

中国民族区域健身舞系列

总策划：金永吉 主编：金 秋

新疆地区少数民族和 内蒙古地区少数民族民间

舞

金 秋 张 莉 庞雅文 编著



内附 DVD 视频
教学光盘



蓝天出版社

全国艺术科学规划领导小组审批：2008年文化部文化艺术科学研究项目
《民间舞蹈文化遗产与舞蹈教育发展战略研究》系列丛书（08DE22）

中国民族区域健身舞系列

新疆地区少数民族舞

主 编：金 秋

本册编著：金 秋 张 莉 庞雅文

摄 影：金艺宁

光盘主编：张 莉

表 演：新疆昌吉学院初等教育学院

内蒙古地区少数民族民间舞

主 编：金 秋

本册编著：金 秋

摄 影：金艺宁

光盘主编：宋函颖

表 演：河北民族师范学院学生



蓝天出版社
www.ltcbs.com

图书在版编目 (CIP) 数据

新疆地区少数民族舞和内蒙古地区少数民族民间舞 / 金秋 张莉 庞雅文编著.
—北京: 蓝天出版社, 2014. 8

(中国民族区域健身舞系列)

ISBN 978-7-5094-1007-3

I. ①新… II. ①金… ②张… ③庞… III. ①少数民族—民族舞蹈—介绍—新疆 ②少数民族—民族舞蹈—介绍—内蒙古 ③少数民族—民间舞蹈—介绍—内蒙古 IV. ①J722. 22

中国版本图书馆CIP数据核字(2014)第174484号

出版发行: 蓝天出版社

社 址: 北京市复兴路14号

邮 编: 100843

电 话: 66983715

印 刷: 北京楠萍印刷有限公司

开 本: 16开 (710×1000)

字 数: 120千字

印 张: 10.25

印 数: 1-3000册

版 次: 2015年1月第1版

印 次: 2015年1月第1次印刷

定 价: 29.80元

ئەنئەنىگە ۋارىسلىق قىلىش ئاساسىدا
يېڭىلىق يارىتىپ، ئىنقىلابىي جاسارەت
بىلەن ئالغان ئۆزگىرىشلەرنى.

كابلەت ئابدۇرېشىت
2012 - يىلى 5 - ئاينىڭ 14 - كۈنى

团结奋进、继承传统、推陈出新。

全国政协副主席：

阿不来提·阿不都热西提

2012 年 5 月 14 日

傳承漢福文明
展示民族風采

水龍寺三月 丹珠昂奔

國家民委副主任

总 序

由北京师范大学金秋教授主持承担的文化部全国艺术规划办批准的《民族舞蹈文化遗产与舞蹈美育发展战略研究》课题，通过三部专著形式得以完成，这在艺术教育界是值得庆贺的事情。体现了课题承担者们的艺术创新与文化担当精神。

该课题的《国家级非物质文化遗产名录——中国少数民族民间舞蹈赏析》、《中国民族区域健身舞系列》、《中国民族区域舞蹈艺术精品教材系列》这三部图书（影像）不仅仅是针对普通高校一般大学生的艺术素质培养，而且是广泛面向社会普通大众，包括社区居民、企事业职员及各级机构公务人员与社会青少年的艺术素质培养。旨在各个领域、各个层面的群体通过学练健身舞和民族精品舞，得以观赏体验民族舞蹈艺术和传承中华优秀传统文化。其效在于：一是可健身美体提高工作效率，二是通过观赏学练健身舞和民族精品舞了解体悟我国优秀传统文化。

文化是一个民族的血脉根基，是一个民族的集体记忆和精神家园。一个有文化的民族才有希望，一个有文化的国家才能富强，一个有文化的精英群体才有事业发展的光明前途。舞蹈是民族传统文化的重要组成部分，通过学习舞蹈，了解我国几千年民族传统文化传统，对增强文化认同、提高文化软实力，培养奋发向上、爱国主义的民族精神和改革创新的时代精神，增强民族自尊心、自信心，实现中华民族的伟大复兴具有重要现实意义。

