

阿细跳月

〔月亮舞〕

中国舞蹈艺术研究会编

梁 俭收集 陆仲任编曲

陈碧娥记录 赵善富绘图



上海文化出版社

阿 细 跳 月

(月 亮 舞)

中國舞蹈藝術研究会編

梁 倫改編 陸仲任編曲

陳碧娟記錄 趙善富繪圖

内容提要

“阿细跳月”是云南省西山区阿细族人民中最流行的一种舞蹈，近百年来已成为阿细族人民生活中不可缺少的东西了。每当月夜，阿细族的青年男女便弹起大三弦，唱起歌来尽情地欢跳，倾吐彼此的心愿，当谈到情投意合时，便双双互订终身。

本舞叙述了阿细族青年男女在一个月夜里尽情地、幸福美满的爱情生活而欢乐歌舞的情况。

阿 细 跳 月

〔月亮舞〕

中国舞蹈艺术研究会编

编 修改稿 陈仲任作曲

舞谱编记录 赵希深整理

★

上海文化出版社出版

上海衡山路58弄2号

上海市书刊出版业营业许可証出 078 号

中和印刷厂印刷 新华书店上海发行所

★

开本：787×1092 1/32 印张：1 5/16 插页1 字

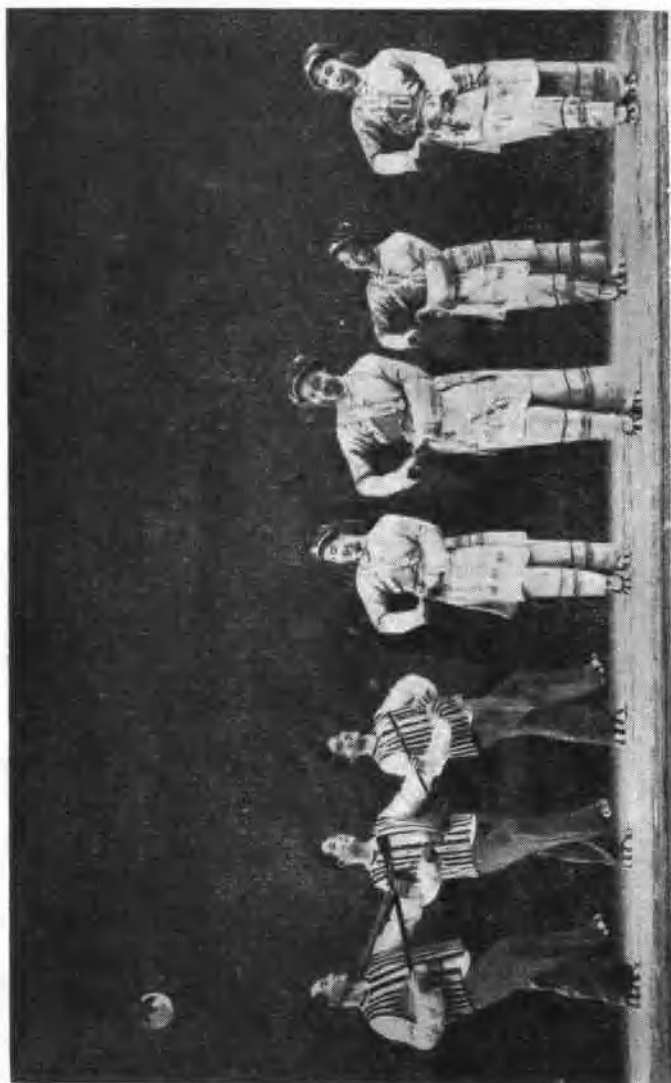
1957年11月第1版

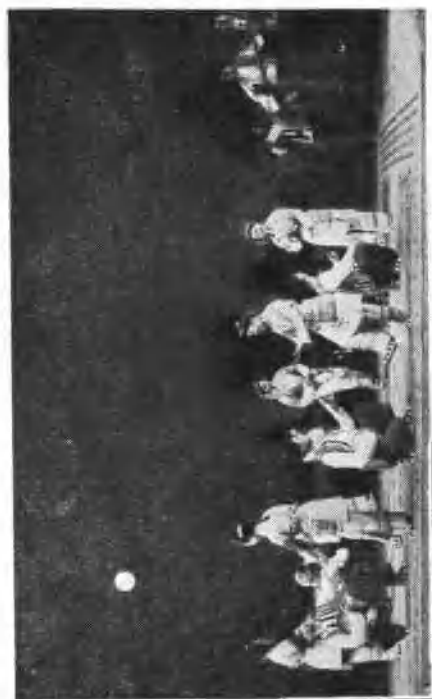
1957年11月第1次印刷 印数：1—3,000

统一书号：8077·100

定价(7) 0.16元

739.4
C631





寫在排演前面

1945年，我和王松声同志到云南省路南圭山区搜集阿細族的音乐舞蹈。初到圭山的晚上，我們睡得很甜，但到了午夜，却給一陣气魄宏大的音乐声鬧醒了；打开窗子只見一輪明月，我猜想：这可能是阿細族在“跳月”了。我們跟踪着乐声跑向山地，在一个山腰的草坪上，看見一羣阿細的青年男女在尽情地欢舞。男的有人吹着高音短笛、拉着二胡、彈着月琴，其中有人背着一个大三弦彈着低音的和弦，这三弦大得驚人，要是我背起來，真不能动彈了。他們排成一橫列，用踏五步換一次脚的步法來回的跳着，我們听看音乐就感觉得内心在激动，难怪站在旁边的阿細姑娘禁不住按着音乐的節奏不时擺动着兩脚，后来她們索性手牽手地跳到男的面前。虽然只是脚尖朝上提腿頓地三下，同时兩手击掌三次，再一旋轉回原位那样簡單的循环动作，但它給我印象極深，因为这是一个充滿了激情的粗獷而奔放的舞蹈。

