

中央高校基本科研业务费专项资金资助
Supported by the Fundamental Research Funds for the Central Universities
中央民族大学2009年度自主科研项目(新兴与交叉学科研究类)资助项目

少数民族歌舞健身理论与方法

Shaoshuminzu Gemujianshen Lilun yu Fangfa

◎ 张涛 胡悦 曹丹 吴非/主编



中央民族大学出版社
China Minzu University Press

中央高校基本科研业务费专项资金资助
Supported by the Fundamental Research Funds for the Central Universities
教育部2009年度自主科研项目(新兴与交叉学科研究类)资助项目

少数民族歌舞健身理论与方法

Shaoshuminzu Gewujianshen Lilun yu Fangfa

张涛 胡悦 曹丹 吴非 / 主编



中央民族大学出版社
China Minzu University Press

图书在版编目 (CIP) 数据

少数民族歌舞健身理论与方法/张涛, 胡悦等主编. —北京:
中央民族大学出版社, 2011. 8
ISBN 978-7-5660-0023-1

I. ①少… II. ①张…②胡… III. ①民族歌舞-健身运
动-中国-教材 IV. ①G883

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2011)第 111711 号

少数民族歌舞健身理论与方法

主 编	张涛 胡悦 曹丹 吴非
责任编辑	李苏幸
封面设计	布拉格
出 版 者	中央民族大学出版社 北京市海淀区中关村南大街 27 号 邮编:100081 电话:68472815(发行部) 传真:68932751(发行部) 68932218(总编室) 68932447(办公室)
发 行 者	全国各地新华书店
印 刷 者	北京宏伟双华印刷有限公司
开 本	787×1092 1/16 印张:19.75
字 数	450 千字
版 次	2011 年 8 月第 1 版 2011 年 8 月第 1 次印刷
书 号	ISBN 978-7-5660-0023-1
定 价	52.00 元

版权所有 翻印必究

总 论

《少数民族歌舞健身理论与方法》一书是在中央民族大学校级自主科研项目——新兴与交叉学科研究项目基础上，形成的具有实践意义的教材类书籍。全书共分六章，首先从民族学、体育学学理层面阐述与论证少数民族歌舞健身活动的科学性。同时，作为教材类书目该书力求将理论研究与实践教学紧密结合，适时纳入少数民族歌舞健身操的采编与创编等教学内容。在编排过程中力求保留吸收少数民族歌舞特色元素，在保持民族歌舞本色基础之上，积极与体育舞蹈健身操相结合，使少数民族歌舞健身操不失为展演民族文化，聚合民族向心力的重要载体。并使创编后的少数民族歌舞健身操项目，更加符合体育教学中运动量与运动强度的基本要求。教材整体提升了科研成果的可操作性，力求使科学理论研究更具实践意义。

一、少数民族歌舞大众化健身活动的现状阐释

少数民族歌舞健身形式是少数民族传统体育与少数民族传统艺术的重要组成部分。流传至今的各种少数民族歌舞健身活动，因其具有突出的愉悦身心的双重功效，为各族群众所喜爱，并得以代代传承。但少数民族歌舞健身形式与一般体育活动直接增强体质为目的要求不尽相同，参与者是一种无条件的自觉行为，悠扬欢快的歌舞形式使人们尽情地投入其中，在精神上得到极大地松弛与愉悦。同时参与民族歌舞活动的人们形成一种共同的心理，这样的心理定势无形中增强了参与者的自觉性和约定俗成的规范感，由此形成了强有力的人们精神共同体。而积极向上的民族歌舞是一些少数民族日常生活中必须的精神寄托，人们参与民族歌舞活动不仅肢体得到活动、身心得到愉悦，精神上更会感到欣慰与满足。参与少数民族歌舞活动所产生的独特心理体验，或由此而引发的复杂而深刻的民族情结，是参加一般体育活动难以体验到的。因此，少数民族歌舞健身活动的愉悦身心及其内聚民族向心力等功效，是其他体育与艺术形式难以比拟的。

少数民族歌舞愉悦身心的健身功效，已普遍为人们所接受。如近年来新疆古老的刀郎歌舞在全国各地得以演出，揭开了其原生态的神秘面纱，使观众享受到新疆原生态的刀郎歌舞带来的震撼，引起轰动。在新疆阿瓦提县当

地人把生硬的广播体操变成翩翩的刀郎木卡姆健身操,使原有的广播体操模式发生了革命性变革。这种刀郎木卡姆健身操,把广播体操、健身操、刀郎木卡姆舞蹈等元素融合到一起,分十四节拍,特别适合专业舞蹈人员表演或爱好健身的普通人群学习锻炼,阿瓦提刀郎木卡姆健身操表演队还在全国少数民族健身操比赛中获了奖。现在的阿瓦提县每天旭日初升时最为热闹,这个距离新疆首府乌鲁木齐 1000 公里之遥的偏远县城,其街道空旷处,聚集着一群又一群人,伴随着欢快的刀郎乐声,成百上千的人们在这里进行晨练,他们跳着节奏鲜明的刀郎木卡姆健身操。^①虽然经过历史长期的演变,这些体现少数民族气质的歌舞健身活动,仍具有众多的支持者和参与者,焕发着新时代的活力与价值。