优秀的民族舞蹈文化是健康的，代表人类文明的结晶。胡锦涛主席在《高举中国特色社会主义伟大旗帜，为夺取全面建设小康社会新胜利而奋斗》讲话中指出：“要全面认识祖国传统文化，取之精华，去其糟粕，使之与当代社会相适应，与现代文化相协调，保持民族性，体现时代性。”《中国少数民族

民间舞蹈赏析》、《中国民族区域健身舞系列》和《中国民族区域舞蹈艺术精品教材系列》严格以“取之精华、去其糟粕”为指导思想，对民族舞蹈文化遗产进行了梳理、整合及艺术加工，从我国东北地区、西北地区，到西南地区及中部地区，选择不同区域具有代表性的民族舞蹈，并对之进行元素提炼，编成习练操作性极强的健身舞和精品舞。可谓创举，既体现了民族性，也体现了时代性，同时兼顾了群众性。

中国非物质文化遗产工作已启动十多年，已分批录入国家级和省、市级非物质文化遗产名录。在基本完成“非遗”普查、整理工作之后，就应该对其进行保护和传承。传承、研究是当前应做的重要工作。《国家级非物质文化遗产名录——中国少数民族民间舞蹈赏析》、《中国民族区域健身舞系列》、《中国民族区域舞蹈艺术精品教材系列》从可习练操作角度对中国民族舞蹈传统文化进行了梳理与研究，是一项填补空白的研究工作。中国民族区域舞蹈是我国各民族在漫长的历史岁月中创造的智慧结晶。由于各民族生存环境不同，创造活动的历史年代不同，因而其文化、艺术的表现也不同，它们之间有差异，而这种差异正是每一民族永恒魅力的体现，同时也构成了中国各民族文化遗产的多样性特征，它包含着丰富的不同民族的生存经验和思维观念。中国民族区域舞蹈突出地域特征，同时彼此之间又有着杂融相似的痕迹，传递着历史交流的信息。

作为历史文化记忆的民族舞蹈文化是先辈留给我们后辈的文化遗产。中华民族的优秀文化是我国各民族共同创造的。只有保护、传承各民族文化遗产，才能够延续中华民族的精神血脉。在“非遗”后继乏人，“非遗”文化散失，“非遗”生存环境欠佳，“非遗”保护、传承理论薄弱等状况下，《国家级非物质文化遗产名录——中国少数民族民间舞蹈赏析》、《中国民族区域健身舞系列》、《中国民族区域舞蹈艺术精品教材系列》的问世，恰似一股春风，吹来了一片新绿，沁人肺腑，启迪心灵，让人直面感受到了中华民族优秀舞蹈文化遗产流芳溢彩的魅力。

丹珠昂奔

2012年5月

目 录

新疆地区少数民族舞

第一章 维吾尔族民间舞蹈	◎ 02
第一节 维吾尔族舞蹈源流	◎ 02
第二节 维吾尔族舞蹈的内容与功能	◎ 14
第三节 维吾尔族舞蹈的种类与表现形式	◎ 18
第二章 哈萨克族民间舞蹈	◎ 48
第一节 哈萨克舞蹈源流	◎ 48
第二节 哈萨克族舞蹈的内容与功能	◎ 53
第三节 哈萨克族舞蹈的种类与表现形式	◎ 58

内蒙古地区少数民族 民间舞

第一章 蒙古族民间舞蹈	◎ 84
第一节 蒙古族民间舞蹈源流	◎ 85
第二节 蒙古族民间舞蹈的内容与功能	◎ 93
第三节 蒙古族民间舞蹈的种类与表现形式	◎ 104
第二章 鄂温克族民间舞蹈	◎ 127
第一节 鄂温克族民间舞蹈源流	◎ 127

第二节 鄂温克族民间舞蹈的内容与功能	◎ 129
第三节 鄂温克族民间舞蹈的种类与表现形式	◎ 134
 第三章 俄罗斯族民间舞蹈	◎ 146
第一节 俄罗斯族民间舞蹈源流	◎ 146
第二节 俄罗斯族民间舞蹈的种类与表现形式	◎ 148
 后记	◎ 155