另一天，我参加了阿細族与沙尼族举行的摔跤大会，看到那些年青勇猛的小伙子在翻騰角賽，最后由兩個父老宣布獲得全場勝利的冠軍，頓時間，人們热烈的欢呼，當場燃起了响炮，英雄被父老拥戴着，旗帜招展，威風凜凜的繞場走了一圈。会后，人們遍布山野，阿細的音乐响澈了山头；原來这时已是夕陽西下，月亮初升的“跳月”时候了，他們在抒發着節日中的欢乐。这种壯丽的情境，至今我还歷歷在目，这也有助於我对这舞蹈的理解。

“阿細跳月”屬於情舞，但又是阿細族人的生活，如果我們單把它理解为情舞，那是很膚淺的，也是不够全面的。从这

个舞蹈中，我們理解到阿細族人民的勇敢和热情的性格；而又富於詩的幻想，同时也表現了他們过去对大自然，对生產斗争，对奴役他們命运的斗争蘊藏着强大的生命力和反抗力。

我因为热爱这个舞蹈，在 1954 年就开始了整理工作，后来我曾把它帶到泰國、馬來亞、星加坡、香港、廣東、廣西、北京等地演出；1951 年由中國青年文工团帶到柏林参加第三屆世界青年联欢節，后又到苏联、匈牙利等地演出；1955 年我又为中央歌舞团重新設計与排練了这一節目赴波蘭参加第五屆世界青年联欢節，据说在波蘭还拍成了电影。这一舞蹈也是國產片“欢乐的歌舞”中的節目之一。

在这里，我想提供有关導演处理的四点意見。

一、这个舞最重要的关键是要在高潮时表现出阿細族人民澎湃的激情，抒情的場面只是一种襯托。

二、一位苏联專家說：“这節目秘密鎖匙給導演掌握到了。”从節奏比較緩慢、柔弱而逐漸強烈而直到頂点（高潮），情緒从幽靜、抒情而發展到熱烈、奔放（男青年全体出場时开始，就从幽靜轉到熱烈），动作运动幅度从小到大。这就是我再度改編这一舞蹈的基本手法。

三、民間舞蹈都有自娛娛人的特点，“阿細跳月”不是为了表演而表演，是为了表現生活，是自我感情真实的抒發。只有这样去誘導和掌握演員的表演，才会有光彩的。

四、“阿細跳月”的音乐特点是高音旋律（笛子）与低音和弦（大三弦）的強烈对比，大三弦气魄宏大，它会給整个演出生色不少，一般羣众業余团体如無此乐器，則可根据实际条件配別的低音乐器。

如有可能，最好參照电影“欢乐的歌舞”中的“阿細跳月”來排練。

短短的几点意見只供參考。

梁 倫

目次

寫在排演前面

簡單介紹.....	1
記号說明.....	2
人物.....	2
布景.....	2
服裝.....	3
道具.....	5
動作說明.....	6
舞曲.....	12
場記.....	17