而我国少数民族原有的传统歌舞健身形式,在现代文明和外来文化的冲击下普遍呈逐渐萎缩态势,有的甚至已经消失。如何挖掘、整理、保护和发展我国优秀的民族传统歌舞健身项目,是摆在我们面前的紧迫任务,也是我们义不容辞的责任。

近年来少数民族传统体育与艺术已逐渐在相关学科研究领域有所涉及。但是能够运用民族学与体育学学理对少数民族歌舞健身形式的发生、发展,展开厚重细致的深描,满足体育学实证要求并付诸教学实践的研究尚属空白。

二、《少数民族歌舞健身理论与方法》的设计思路与研究方法

本书总体以民族学与体育学为研究的基本视角,发挥交叉学科科研方法的多缘优势,以提升相关问题研究的科学性与使用价值。

(一) 设计思路

在少数民族歌舞的田野挖掘调研阶段,以民族志“深描”理论为依据,在少数民族传统歌舞质性研究中,将研究者的现场观察与体验真实地表达,同时把一切能够表达独特关系的情节和文化背景,以及少数民族歌舞的舞蹈形式与音乐结构深入细致地描述出来。而少数民族传统歌舞健身功效价值的研究与应用,从感性认识逐步上升为理性的学理实证研究,为少数民族传统歌舞的应用实践提供理论依据。常规体育项目的健身功效已经被证实,并为人们所接受。然而少数民族歌舞活动的健身功效,现阶段多为感性介入层面,缺乏体育学学理的实证数理支撑。少数民族歌舞作为他者被人们特别是

^① 汪金生:《在阿瓦提体验刀郎文化——广播体操变革战如火如荼》,中国新闻网,2005年10月22日。

被体育界所接受,需要在民族学与体育学两大学科中形成共通的语言系统,才能在学科的概念上展开沟通,并按照通行的规范展开对话。在此前提下,少数民族传统歌舞健身功效价值的研究与应用,应通过体育学科中的运动生理学和运动心理学理论,对民族歌舞进行实证研究,得出体育界认可的运动生理学和运动心理学的比对数据,从而形成少数民族歌舞体育健身研究的崭新模式。

本书将一改以往同类课题以宏观阐述为主的模式,深入到影响少数民族歌舞健康身心体系的具体环节,得出相关结论,最终依据论证结果设计出少数民族传统健身歌舞开展的最佳教学方案。并以少数民族歌舞的广场健身文化为基础,记录创编少数民族健身歌舞教材,将少数民族歌舞健身项目逐步引入体育课堂教学,使少数民族健身歌舞课程的开设,具备严谨科学的理论依据,避免以往少数民族传统体育项目描述论证与实践过程中的粗放与随意。

我们应充分发挥中央民族大学民族院校的学科优势,运用最终科研成果,大力开展各少数民族歌舞健身教学活动,创立民族院校特有的校园文化体系。

(二) 研究方法

本书首先从多维的角度阐述少数民族传统歌舞的产生、流变、传播和运作过程,另外还从少数民族歌舞活动在少数民族节庆、宗教、仪式活动等视角,研究少数民族歌舞文化背景与社会实践,努力提升本书研究的文化品位。

同时,运用体育学中运动生理学和运动心理学等学科原理,通过测试、数据采集等方式,论证少数民族歌舞健康身心的功效。将民族学人文研究模式与体育学生物性研究模式有机结合,拓宽民族歌舞及其民族体育的研究渠道,丰富少数民族传统体育文化研究成果,并通过少数民族歌舞健身操的创编,最终付诸于教学实践。

三、参编成员与学术指导

本书参编成员主要以中央民族大学体育学院教师为主体,邀请兄弟民族院校教师、普通高校体育部教师、舞蹈类教师、音乐类教师参与本书的共同编写与学术指导,以求从体育学、民族学、舞蹈学、音乐学等多角度深化本课题的研究过程与研究成果。本书编写成员如下:

