乐故事，善于发现其中的艺术价值和闪光点。当教师怀有学术的敬意与温情，音乐教学便能注重人对知识的整体性认知、关注对学生的整体性发展和培育的同时更深入地触动学生的心灵，让师生一同体会人性的温度和音乐的温暖。

与此同时，身体打击乐教学还需关注学习者的兴趣、态度和需要；关注学习者的个性发展；关注学习者与自我、与他人、与社会、与自然的关系；关注学习者与课程各因素之间的联系，并将学习者的发展视为课程的根本目标，形成学习者与教学环境之间的生态联系。身体作为音乐活动和认知的主体，在身体打击乐教学中必然会强调身体的参与及其与环境的交互。人身体的运动性、复杂性与环境的功能性、多样性相互作用，产生出无限的情境效应和微妙的身体感受。这种具有创造意义和生成意义的人本化音乐教育理念和模式能够有效地培育学生的音乐核心素养，帮助每一个学生获得自身独有的对音乐的感知能力，从而实现每一个学习者自身对音乐的理解与表现达到身心合一的理想境界。

四、结语

身体是体验音乐的源泉。身体问题是当代哲学的一个重要论题。只要有充分的实践，身体就能在生理意义上发展成一个有机实体，既具备特定的姿态、灵敏和技能，又使其能够类似一种乐器来演奏音乐。具身认知理论视域下的身体打击乐教学以人为本，以人的音乐发展作为目标，将学习者通过身体而获得的音乐体验作为教学的基础。它注重对教师教育“身体”范式的转向，注重音乐情境中的身体体验，关注个体主体性参与和表达的多样性，关注学习者与教学环境之间的生态联系。这种具有创造意义和生成意义的人本化音乐教育理念和模式能够有效地培育学生的音乐核心素养，帮助

每一个学生获得自身独有的对音乐的感知能力，从而实现每一个学习者自身对音乐的理解与表现达到身心合一的理想境界。

音乐-身体-体验。当代世界知名戏剧大师铃木忠志在其著作《文化就是身体》一书中提到，早在半个多世纪之前，他就预见到了在当今网络智能技术的影响下，人们在身体、声音和语言表达上的苍白和贫乏。因此，他提出了具有前瞻性的生活范式的宣言：勿活于解答，要活于问题；勿活于答案，要活在提问里。具身认知的身体打击乐音乐教学，其施教者和学习者互相促进、教学相长，不断提出新的问题并努力解决问题，从中积累许多促进音乐教育教学的方法。这不失为创新思维和教育可持续发展的体现。

注释：

①莫里斯·梅洛-庞蒂：《知觉现象学》姜志辉译，商务印书馆，2001，第257页。

参考文献：

- [1] 贝洛克.具身认知:身体如何影响思维和行为[M].李盼,译.北京:机械工业出版社,2016.
- [2] 铃木忠志.文化就是身体[M].李集庆,译.上海:上海文艺出版社,2017.
- [3] 希林.文化、技术与社会中的身体[M].李康,译.北京:北京大学出版社,2011.
- [4] 曾丽秋,蔡晓冰,林松源.音乐·身体·体验——“身体打击乐”创新教学模式初探[J].艺术教育,2015(8).
- [5] 管建华.音乐、身体、空间文化与后现代性[J].音乐艺术(上海音乐学院学报),2010(1).

作者简介：章琦（1982-），女，湖北武汉人，中央音乐学院硕士，星海音乐学院讲师；曾丽秋（1974-），广东阳江人，在读音乐教育哲学博士（PHD），中学正高级教师，现任广州市铁一中学音乐教师。