

中华才艺系列

五星 狮师



林友标 章舜娇 著

LION DANCE



暨南大学出版社



中华才艺系列



五星 狮师

LION DANCE

林友标 章舜娇 著



暨南大学出版社
JINAN UNIVERSITY PRESS

中国·广州



图书在版编目 (CIP) 数据

醒狮 / 林友标, 章舜娇著. —广州: 暨南大学出版社, 2013. 11 (2014. 2 重印)

(中华才艺系列)

ISBN 978 - 7 - 5668 - 0854 - 7

I. ①醒… II. ①林…②章… III. ①狮子舞—中国—青年读物②狮子舞—中国—少年读物 IV. ①J722. 215

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2013) 第 268577 号

.....

醒狮

著 者: 林友标 章舜娇

出 版 人: 徐义雄

责任编辑: 侯丽庆 周玉宏 黄 颖

责任校对: 周明恩 周海燕 卢凯婷

地 址: 中国广州暨南大学

电 话: 总编室 (8620) 85221601

营销部 (8620) 85225284 85228291 85228292 (邮购)

传 真: (8620) 85221583 (办公室) 85223774 (营销部)

邮 编: 510630

网 址: <http://www.jnupress.com> <http://press.jnu.edu.cn>

排 版: 弓设计

印 刷: 深圳市新联美术印刷厂

开 本: 787mm × 960mm 1/16

印 张: 15. 875

字 数: 280 千

版 次: 2013 年 11 月第 1 版

印 次: 2014 年 2 月第 2 次

定 价: 58.00 元

(暨大版图书如有印装质量问题, 请与出版社总编室联系调换)

总 序

中华民族多才多艺。我们祖先的智慧不仅使他们的生活多姿多彩，也为世界文明的发展做出了不朽的贡献。仅就体育而言，我们既有娱乐节庆的龙狮、龙舟、杂技，又有强身健体的各种武术、气功；我们应用于先秦的角抵是现代相扑运动的源头，发源于唐代的捶丸是现代高尔夫运动的鼻祖，盛行于汉代的蹴鞠是现代足球运动的前身……如此灿烂辉煌的传统体育文化，值得每一位中华儿女骄傲和自豪。在色彩斑斓的中华才艺宝库中，武术和龙狮更是两颗耀眼的明珠，它们以规范的形式、多彩的套路和丰富的文化内涵在中华传统体育史上熠熠生辉。

武术作为中华民族喜闻乐见的民间体育项目，在华夏大地上已经绵延了数千年，博大精深，源远流长，外究形体规范，内究精神传意，以立于健身、载于武艺、归于武德的独特方式诠释着中华文化的特质，传承着中国人自强不息、厚德载物的民族精神。

在国外，中华武术也被称为中国功夫，是一项深受主流社会和广大华侨华人喜欢的民间体育运动。而依托于武术的龙狮运动起源于中国，历史



悠久、底蕴深厚，是中国传统民间艺术的结晶和极富民族特色的传统体育运动，也是中国民间喜庆节日、隆重庆典时的传统表演项目。龙狮文化作为一种世代相传、经久不衰的文化形式，是中国理念和体育精神的集中体现，在海外华人社区有着广泛的影响力。今天，武术和龙狮已经成为世界人民认识中国、了解中华文化的两张靓丽的名片，在丰富海外侨胞文化生活、增进侨胞与祖（籍）国的感情、促进中外文化交流等方面发挥了重要作用。

团结和凝聚全世界中华儿女共筑“中国梦”是中国侨务工作的主基调。作为广大炎黄子孙共同精神家园，以武术和龙狮为代表的中华优秀传统文化一直是开展海外侨务工作、凝聚侨心、汇聚侨智和发挥侨力的重要抓手。2012年初，随着国务院侨务办公室文化中国·全球华人中华才艺（武术·龙狮）培训基地落户暨南大学，武术和龙狮文化的传播和发展有了坚实的基础和广阔的平台。最近，我欣喜地看到，暨南大学以承办2013年文化中国·全球华人中华才艺（武术）大赛为契机，深入挖掘学校丰富的武术和龙狮教育资源，充分发挥自身深厚的侨校文化底蕴，精心组织编写了《武术》、《舞龙》和《醒狮》等中华才艺丛书，并由暨南大学出版社正式出版。这套丛书分别以武术、舞龙、醒狮为主题，向海外华侨华人介绍有关武术和龙狮的传统文化知识，并提供基本的运动培训指导，内容系统翔实、通俗易懂，适合海外热爱武术和龙狮运动的青少年阅读和学习。

可以肯定，本次《武术》、《舞龙》和《醒狮》丛书的出版和发行，将为世界武术和龙狮运动的发展提供强大的智力支持，进一步丰富广大海外侨胞的文化生活，推动海外武术和龙狮文化的传播和弘扬，全面提升以武术、龙狮文化为重要元素的中华文化在世界范围内的影响力和感召力。通过这一文化纽带，团结和引导更多的海外华侨华人热爱中华文化，心系祖国发展，积极投身祖国建设，从而助推中华民族伟大复兴的“中国梦”早日实现。

2013年11月

前 言

狮为百兽之王，其原产地虽不是中国，但与其有渊源关系的狮子舞却成为中华民族的共同文化象征、连接海内外华侨华人的精神纽带，历代相传，鼎盛不衰，并由此形成了极其灿烂的狮文化。