主 编:张涛 胡悦 曹丹 吴非

参 编：张涛 胡悦 曹丹 吴非 朴永光 蔡丽红 李松发
刘柳 杨晋涛 王华

学术指导：

张 海 洋：民族学指导

张 威：体育学指导

苏 德：教育学指导

钟 进 文：民俗学指导

朴 永 光：舞蹈学指导

沙呷阿依：舞蹈学指导

余 风：音乐学指导

王 华：音乐学指导

由于本课题是一项新兴与交叉类科研项目，作者在知识面、研究深度和教学实践经验等方面均有欠缺，加之编写时间仓促，缺点和错误在所难免，殷切希望专家与读者批评指正。

张涛

2010年12月1日（星期三）

目 录

第一章 少数民族歌舞健身的民族学阐释与体育学论证	(1)
第一节 少数民族歌舞健身的民族学阐释.....	(1)
一、汉文史籍记载的少数民族歌舞活动.....	(1)
二、少数民族歌舞的民族风格与地域风格.....	(9)
三、西南少数民族歌舞的民族志描述	
——以云南省兰坪民族民间歌舞为例	(13)
四、黔东南台江反排木鼓舞的历史表述	(18)
五、台湾少数民族歌舞在变迁社会中的实践	(24)
六、内蒙古东北部“传统安代歌舞”音乐特征的	
采风描述	(29)
七、新疆刀郎麦西莱甫歌舞活动健身功效的民族学解读	(32)
第二节 少数民族歌舞健身功效的体育学论证	(36)
一、少数民族集体歌舞的娱乐健身价值	(36)
二、民族健身歌舞对大学生身体形态、素质、	
生理机能的影响	(39)
三、民族健身歌舞对大学生心理健康影响的	
实证研究	(44)
四、少数民族歌舞对体育教学的启示	
——以中央民族大学“校园锅庄”为例	(46)
五、民族歌舞作为学校体育课程教学新内容的	
可行性探索	(53)
六、“民族歌舞与传统体育 2+1”创新教学	
模式构建及应用	(56)
第二章 锅庄歌舞健身操编排与教学.....	(64)
第一节 女生班锅庄歌舞健身操	(65)
一、女生班锅庄歌舞健身操基本姿态与基本动作	(65)
二、女生班锅庄歌舞健身操练习组合	(67)
三、女生班锅庄歌舞健身操成套动作	(72)
第二节 男生班锅庄歌舞健身操	(95)
一、男生班锅庄歌舞健身操基本姿态与基本动作	(95)

二、男生班锅庄歌舞健身操练习组合	(97)
三、男生班锅庄歌舞健身操成套动作	(101)

第三章 维吾尔族麦西莱甫与萨玛歌舞健身操

编排与教学	(125)
第一节 维吾尔族麦西莱甫歌舞健身操	(125)
一、麦西莱甫歌舞健身操基本手型与动作	(125)
二、麦西莱甫歌舞健身操练习组合	(128)
三、麦西莱甫歌舞健身操成套动作	(135)
第二节 维吾尔族萨玛歌舞健身操	(150)
一、萨玛歌舞健身操基本步伐与手臂动作介绍	(151)
二、萨玛歌舞健身操成套动作	(151)

第四章 壮族三人板鞋歌舞健身操编排与教学

第一节 三人板鞋歌舞健身操	(169)
一、三人板鞋歌舞健身操基本动作	(169)
二、三人板鞋歌舞健身操成套动作	(170)
第二节 三人板鞋街舞健身操	(179)
一、三人板鞋街舞健身操基本动作	(179)
二、三人板鞋街舞健身操成套动作	(180)
第三节 三人板鞋扇子歌舞健身操	(191)
一、三人板鞋扇子歌舞健身操基本动作	(192)
二、三人板鞋扇子歌舞健身操成套动作	(192)
第四节 三人板鞋爵士健身操	(197)
一、三人板鞋爵士健身操基本动作	(197)
二、三人板鞋爵士健身操成套动作	(198)
第五节 三人板鞋啦啦操	(214)
一、三人板鞋啦啦操基本动作	(214)
二、三人板鞋啦啦操成套动作	(215)

第五章 摆手歌舞与安代歌舞健身操编排与教学

第一节 摆手歌舞健身操	(232)
一、摆手歌舞健身操基本动作	(232)
二、摆手歌舞健身操练习组合	(233)
三、摆手歌舞健身操成套动作	(235)
第二节 安代歌舞健身操	(257)
一、安代歌舞健身操基本姿态与动作	(257)

二、安代歌舞健身操练习组合·····	(258)
三、安代歌舞健身操成套动作·····	(261)

第六章 打跳歌舞健身操与达体歌舞健身操

编排与教学 ·····	(277)
第一节 打跳歌舞健身操·····	(277)
一、打跳歌舞健身操基本动作·····	(277)
二、打跳歌舞健身操练习组合·····	(277)
三、打跳歌舞健身操成套动作·····	(285)
第二节 达体歌舞健身操·····	(292)
一、达体歌舞健身操基本动作·····	(292)
二、达体歌舞健身操练习组合·····	(292)
三、达体歌舞健身操成套动作·····	(300)

第一章 少数民族歌舞健身的民族学 阐释与体育学论证

本章运用民族学和体育学的理论与方法，对少数民族歌舞的大众化健康身心功效进行研究，力求综合研究民族歌舞的相关问题，探索这一领域的体育学和民族学的最佳契合点。就本章的设计而言，切入点为以上两条基本路径。

通常在体育学领域的科研内容偏重于生物本身的量化研究，却对体育事项中蕴含的文化内涵关注不够。而在民族学研究领域偏重民族文化的描述与理论构件的质性研究，对人类生物性的量化实证研究分量不足。从生物学角度看，人是一种生物，具有其自然的生物属性（如不同人种的肤色、骨骼、肌肉结构等生物特征）；从文化角度看，人又有别于其他生物，他们创造了个性鲜明的文化，从而具有后天习得的文化属性。因此，对人的研究应该是一种综合全面的研究，必须从生物学角度和文化角度全面把握人的本质，把人类的体质和文化综合起来进行探讨。