新疆地区少数民族舞

新疆维吾尔自治区位于我国西北部，横亘于新疆中部的天山，将新疆分为北疆与南疆两部分。新疆有三大山系，北部有阿尔泰山脉、中部有天山、南部有昆仑山。还有两大盆地：阿尔泰山和天山中间的准噶尔盆地，昆仑山和天山中间的塔里木盆地。新疆三大山系终年积雪，冰雪融化又形成众多河流湖泊，主要河流有塔里木河、伊犁河、额尔齐斯河等。主要湖泊有博斯腾湖、艾比湖、罗布泊等。丰富的水资源滋润着新疆山间谷地，形成水草丰富的草原和大小不等的绿洲。著名的坎儿井灌溉使这里瓜果飘香、麦米棉花盛产，人们都说新疆的绿洲赛江南。

新疆的草原和绿洲生态环境孕育着两种经济文化即草原游牧文化和绿洲农耕文化。自古以来就有众多民族生存，如塞种人、月氏人、丁零人、匈奴人、乌孙人、羌人、楼兰人、车师人、焉耆人、龟兹人、疏勒人、于阗人、粟特人、柔然人、突厥人、回鹘人等。经过漫长的历史演变，形成今天的新疆各少数民族。

新疆是以维吾尔族为主体的多民族聚居区，除维吾尔族外，还有汉族、哈萨克族、柯尔克孜族、乌孜别克族、塔吉克族、塔塔尔族、满族、回族、蒙古族、锡伯族、俄罗斯族、达斡尔族、东乡族十三个民族。这些民族生活在资源丰富的草原、绿洲之地，创造着不同的物质文化和精神文化，并传承至今。

新疆又是我国古文化萌生较早的地区，遍及新疆各地的细石器文化，是一种新疆原始先民创造的畜牧和狩猎文化。新疆又是我国古代开发最早的地区之一。交河故城、高昌故城、焉耆明屋、拜城克孜千佛洞、吐鲁番柏孜克里克石窟、库车库木吐拉石窟以及吐鲁番阿斯塔那墓葬，均表明是古代新疆各族共同创造文化的遗存。古丝绸之路沿线各国乐舞如康国乐、龟兹乐、高昌乐、安国乐等成为汉、唐王朝的宫廷大乐。“旋转如风”的舞蹈姿态在唐玄宗按照西域“婆罗门”曲创编的《霓裳羽衣舞》曲伴奏的舞蹈中，被杨贵妃演绎得成为千古绝姿，并记载在白居易的诗歌中。

新疆有丰富多彩的民族民间舞蹈，这些舞蹈均从不同角度记载了每一民族的历史与文化。



第一章 维吾尔族民间舞蹈

维吾尔族是新疆维吾尔自治区人口较多的少数民族，主要聚居在南疆，其中塔里木盆地周边的和田、喀什、阿克苏、吐鲁番、哈密市是维吾尔族人口较为集中的地区。这几个地区又是新疆较大的绿洲地区。绿洲是维吾尔族人自古以来休养生息之地，也是维吾尔族文化形成与发展的自然环境。维吾尔族是一个善歌善舞的民族，生存于广阔的沙漠与戈壁滩之中的绿洲，其环境的苍凉与寂寥，使维吾尔族人早早就养成以歌舞驱散苍凉忧愁的习惯。歌舞是维吾尔族人日常生活中的重要内容，维吾尔族人擅长歌舞与其生存在无垠沙漠与戈壁中的绿洲环境紧密相关。

绿洲周边的环境很艰苦，无边无际的沙漠包围着绿洲，冬冷夏热，多风少雨。唐代僧人玄奘在《大唐西域记》卷十二中介绍：“沙则流侵，聚则随风，人行无迹，遂多迷路。四远茫茫，莫知所指，是以往来者聚遗骸以记之。”又说“乏水草、多热风。风起则人畜昏迷，因以成病”。严酷的自然环境培育了维吾尔族人坚韧不拔、乐观豁达、相互关照的民族性格与精神，新疆维吾尔族舞蹈反映了维吾尔族人的民族性格与民族精神。