簡 單 介 紹

“阿細跳月”是根据云南省阿細族舞蹈改編成的。“跳月”是阿細族所保存的一种純朴而优美的舞蹈，每逢月夜，男女青年便成群結隊到村郊去跳舞；这个舞蹈充分地顯示出他們翻身后的自由、欢乐和幸福的生活。

記 号 說 明

女:



男:



大三弦:



山坡:



行進路線: ----->

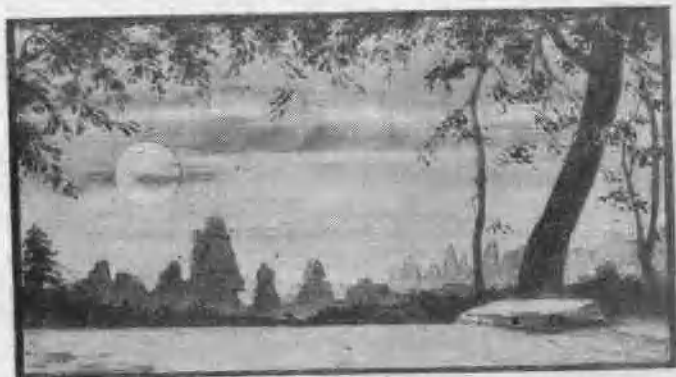
人 物

女六人。

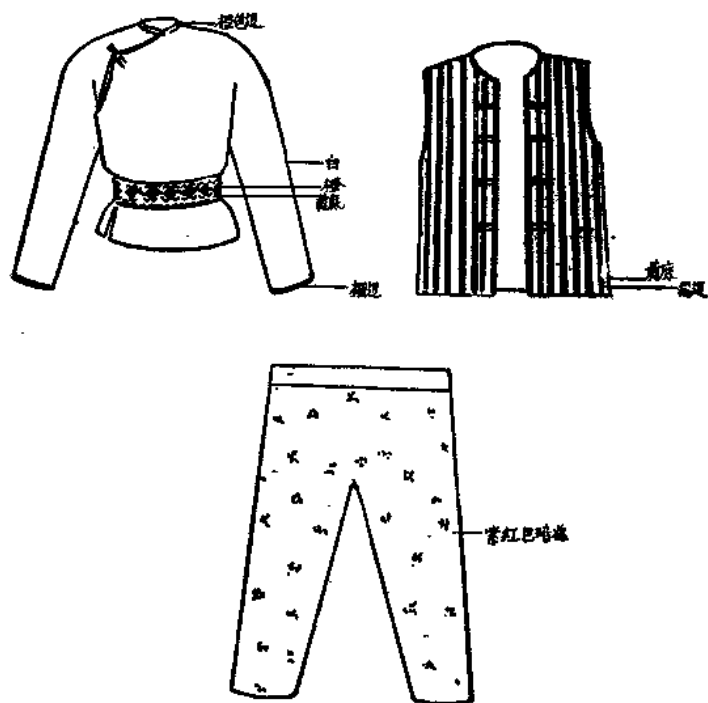
男七人。

拿大三弦的男二人。

布 景



男



道 具

笛子 2。

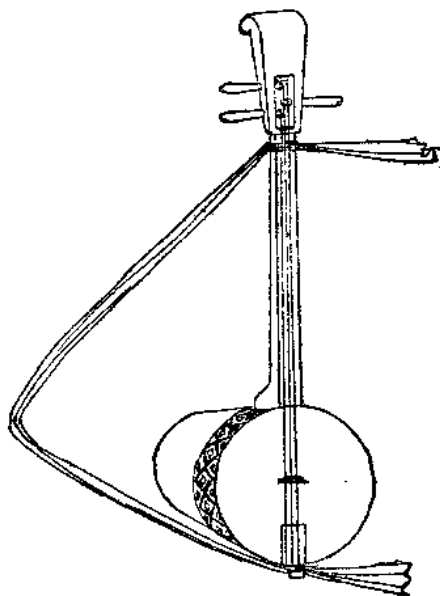
二胡 1。

月琴 3。

小三弦 1。

大三弦 2 (式样如图, 定弦 $1\ 5\ 1$)。

腰袋 1。



大三弦圖

动作说明

女的动作：

动作一：普通步，每拍向前走一步，走时身体肌肉放松，并向两边轻轻晃动；双手肘弯曲在腰旁轻轻挟动，每拍挟一次（如姿态图1）。这是阿细族特点动作之一。

动作二：预备时以左脚为重心，右脚曲膝向前提起。第一、二、三拍——踩地三下，同时双手在胸前下方拍手三下（如姿态图2）。第四、五拍——双手按在两边胯骨上，双脚做重心，向右自转一圈。