我们认为，对少数民族歌舞健身的研究，应充分利用体育学科研领域重物理量化研究的方法与民族学擅长文化质性研究的方法，将体育学量化研究与民族学质性研究紧密结合，交叉使用相关学科理论与方法，综合运用民族学和体育学原理，寻求体质人类学和文化人类学科学研究的最佳契合点，形成少数民族传统体育文化与少数民族歌舞文化研究的重要方法论，从而最终获得全面深入的科研成果。

第一节 少数民族歌舞健身的民族学阐释

本节从民族学视角阐述少数民族歌舞这一独特的健康文化形态，力求说明少数民族歌舞活动是展演各民族文化特征的重要标识。

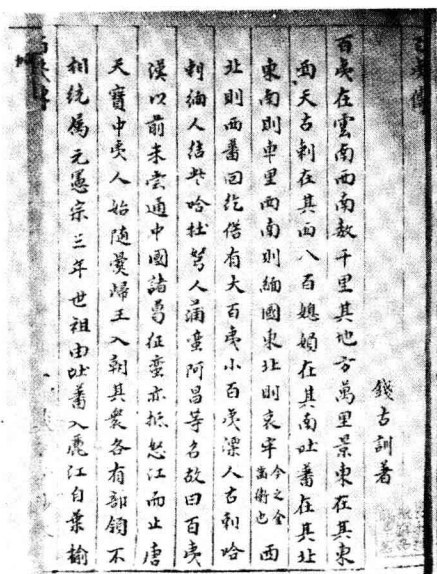
一、汉文史籍记载的少数民族歌舞活动

我国西南地区为少数民族聚集的地方，各民族的歌舞种类多样、风格各异。综观历史，但凡有机会到少数民族地区的汉人，无不当地与中原迥异的风土民情所吸引，且形成各种史料书籍，成为民俗学、文化人类学和民族学等学科研究的重要文献。《百夷传》、《南昭野史》、《赤雅》三种汉文史籍记载了距今三四百年前有关少数民族的歌舞活动，是研究明代西南地区少数民族歌舞发展的第一手资料，具有较高的历史文化价值。

（一）三书之记

明代时期随着军队入驻西南地区，不断有汉族文人被派驻管理该区域，他们不同程度地记述了当地民族的风土民情及歌舞活动概貌。《白夷传》、《南昭野史》、《赤雅》三

书记载了距今三四百年前西南少数民族性情、衣食住行、婚俗和歌舞,尤其对少数民族歌舞活动的记录,内容覆盖广,展示了民族歌舞的多元形态。



明 祁承燾 淡生堂钞本《百夷传》

图 1.1 《百夷传》

1. 《百夷传》中的歌舞记载

明洪武十四年(1381),明军进入云南后,统一了车里(今西双版纳景洪)、平缅(今德宏)等处。后来因为土酋思伦发经常率百夷之众侵扰缅甸,洪武二十九年(1396)钱古训、李思聪奉史百夷调解。钱、李二人到今云南德宏等许多地方,对其山川、人物和民族风情等情况做了实录。二人回朝复命,并向朱元璋进呈整理的实录——《百夷传》。书中记载了明代居住在今天云南德宏傣族景颇族自治州境内的傣族及其他少数民族的历史、地理、政治制度和生活习俗等各方面的情况,其中关于歌舞与习俗活动有:

官方宴飨之乐的记载:“百夷”是明代对傣族的称谓。书中记载其宴会的礼节:“宴会则贵人上坐,其次列坐于下,以逮至贱,”^①还介绍了宴会的用乐——百夷乐、缅乐、车里乐:“……酒初行,乐作,一人大呼一声,

众人之和,如此者三。既就座,初进饭次具醪饌有差,食不用箸。每客一卒跪座侧,侍水瓶,食毕则盥帨。凡物必祭而后食之。乐有三:曰百夷乐、缅乐、车里乐。百夷乐者,学汉人所作箏、笛、胡琴、响盏之类,而歌中国之曲;缅乐者,缅人所作排箫、琵琶之类,作则众皆拍手而舞;车里乐者,车里人所作,以羊皮为三五(尺)长鼓,以手拍之,间以铙、铜鼓、拍板,与中国僧道之乐无异。”^②

民间集宴歌舞的记载:钱古训《百夷传》载:“村甸间击大鼓,吹芦笙,舞干为宴”。^③李思聪《百夷传》也载:“其乡间饮宴,则击大鼓,吹芦笙,舞牌为乐。”^④大鼓是乡村各民族的主要打击乐器;古代称盾为“干”,“舞干”即是舞盾牌,“盾牌舞”是在古代战争生活中产生的舞蹈,历史悠久,流传极广,“百夷”在民间集宴中“舞干”,在边饮宴边歌舞的场景中,以敲击大鼓、吹奏芦笙和舞盾牌来助兴。