第一节 维吾尔族舞蹈源流

一、维吾尔族历史背景

维吾尔是民族自称，意为团结、联合、同盟。历史上维吾尔有不同的称呼，北魏时称袁纥，隋代称韦纥，唐代称回纥，蒙元时代称畏兀儿，清代中晚时期称回部、缠回，民国初称威武尔。1935年定名维吾尔。其语言属阿尔泰语系突厥语族。其族源可追溯到丁零人。丁零人是公元前3世纪游牧于我国北方和西北方额尔齐斯河与巴尔喀什湖之间的丁零。《魏书》载：“高车，盖古赤狄之余种

也，初号为狄历，北方以为敕勒，诸夏以为高车、丁零。”^①说明回纥族源于丁零。回纥是维吾尔族的古称。《旧唐书·回纥传》载：回纥由九个氏族部落组成：“……九是突厥、铁勒的吉祥之数，并代表‘整数’，含有许多的意思。

‘九’实际和‘诸姓’的含义差不多。回纥兴起以后，成为漠北铁勒诸部的总代表。”^②回纥人最早从事游牧生产：“居无恒所，随水草而流移。”^③擅长养马，每年向唐王朝进贡马匹，很少经商。但自回纥汗国建立后，中亚粟特人常与回纥人做贸易，促进了回纥商业发展。唐代有许多回纥商人和粟特人滞留于京城长安。《资治通鉴》载：“回纥留京师者常千人，商胡人（粟特人）为服杂居者又倍之。”说明唐代回纥人已与粟特人一样会经商了，而且经常与中原地区进行商贸活动。隋唐宫廷燕乐中有不少西域乐舞，与西域商人在京城做买卖进行经济交往同时，文化艺术交流也在所难免地流向中原地区。

高昌回鹘自唐中晚时期建立后，与宋王朝、五代保持密切联系，当时称西州回鹘。也与辽朝关系密切，曾为辽朝属国。《辽史》卷二十载：“回鹘阿萨兰（高昌王）为邻国所侵，遣使求援。”契丹皇族耶律大石建立西辽王朝时，高昌王朝曾为附庸。回鹘从漠北迁徙高昌后改游牧为畜牧，兼事农业。博格达山上流下的水源为农作物生长和瓜果生长提供了条件。高昌回鹘由于所处的地理位置较好，因此接受中原汉王朝影响较大，同时通过丝绸之路接受外来文化影响，如在高昌古城和巴什力克的高昌回鹘时期的壁画上就有汉人、回鹘人、印度人、欧罗巴人等人物画像。可以说高昌古城是中外各民族文化艺术交流的重镇。“高昌回鹘人喜爱音乐，好游赏，‘行者必抱乐器’。高昌王宴请宋朝使臣王延德等时，‘张乐饮宴，为优戏’；泛舟游湖时，‘池四面作鼓乐’，龟兹乐当时仍在龟兹和高昌一带盛行。”^④高昌乐、龟兹乐是我国古代隋唐宫廷燕乐中的重要乐舞，也是历史、政治、经济、文化、艺术交往的见证。

如上所述，新疆在古代称为西域，在西域，历史上曾出现过民族分裂与统一的局面，丝绸之路的凿通、蒙元人对河西回鹘的控制、高昌古国的建立、叶尔羌国的建立、沙尔汗国的建立等，均使维吾尔先民的文化发生过重大变化。兴起

① 《魏书》第2307页，卷一〇三

② 王锺翰《中国民族史》第353页，中国社会科学出版社，2001年3月

③ 《旧唐书》第5195页，卷一九五

④ 王锺翰《中国民族史》第518页，中国社会科学出版社，2001年3月

于漠北的游牧维吾尔先民转向绿洲农业的过渡，使维吾尔族不仅生产方式发生转变，文化艺术也发生了变化。历史上各个时代的新疆维吾尔族创造的舞蹈文化在我国舞蹈发展史上留下了深深的印记。