动作三：身体姿态同姿态图1。第一、二、三拍——向前走三步。第四、五拍——右脚踩地两下，同时双手拍两下（参见姿态图2）。



姿态图 1.



姿态图 2.



姿态图 3.

动作四：第一拍——右脚向后踢起，腰亦向后稍弯，双手摆向左侧（如姿态图3）。第二拍——动作与第一拍相同，惟方向相反，换左脚做。第三、四、五拍——向前走三步，身

体姿态同姿态圖 1。

动作五：第一、二拍——动作与动作四第一、二拍相同（参见姿态圖 3）。第三、四、五拍——左脚曲膝做重心，右脚向后伸直，脚掌踏地；双手伸直在正前方拍三下（如姿态圖 4 中女的姿态）。



姿态圖 4.

动作六：第一、二拍——在原地拍手兩下（参见圖 4 女的姿态）。第三、四、五、六拍——左脚踏地做重心，右脚自然地向上提起，膝稍弯；双手放在兩边胯骨上，向左轉圈（小跨轉）（如圖 5）。



姿态圖 5.



姿态圖 6.

动作七：大家拉起来。第一、二、三拍——右脚开始向前跑三步，跑时身体稍向前弯。第四、五拍——左脚踩地兩下，身体稍向后仰（如姿态圖 6）。

动作八：第一拍——右脚用力向后踢起，腰亦向后弯，同时右手向上伸，左手肘弯曲在左腰旁稍用



姿态圖 7.

勁挾一下，头部轉向右侧，从右手后方向右看（如姿态圖 7 中女的姿态）。第二、三拍——向前走兩步，走时双膝自由擺动。第四、五拍——右脚躁地兩下，同时双手在胸前下方拍手兩下。

男的动作：所有男伴手中均拿着乐器，以每人所拿乐器的种类而作吹、彈、拉狀，因此，在动作說明中，手的动作不再說明。

动作一：这是基本步伐。第一拍——右脚向右侧跳一步，隨即落地做重心；左脚曲膝靠在右脚旁，脚掌踏地（如姿态圖 8）。第二拍——动作与第一拍相同，惟方向相反，換左脚做。以后动作就此循环做下去。



姿态圖 8

动作二：第一、二拍——右脚向后抬起，左脚踏地跳兩步，跳时身体向前傾，头部昂起（如姿态圖 9）。第三、四、五拍——右脚落地做重心，同时左脚曲膝向前提起，躁地三下（如姿态圖 10）。



姿态圖 9



姿态圖 10

动作三：第一、二、三拍——右脚开始向前走三步。第四、五拍——左脚曲膝向前提起踩地两下（参见姿态图10）。

动作四：第一拍——左脚小跳一下，随即蹬十字腿（即右脚曲膝勾起，小腿横在左膝上，脚掌向左侧）。第二拍——左脚再小跳一下，随即蹬旁腿（即右脚蹬向右腰旁，伸直，脚掌向右侧。如姿态图11）。第三、四、五拍——做基本步法（见动作一）向前走三步。



姿态图 11.



姿态图 12.

动作五：第一拍——蹬十字腿。第二拍——蹬旁腿。第三拍——左脚向后曲膝提起。以上三拍，左脚每拍小跳一下。第四拍——右脚收回。第五拍——向右翻身，随即以左脚为重心，右脚稍曲膝向前踢起（如姿态图4中男的姿态）。第六——十拍——右脚伸直抬起在右侧，高度与腰齐，左脚做重心，在原地跳转（如姿态图12）。除了拿大三弦的两人，拿其余乐器的人，跳时腿可抬低些。

动作六：第一拍——身体稍向下蹲，随即乘势向上跳起。跳时两脚心里后弯（如姿态图13）。第二拍——落地后作大蹲，咽气贴地（如姿态图14中男的姿态）。