仪式歌舞的记载:当时的百夷还有以歌舞娱尸的风俗,书中这样记载:“父母亡,不用僧道,祭则用妇人,祝于尸前,诸亲戚邻人,各持酒物于丧家,聚少年百数人,饮酒作乐,歌舞达旦,谓之娱尸;妇人群聚,击椎杵为戏,数日而后葬。”^⑤

① (明)钱古训撰,江应樑:《百夷传校注》,云南人民出版社1980年版,第71页。

② 同上,第148页。

③ 同上,第77页。

④ 同上,第148页。

⑤ 同上,第150页。

2. 《南昭野史》中的歌舞记载

《南昭野史》成书于嘉靖二十九年（1550年），杨慎编撰（清人胡慰订正）。作者于嘉靖三年（1524年）被贬谪到云南永昌卫（今保山县）戍边。在谪居云南四十年间，足迹所至，踏遍全境，且与汉族文人学士、布衣野老、少数民族兄弟结交友善。期间写了大量的诗文，云南的奇山异水、名胜古迹、风俗民情都在他文学创作的视野中。

“孔雀舞”的记载：书中记述了明万历以前南昭的历史及所统辖的各民族简况共六十条。其中在“蒲人”条中记载当地的风俗提到了“孔雀舞”：“婚娶长幼跳蹈，吹芦笙为‘孔雀舞’，婿家立标杆，上悬彩绣荷包，中贮五谷银钱等物，两家男妇大小争缘取之，以得者为胜。”^①

“芦笙舞”的记载：书中在苗族的风俗中，生动地记载了苗族“芦笙舞”的表演情况：“……每岁孟春跳月，男吹芦笙女振铃唱合，并肩舞蹈，终日不卷，或以彩为球视所欢者掷之，暮则同归。”^②此外还对居住在云南苗族的服饰风俗做了详细的记载：“头梳发髻，戴耳环，没有结婚的人用楮皮缚额，或头插羽毛。女子戴布冠，套头衣，桶裙上挑五彩花纹。”^③

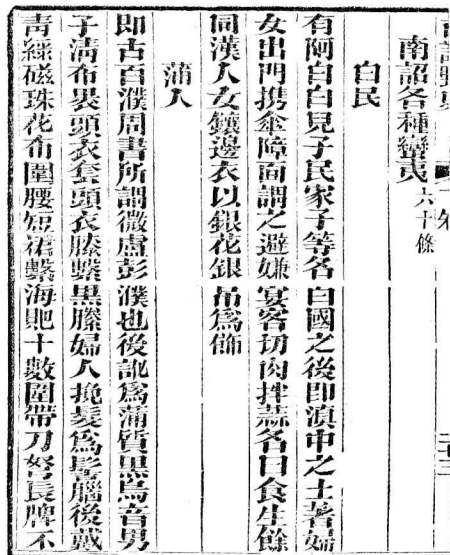


图 1.2 《南昭野史》

3. 《赤雅》中的歌舞记载

《赤雅》为明代末年邝露著，全书分三卷，计一百九十七条，《四库全书》收录。卷一记土司及各部的风俗和制度；卷二记山川古迹；卷三记物产。书前有薛采为之作序，清人鲍廷博称此书为“环奇藻丽，昔人方之《山海经》、《西京杂记》，非溢美也。”由于作者生活在壮瑶乡村若干年，目睹汉族地区难得一见的风物，加上个人广博的征引，所以它真正的价值，并不在于文字的“环奇藻丽”，而在其文乃是亲身经历的第一手资料。故后世不少涉及少数民族风俗习尚的著作都辗转引用。

歌舞民俗的记载：《赤雅》在卷一中描述了壮、瑶、伶人、僚、侗人、苗、巴人等众多民族、部落、部族的个性特征等，几乎离不开对歌舞、音乐的描述。如“侗人”条写道：“侗亦僚类，不善杀，善音乐，弹胡琴，吹六管，长歌闭目，顿首摇足，为‘混沌舞’。”^④对斑衣种女，邝露的描绘也颇为别致：“种女与山子相类，垂手善歌‘蹋蹋歌’。短裙及膝，坐则双膝齐跪，执礼甚恭，有盘古风。”^⑤对苗人舞蹈的记述也颇有情