二、维吾尔族舞蹈源流

维吾尔族是新疆地区古老的草原民族和绿洲民族的后裔，古代在天山南北活动的各种人群经过长期的融合、分化形成今天在新疆地区生活的十三个少数民族，这十三个少数民族都是能歌善舞的族群，他们在天山、阿尔泰山、昆仑山等山脉岩画上，除了留下了游牧、狩猎、农耕等生产活动画面之外，还留下了不少围绕生产、生活、原始宗教祭祀活动而展开的歌舞活动画面。“岩画多反映游牧、狩猎、格斗、征战、祭祀、娱乐、交媾、舞蹈等。除了牛、羊、马、驼等动物图像之外，人物形象在新疆各地的岩画中占有相当重的比例。他们的双手或平举、或下垂、或握拳、或弯曲，他们的两脚都作叉开、略屈或半蹲，还可见到扭动腰肢、头饰双插短角或羽毛，手挥牛尾或身后带尾饰者，姿态舒展活泼，具有动感。除了单人、双人之外，还有四五人肩并肩，手拉手踏着整齐的步伐，做着一致的动作，表现了当时牧民们舞蹈的情景。”^①这里描述的舞姿、动态、形态均可在今天新疆各族舞蹈中见到，尤其岩画人物在做平举、上举、下垂的上肢动作和腿略屈及半蹲的姿态是今天维吾尔族舞蹈中常见的代表动作。

维吾尔族是能歌善舞的民族，其先祖在西北地区留下了歌舞的足迹，如我国历史上第一位出国旅游的君王周穆王就在天山瑶池欣赏了西王母宴请他时的歌舞表演。汉代张骞出使西域后，西域歌舞随经济文化交流也传向中原王朝，如晋代《西京杂记》载的于阗乐，就是汉代新疆地区的民族歌舞。汉代末年随佛教的传入和在我国的兴起，佛教歌舞得以形成与发展，在新疆各地的佛教石窟中，多可见到西域及中亚等地歌舞艺术形象。在库车县城东北昭怙厘佛寺遗址出土的舍利盒，盒上有乐舞图，图上有独舞、儿童舞、士兵舞等图像。图上舞者的舞姿有旁吸腿造型、端腿造型、旋转动姿的舞蹈形象，这些造型与中原地区汉族舞蹈形成较大的对比，突显了西域民族舞蹈风格。