①（明）杨慎：《南昭野史》，《中国方志丛书》，华南地方云南省，第150号，台北：成文出版社，1970年版，第146页。

②③（明）钱古训撰，江应樑：《百夷传校注》，云南人民出版社1980年版，第151页。

④（清）纪昀等总纂：《景印文渊阁四库全书》，第594册，台北：台湾商务印书馆1983年版，第342页。

⑤（明）钱古训撰，江应樑：《百夷传校注》，云南人民出版社1980年版，第346页。

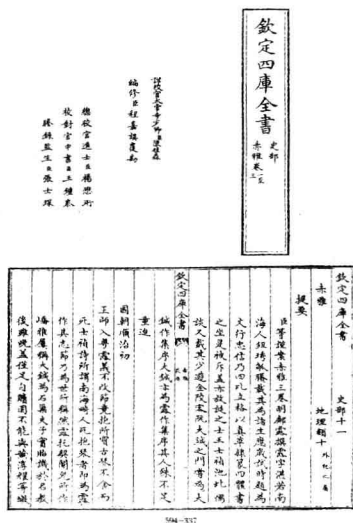


图 1.3 《赤雅》

趣：“苗，自为一类，其女善为汉音，操楚歌，挂钗留客，能为《鸬鹚舞》”。^① 这些记载十分生动形象。

“峒人”婚恋歌舞的记载：由于壮族地区受封建礼教的影响较少，因而在男女婚配问题上尚有较多的自由，保持了野外聚会、赠物酬歌的古俗，甚至遗留有某些母系社会的遗迹，这在《赤雅》中有较多的记载。如“峒女于春秋时，布花果笙箫于名山，五丝刺同心结、百纽鸳鸯囊，选峒中之少好者，伴峒官（土司）之女，名曰‘天姬队’。余则三三五五，采芳拾翠于山淑水湄，歌唱为乐。男亦三五群歌而赴之，相得则唱和竟日，解衣结带相赠以去。春歌正月初一、三月初三，秋歌中秋节。三月之歌，曰‘浪花歌’”。^②

“獐官婚嫁”歌舞的记载：“獐人聚而成村者为峒，推其长曰峒官。峒官之家婚姻，以豪奢相胜。婿来相亲，女家五里外采香草花萼结为芦，号曰入寮。锦茵绮筵，鼓乐导男女而入。成亲后，妇之婢媵忤婿意，既手任之。能杀婢媵多者，妻方畏惮，否则儒而易之。半年始与婿归，盛兵陈乐，马上飞枪走球，鸣铙角伎，名曰出寮舞。”^③ 这里既描写了富豪家庭鼓乐婚庆的习俗，也展示了壮族人的风土人情及性格特征。

祭祀与信仰歌舞的记载：瑶族是个能歌善舞的民族，节日里他们要祭祀祖先——盘瓠。《赤雅》书中记载祭盘瓠之仪，颇为隆重：“其乐五合，其旗五方，其衣五彩，是谓五参。五奏乐，则男左女右，铙、鼓、葫芦笙忽雷……”^④ “祭毕合乐，男女跳跃。”在歌舞中选择对象，“以定婚媾”。人们站在大木槽旁“扣槽群号”，狂欢之状跃然纸上。《赤雅》还载：“十月祭多贝大王（或作本都大王），男女联袂而舞，谓之‘踏瑶’，相悦则腾跃跳踊，负女而去。”^⑤ 壮族民间传说和酬神活动的记述：“……靓女欲见之，盛饰入岩，唱土歌……”“歌至绝伦龙喜踊跃，盘入怀中，遗鳞而去……”“龙虽不见予，而遗其声于予，是龙终不忍以予不能唱浪花歌者弃予也……”^⑥

（二）诸舞之遗存

从上述记载中可以看出，明代西南少数民族歌舞形式多样、内容丰富，几百年来由于少数民族的生活、信仰和习俗变化不大，许多歌舞在今天的各民族中依然有不同程度的遗存。当然，由于民族间的密切来往和各民族的不断迁徙等原因，形成了各民族交错居住的状况，有的歌舞保存了当时的原貌，有的歌舞产生了变化，但其渊源大都可以追溯到明代时期。

① （明）钱古训撰，江应樑：《百夷传校注》，云南人民出版社 1980 年版，第 347 页。

②③ 同上，第 342 页。

④⑤⑥ 同上，第 339 页。

1. 苗族与“芦笙舞”

芦笙舞“男吹芦笙女振铃”的表演形式 清代《皇朝通典》有贵州苗族的表演：“贵州……花苗，每岁孟春合男女于野，谓之跳月，男吹芦笙女振铃，旋跃歌舞，东苗跳月与花苗同……西苗延善歌祝者导于前，童男女百数十辈相随于后，吹笙舞蹈历三昼夜以赛丰年。”这一记载与《南昭野史》记载的表演形式基本相似，可见苗族“芦笙舞”的舞姿动作在明清时期变化不大。

芦笙舞的道具与服饰 服饰与道具是少数民族歌舞的组成部分，但凡舞会，必着盛装，以示舞人之美与身份。《南昭野史》记录苗族服饰梳发髻，未婚插羽毛，女子戴布冠，桶裙上挑五彩花纹等，均与现今苗族地区流行的芦笙舞相似，但是现在女子多为徒手，不执振铃与彩球。

现今苗族“芦笙舞”的类型与内容 苗族“芦笙舞”的类型与内容十分丰富，主要有群众性的芦笙舞，苗语叫“究结”；表演性的芦笙舞，苗语叫“丢捞比给”；风俗性的芦笙舞，苗族人称之为“跳花”、“跳月”、“跳场”、“跳月亮”，多未婚男女参加等类型。明代郭子章《黔记》中也曾记载：“未婚男女吹芦笙以歌……谓之跳月。”^①郭子章的记载显然与《南昭野史》的记载相似，他们所描写的都是风俗性的芦笙歌舞，与现在的“跳花”、“跳月”、“跳场”、“跳月亮”相似。