新疆于阗和高昌是古丝绸之路上的重镇，它们不仅是贸易集散地，也是文化交流的中心地，于阗乐、高昌乐、西凉乐、龟兹乐、疏勒乐、康国乐、霓裳羽

^① 《中国民族民间舞蹈集成·新疆卷》第2页，中国ISBN中心出版，1998年5月

衣舞均为我国隋唐时期宫廷代表性乐舞。这些乐舞均来自西域，西域乐舞很早就与中原开始了交流。所谓西域不仅指的是地理概念，也指的是东西文化交流的历史文化语境。在我们通常的概念里则指的是新疆以西的广大区域。西域文化包括草原文化、绿洲文化、汉文化。这些文化分布在新疆不同区域，以天山为界，天山北部为草原文化区，塞种人、乌孙人、中期突厥人、蒙古人、哈萨克人在这里先后创造了草原文化。天山南部为绿洲文化区，于阗人、龟兹人、楼兰人在这里创造了绿洲文化。汉文化在历史上活跃于高昌时期。唐代西域是各种文化各种宗派交流交融的区域，交流交融的结果使各个文化均带有互为影响、互为印证、互有痕迹的特征，草原文化中带有绿洲文化特征，草原文化和绿洲文化又多多少少带有汉文化特征等，在乐舞方面，如西凉乐就是文化交流的结晶。佛教石窟壁画上的乐舞形象既显现着犍陀罗、秣菟罗艺术风格，又带有汉族舞蹈艺术风格，本土文化与中亚文化、西亚、南亚及欧亚文化能够交汇在一起，完全得益于贸易、宗教往来及民族流动迁徙和审美价值取向。汉、唐时代盛行的西域乐舞是东西各区域文化交流的结晶。汉代班固在《东都赋》中记：“四夷间奏，德广所及，僭佺兜离，罔不具集。”这里的僭佺兜离指的是中原周边的少数民族歌舞，其中兜离指的是西夷乐舞。该舞由张骞从西域带回，如《摩诃兜勒》，兜勒是兜离的转音。西夷乐舞在汉朝宫廷用于庆典、外交、宴请等活动，汉代文人崔豹在《古今注》中说：“横吹胡乐也，张博望入西域，传其法于西京，唯得摩诃兜勒二曲。李延年因胡曲更造新声二十八解。”西域乐舞给中原艺术创造注入新的活力。李延年是汉朝艺术大臣，经他手艺术加工的作品博得人们的喜好，据传他创作的一个带有西域风情的乐舞让他妹妹李夫人跳，并得到汉武帝的宠爱。《前汉书》卷九十七载：“孝武李夫人，本以倡进，初夫人兄延年，性知音，善歌舞，武帝爱之，每为新声变曲，闻音莫不感动。延年侍上，起舞歌曰：‘北方有佳人，绝世而独立，一顾倾人城，再故倾人国，宁不知倾城与倾国，佳人难再得。’上叹息曰：善，世岂有此人乎？平阳公主言：延年有姊。上乃召见之，实妙丽善舞。”李延年加工改编的西域乐舞有很多。“李延年的二十八解‘新声’，到魏晋尚存十曲留传于世，名为：《黄鹤》、《陇头》、《出关》、《入关》、《出塞》、《入塞》、《折杨柳》、《黄华子》、《赤之阳》、《望行人》。”（崔豹《古今注·卷中》）李延年加工创编了这么多新声，说明西域乐舞对中原乐舞的影响之深。西域泛指新疆以西的广大地区，在广袤的西域空间生存着众多不同民族，

不同民族均有不同民族特色的乐舞，这些异质乐舞蹈文化传入中原使人备感清新脱俗。那些异质乐舞再经汉族艺人的审美思维整合成为中国少数民族传统乐舞。西域乐舞不仅影响着中原汉族乐舞文化的创新，而且西域乐舞的传入还开拓了中原人的视野，使中原人了解到西域人的历史、文化与风土人情，如“于阗乐”。于阗乐在汉初时就成为宫廷宴乐的重头节目，说明早在汉代之前它已通过民间渠道传入中原。汉代《西京杂记》卷三载：“戚夫人侍儿贾佩兰，后出为扶风人段儒妻。说在宫内时，……至七月七日临百子池作《于阗乐》，乐毕，以五色缕相羁，渭为相连爱。”于阗即在今天新疆的和田地区。和田出玉，用玉做的乐器已在周朝时采用。《礼记·郊特牲》曰：“击玉磬。”注云：“玉磬天子乐器。”《尚书·益稷》曰：“戛击鸣球。”注云：“玉磬名也。”古代乐器是用上好石料做成的乐器，其中以球形的玉磬为最高贵的乐器，因此，玉磬是属天子级别的最佳乐器。新疆南部昆仑山被誉为是产玉之山，在古丝绸之路，东西贸易交往不仅有丝绸，还有玉。昆仑山的玉以和田玉最为著名。随着玉器交往，和田地区的乐舞也传入中原地区。于阗也是大乘佛教文化中心，在艺术上受犍陀罗艺术影响较深。犍陀罗位于中国、印度、希腊三方文明古国的交叉点上，其文化带有综合艺术特色。这种特色在绘画上尤为突出，如唐文人张彦远在《历代名画记》介绍：“尉迟乙僧，于阗国人。父跋质那。乙僧国初授宿卫官，袭封郡公，善画外国及佛像。时人以跋质那为大尉迟，乙僧为小尉迟。画外国及菩萨，小则用笔紧劲如屈铁盘丝，大则洒落有气概。僧惊云：外国鬼神，奇形异貌，中华罕继。”绘画者尉迟乙僧于阗人，善画外国人及佛像。一个于阗画家能画出外国人及佛像，说明于阗是一个开放的地区，经常有外国人进入，也是佛教文化兴盛之地。这样的文化地理环境不仅影响着绘画艺术发展，也必然影响歌舞艺术兴盛。由此可以判断，于阗歌舞是带有外国情调和佛教艺术风采的西域舞蹈，这样的异国情调歌舞必然深得汉代著名舞蹈家、汉高祖的宠妃戚夫人的喜爱。她的侍儿贾佩兰也擅长此舞，说明她经常欣赏这一西域乐舞。于阗位于天山以南，也是绿洲文化区域，生息繁衍此地的民族以维吾尔族先民为主，于阗人可以说是维吾尔族的族源之一，于阗歌舞融入维吾尔族乐舞艺术中，使维吾尔族乐舞早早具有了异域艺术特征。西域绿洲乐舞艺术除于阗艺术之外，其他乐舞代表还有龟兹艺术、鄯善艺术、高昌艺术等。这些艺术虽然都产生于西域绿洲农耕文化圈内，但因所处的人文环境不同而形成各自不同的风格，如于阗乐舞艺术就带有浓郁的印度佛

教文化色彩，而龟兹乐舞艺术则带着浓厚的佛教艺术和中原佛教艺术色彩，高昌乐舞艺术则是以汉族艺术形态占主流，兼备印度、龟兹佛教艺术特点的艺术。这些不同区域的艺术风格在隋唐时代表现得尤为突出。自公元10世纪伊斯兰教传入西域后，绿洲各地区的乐舞风格才发生根本变化。

在我国历史上晋南北朝是一个政治大动荡、民族大迁徙的时代，董卓之乱、八五之乱、永嘉之乱、侯景之乱、匈奴贵族刘渊称王、五胡十六国局面和南北朝的形成等，使公元196年曹操迎汉献帝迁都河南许昌起至公元589年隋文帝杨坚统一国内局面的长达393年是我国长期处在分裂割据局面的历史，其中北方十六国之后出现的北魏、东魏、西魏、北齐、北周统称为北朝。公元317年平西晋琅邪王司马睿在建康（今江苏南京）建立东晋。东晋之后出现的宋、齐、梁、陈四个朝代，总称为南朝。在政权不断交替的南北朝动荡时代，实现了汉族与南北各少数民族融合的盛景。魏晋南北朝时，活跃于我国西北和北方的少数民族主要有匈奴、羯、鲜卑、敕勒、柔然等民族。在大动荡的魏晋南北朝时代这些民族也先后南迁定居中原，魏晋南北朝时代许多北方和西域民族乐舞也随之进入中原。隋文帝杨坚结束了动乱分裂局面，实现了国家统一，他不仅修长城、防突厥，进行一系列政治改革，而且还将魏晋南北朝时代流散于各地的中外乐舞统一起来，制定了七部乐，隋炀帝时又制定了九部乐。隋代末年，农民起义，摧毁了隋炀帝暴虐统治，一个新的统治集团出现了，这就是唐朝。从贞观（公元627—649年）到安史之乱，多年治理实现了唐帝国“开元盛世”的局面。唐代以“海纳百川，吞吐八荒的恢宏气势”创造了活跃宽松的政治局面，唐太宗以博大胸怀创制宫廷燕乐“十部乐”。这“十部乐”包括燕乐、清乐、西凉乐、天竺乐、高丽乐、龟兹乐、安国乐、疏勒乐、康国乐、高昌乐，此外还制定了健舞、软舞系列。在唐代“十部乐”和健舞、软舞系列中与西域民族和地区有关的乐舞有西凉乐、龟兹乐、安国乐、疏勒乐、康国乐、高昌乐、石国乐、柘枝舞、达摩支等。西域乐在唐代十分兴盛，尤其在唐开元、天宝年间，“洛阳家家学胡乐”。唐诗人元稹在《法曲》中说：“自从胡骑起烟尘，毛毳腥羶满咸洛。女为胡妇学胡妆，伎进胡音务胡乐。火凤声中多咽绝，春莺转罢兴萧索。胡音胡骑与胡姬，五十年来竞纷泊。”说明了西域胡舞传入中原后的盛行状况，在宫廷燕乐中，西域胡乐占的比重很大，它们各具独特风采。