苗族是一个具有悠久历史的民族，“芦笙舞”是其最具代表性的舞蹈，历代相传，盛行不衰。云南有春秋时期的铜芦笙实物出土，唐、宋年间也有记载，明清以来见诸图文的记载渐多，明代杨慎在《南昭野史》中所描写的“芦笙舞”与清代关于苗族“芦笙舞”的记载和图画相比较，大致相同。明代苗族芦笙舞的表演形式、道具与服饰、类型与内容等仍然影响或保存至今。

2. “蒲人”与“孔雀舞”

蒲人，也称“百濮”，是我国古代西南地区的一个大族群。他们喜欢孔雀、崇拜孔雀，清康熙《云南通志》卷二十七所记载的“蒲人，即古称百濮……形质纯黑，椎髻跣足，套头短衣，手带铜镯，耳环铜圈，带刀弩长牌，饰以焦漆，上插孔雀尾”，可与《南昭野史》记载相印证。《顺宁县志初稿》（今凤庆县）也记载了“蒲人婚取无礼仪，惟长幼跳踏芦笙为孔雀舞”的婚礼习俗，这又与《南昭野史》中提到“蒲人”婚礼时跳“孔雀舞”的风俗相印证。

《南昭野史》中并列提到“蒲人”与“百夷”（傣族），可见当时他们还是不同的民族，在长期的互相交流、融合中，民族情况发生了变化。虽然现今并无知晓蒲人“吹芦笙为‘孔雀舞’”的具体形象，但从上述记载中可以确证，在四百多年前，居住在云南边疆的兄弟民族，就已经创造了“孔雀舞”这种优美的歌舞形式。长期以来蒲人直系后裔中的布朗、佤、德昂族与傣族等交错而居，民族文化互相渗透，现在的布朗、佤、德昂三族的民间歌舞基本上不用芦笙伴奏，蒲人“孔雀舞”在这些民族中也不存在。而傣族人民酷爱孔雀，傣族的民间传说也常与孔雀有关，今天驰名中外的傣族“孔雀舞”，

^① 参见纪兰慰、邱久荣：《中国少数民族舞蹈史》，中央民族大学出版社1998年版，第154、148页。

或许保存并发展了蒲人的“孔雀舞”，通过傣族将“孔雀舞”优美的舞姿流传至今。^①

3. “僮人”与“浪花歌”

明清时期“壮族”被书写为“僮人”，《赤雅》“僮人”条中提到的“僮人聚而成村者为峒”，所以“浪花歌”条中的“峒女”即为壮族，“浪花歌”是明代壮族男女婚恋的歌舞。

“浪花歌”的伴奏与表演 从书中记载可以得知，三月三的“浪花歌”并不是徒手歌舞，有芦笙、洞箫等乐器作为伴奏。如今侗族的多耶等婚恋歌舞，基本上保留了明代“浪花歌”的对唱形式，但是一般不带器乐伴奏。壮侗语族是芦笙舞分布的主要民族，当今的“侗族芦笙”和婚恋歌舞“浪花歌”二者之间是否存在渊源关系？还有待进一步的考证。

“浪花歌”的传承 西南壮族等少数民族历来有倚歌择配的风俗，男女青年通过聚会酬唱，自由选择婚配，这种“依歌择偶”、“歌之舞之”的婚俗几乎每一种史料都有记述。“浪花歌”条记录了明代壮族青年男女的婚恋习俗，壮族男女在这么一个“山淑水湄”的环境中，“布花果笙箫”、“三五群歌”、“唱和竞日”，最后男女相得，“相赠以去”，此习俗一直沿袭成为后来的“歌圩”。而且“浪花歌”固定活动的地点（多为野外坡地）和时间（三月三等）却形成约定俗成的习俗，直到今天也未改变，可以看出壮族歌圩早在明代已规成模就。

4. 百夷乐、车里乐、缅甸

乐器源流 钱古训、李思聪二人记载了“百夷乐”、“车里乐”、“缅甸”三种乐舞不同的乐队组合。“百夷乐”所用的乐器由箏、笛、胡琴和响盏等弹拨乐器与吹管乐器组成，与元朝的民间和宫廷“宴乐”所用的乐器有相似之处。^②“车里乐”所用的乐器有象脚鼓（三五皮鼓）、铜饶、铜鼓和拍板等一组打击乐器，其演奏方法与流行于云南瑞丽、孟定等地的大象脚鼓相似，可用指头打击，用掌打，与舞蹈结合至高潮时可用拳打、肘打，甚至用膝、脚跟或头部打，打鼓动作勇武有力，全套动作一气呵成。“缅甸”所用的乐器由排箫、琵琶、笙阮和箏篴等弹拨乐器与吹管乐器组成，缅甸乐舞在唐代就已盛行，书中记载的乐器几乎都见于音乐史书中，唐代“骠国乐”的缅甸乐器里。从记载中所及的乐器和乐队的组合形式来看，有的音乐及乐器在后来各民族文化交往过程中逐渐与本土音乐文化相融合。“车里乐”中所用的乐器在云南傣族和相邻少数民族中至今仍然存在。铜鼓与称“三大件”的打击乐象脚鼓（长鼓）、铙钹、钹同属于中声部，其合奏可产生许多变体形式，铜鼓与“三大件”同属于中声部。^③有的乐器随着后世傣族封建领主制度的消亡而基本失传，如缅甸乐器；据杨民康的研究，如今“缅甸”中的部分乐器也在缅甸以弯琴（即第摸）或竹排琴（或木琴）为中心组成的“桑柯”（弯琴）在王室乐队中使用，有些乐器还在泰国、老挝等东南亚国家流传。