《西凉乐》是来自西凉州的乐舞，凉为国名，在甘肃地区。有兰西凉乐，《隋书·音乐志》载：西凉晋，起自苻氏之末，吕光、沮渠蒙逊等，据有凉州，变龟兹声为之，号为秦汉伎。魏太武既平河西得之，谓之《西凉乐》，西凉乐是带有胡乐胡舞特征的狮子舞。唐代诗人白居易在《西凉伎》诗中对西凉伎表现内容与形式及历史背景作了描述：“西凉伎，假面胡人假狮子，刻木为头系作尾。金镀眼睛银帖齿，奋迅毛衣摆双耳，如从流沙来万里。紫髯深目两胡儿，鼓舞跳梁前致辞。应似凉州未陷日，安西都护进来时。须臾云得新消息，安西路绝归不得。泣向狮子涕双垂，凉州陷没知不知？狮子回头向西望，哀吼一声观音悲。贞元边将爱此曲，醉尘笑看看不足。娱宾犒士宴监军，狮子胡儿长在目。有一征夫年七十，见弄凉州低面泣，泣罢敛手白将军，主忧臣辱昏所闻……”从这里可以得知西凉伎是一种戴胡人面具披狮子皮道具而舞的西凉地区的舞蹈。

《隋书·音乐志》说西凉乐“至魏、周之际，遂谓之《国伎》。今曲项琵琶，竖头箜篌之徒，并出自西域，非华夏旧器。杨泽新声，神白马之类，生于胡戎。胡戎歌非汉魏遗曲，故其乐器声调，悉与书史不同。其歌曲有《永世乐》，解曲有《万世丰》，舞曲有《于阗佛曲》。由此得知，西凉乐是西域少数民族乐舞与甘肃凉州地区汉族乐舞融合而成的乐舞。舞曲《于阗乐》是西域和田地区的乐舞，《永世乐》和《万世丰》则是汉族乐曲，但为西凉乐伴奏的乐器，如曲项琵琶及竖头箜篌等则是西域少数民族乐器。因此，说西凉乐是带有西域风格的乐舞。

龟兹乐是西域绿洲乐舞的典型代表之一，其表演形式为歌、乐、舞三位一体，龟兹乐早在北周时，就随突厥阿史那公主入长安。隋唐时成为宫廷乐舞的重头戏。隋唐宫廷九部伎、十部伎中不仅有中原雅乐，江南清乐，还有西部乐舞。西部乐舞中包括龟兹乐。龟兹乐于隋初传入，当时有三部，即西国龟兹、齐朝龟兹还有土龟兹。唐朝龟兹乐是这三种龟兹乐的综合。龟兹乐来自龟兹国（今新疆库车一带），龟兹国是以“管弦伎乐、特善诸国”而著称的国家。龟兹国位于古丝绸之路北道，广泛吸收了东西方乐舞元素，在龟兹乐舞中既有印度乐舞元素，又有中亚各国乐舞元素。《通典》记载龟兹乐舞：“皆初声婆复闲缓，度曲转急躁，或踊或跃，乍动乍息，跷脚弹指，撼头弄目，情发于中，不能自止。”在克孜尔石窟壁画上有这种舞姿造型。从《通史》描述的动态、形态和石窟壁画上舞姿神态来看，与今天新疆维吾尔族舞蹈几乎是一脉相承的乐舞。龟兹乐在我国唐代十分兴盛，其主要原因是随突厥公主入主中原的龟兹音乐家苏祇婆带来的“五