① 参见纪兰慰、邱久荣：《中国少数民族舞蹈史》，中央民族大学出版社1998年版，第154、148页。

② 参见杨荫浏：《中国古代音乐史稿》，第725页，民间和宫廷《宴乐》所用的其他乐器，以及外来乐器，见于记载的，约有28种。计吹乐器：龙笛、羌笛、铁笛、箫、头管、笙，凡共六种；拉弦乐器：胡琴、秦凡两种；弹弦乐器：琵琶、三弦、火不思、箏、箏篴、七十二弦琵琶，凡六种……击乐器：方响……水盏等六种。

③ 杨民康：《论云南与东南亚掸傣系族群传统器乐的社会阶层特征》，《中央音乐学院学报》2002年第4期。

傣族礼乐 从上述乐器与乐队的渊源关系看,三乐都和宫廷音乐有所联系。《百夷传》所记当时德宏与佛教相关的礼节有:“其相见有合掌之拜,屈膝之跪,而无端肃拱揖之礼;长于己者则跪之,有所言则叩头受之……”^①宴乐时,“凡一头目出行,则象马兵戈及床凳器皿仆妾财宝之类,皆随以行,动辄数百人,随处宴乐,小民苦之。”^②由此可见当时的“百夷”已经有相当规范的礼乐制度。“百夷乐”、“缅乐”、“车里乐”应该是明代傣族王室的宫廷官方礼乐,实用于上层社会社交场合,或在官方乐坊、文人雅集中使用。

乐舞交流 从上述记载可以看出,傣族的三种礼乐都是外来乐种,说明早在明代,“百夷”(傣族)在容纳异族的同时,在接纳歌舞音乐等文化上具有受容四方的胸襟,所以乐种丰富,吹奏、弹拨、弓弦和打击等乐器的使用十分普遍。“李思聪在滇西傣族地区所见百夷乐、车里乐、缅乐三种乐舞形式,反映了这一地区是中原文化与南亚文化的交接处,是南传小乘佛教的连接点,在乐舞上相互渗透,彼此消长。”^③

5. 歌舞娱尸

歌舞娱尸的风俗至今尚存。《百夷传》中记载明初以歌舞娱尸的风俗,与发现在云南省孟连县中缅寺的一幅名为《大比丘圆寂》的壁画相印证。《大比丘圆寂》壁画真实地反映了傣族丧葬时的民间歌舞状况,送葬队伍前有一支象脚鼓及铓、镲乐队,正在行进歌舞,还有一队妇女,掩面哭泣,生动再现了《百夷传》中记载的“哭声如歌而不哀”的歌舞娱尸场面。歌舞娱尸的风俗,今天仍然保存在云南等地区的少数民族中。

(三) 三记之比较

明代用汉文记载少数民族历史文化、歌舞习俗等情况的文献数量多覆盖广。三书的记载形式既有相同点,又有不同之处。以下通过对这三种史籍记载特点的比较分析,希望能为后人提供借鉴。

1. 相同点

歌舞活动的多方记载 《百夷传》、《南诏野史》、《赤雅》三书籍的作者,从文人的角度对少数民族歌舞活动作浓墨重彩的描述,并对歌舞的形式特征、所用乐器、甚至乐种源流的考析都略作交代。如《百夷传》中记载了乐种“车里乐”:其表演特征以羊皮为三五(尺)长鼓,以手拍之;所用器乐为铓、铜鼓和拍板等;源流考析为中国僧道之乐。纵观历史,到南方为官或贬谪岭表留下笔记的文人墨客有许多。古来论乐皆文人,文人们往往对音乐、戏曲歌舞等艺术造诣颇深,如杨慎就对文、词、赋、散曲、杂剧、弹词等艺术都有涉猎。正因为文人多少能够熟知并掌握一定的音乐文化类型,在书写或记录自身亲历过的歌舞活动时就能从不同的角度多方位记载,且具有相对的完整性,留给后人更多的文化信息。

异族文化的客观观察 三种史籍的作者都是汉族人,他们深入民间亲历各民俗风情,以汉族的眼光审视少数民族文化,即现代民族音乐学研究中所谓的以“局外人”的身份,对异族文化进行考察、记录并加以阐释。作为“局外人”,三书作者在与少数民

①② (明)钱古训撰,江应樑:《百夷传校注》,云南人民出版社1980年版,第148页。

③ 同上,第237页。