在中国的历史上，龙为皇权所独有，狮则代表权贵。狮子因其凶猛威严而成为能驱除邪恶、守护太平、为人们带来吉祥和平安的瑞兽，并作为权力、威严和祥瑞的象征，融入到中国人的传统文化习俗中。每逢喜庆节日，炎黄子孙都会以舞狮为乐，舞狮成为民族认同的重要文化元素。在喧天的锣鼓声中，威严的狮子以其腾跃的身姿、激昂的气势，舞出中华民族顶天立地的磅礴气势，展现出中华民族永不屈服的坚韧性格。

雄狮起舞，是太平盛世、吉祥安康的征兆，更昭示着社会和谐、国泰民安。舞狮的时候，狮子随着鼓点的快、慢、轻、重，忽而翘首仰视，忽而回头低顾，忽而回首匍匐，忽而摇头摆尾，千姿百态，惟妙惟肖，妙趣



横生，淋漓尽致地表现出其刚健、勇猛、多疑、贪玩、贪食等特性，演绎出一个个内容丰富的故事，也考验着狮子的智慧和破解不同青阵的技巧。

随着舞狮的普及，舞狮逐渐成为竞技体育的重要项目。“龙狮锦标赛”、“狮王争霸赛”和“龙狮邀请赛”等各种各样的国际比赛已经成为惯例，在弘扬中华才艺的同时，搭建着团结和凝聚华侨华人的新平台。狮王争霸，雄踞八方，激情澎湃，威武豪迈。狮王，一个极为响亮的名字，而今已深深地烙印在海内外华侨华人的脑海中。愿神州内外，欢快的锣鼓响起来，威武的雄狮舞起来。

本书作为中华才艺系列读物之一，以传播舞狮文化为宗旨。舞狮有南狮和北狮之分，本书侧重于对南狮（也叫醒狮）的介绍，大致包含舞狮的文化知识和运动技术。舞狮文化知识从狮文化的历史渊源、艺术风格、艺术欣赏等角度出发来组织材料；运动技术则主要介绍了单狮和双狮的套路，可作为舞狮爱好者入门学习的参考。

由于作者的知识局限，书中必定存在诸多的纰漏及错误，敬请读者批评指正。

林友标 章舜娇

2013年10月

目 录

总 序 / 001

前 言 / 001

第一章 中国狮子文化 / 001

一、中国早期的狮子 / 001

(一) 迢递纳贡——陆上贡狮的路径 / 002

(二) 浮海入关——海上贡狮的路径 / 003

(三) 纳却非议——减少狮子进贡的原因 / 004

(四) 关闭海路——狮子被停止由海上入关 / 004

二、狮艺术的形成 / 005

(一) 殊姿异质——文学作品中的狮子 / 005

(二) 图以示后——艺术作品中的狮子 / 006

(三) 闾兽驯良——人工驯化的狮子 / 007



(四) 佛坛吼哮——宗教渲染下的狮子 / 007

(五) 飞兽能言——神话传说中的狮子 / 009

三、狮文化的定格 / 009

(一) 气宇轩昂——威猛型狮子 / 009

(二) 温驯虔诚——驯服型狮子 / 010

(三) 如虎添翼——神异型狮子 / 011

四、狮文化的特色 / 012

(一) 历久弥新——狮文化的继承和创新 / 012

(二) 泾渭分明——狮文化的流派 / 013

第二章 中国舞狮历史 / 015

一、舞狮艺术的进程 / 015

(一) 象人假面——舞狮的发端 / 015

(二) 西凉乐伎——舞狮艺术的引进 / 016

(三) 太常掌乐——唐代舞狮的管理 / 016

(四) 委质戏场——宋迄清舞狮艺术 / 018

(五) 修令振武——民国舞狮的规范化 / 019

二、舞狮的发展 / 021

(一) 建章立制——舞狮的组织机构 / 021

(二) 教讫四海——舞狮运动的推广 / 022

第三章 南派舞狮风格 / 023

一、南派舞狮特征 / 023

(一) 神兽独角——独角狮型的来源 / 023

(二) 祥瑞威水——瑞狮和醒狮的称呼 / 025

(三) 大头鸭嘴——佛装狮和鹤装狮 / 026

(四) 瑞狮吉祥——醒狮的文化徽号 / 027

二、南派舞狮内容 / 029

(一) 狮舞六出——醒狮的表演 / 030

(二) 神技可观——醒狮的形神表现 / 031

(三) 高攀低戏——采青的形式 / 033

(四) 传情达意——青阵的命名 / 036



三、醒狮例俗 / 036

- (一) 三阳开泰——开光点睛仪式 / 037
- (二) 须分长短——狮子等级 / 037
- (三) 礼约俗成——醒狮惯例 / 038
- (四) 鸣锣开道——狮队出行顺序 / 038

四、醒狮礼仪 / 038

- (一) 迎宾典礼 / 038
- (二) 开张志庆 / 039
- (三) 家居乔迁 / 039
- (四) 贺福祝寿 / 039
- (五) 迎亲喜闹 / 040
- (六) 出殡送葬 / 040

第四章 醒狮鼓乐 / 041

一、醒狮鼓乐常识 / 041

- (一) 鼓乐来源和作用 / 041
- (二) 鼓乐握法和姿势 / 042

二、醒狮常用曲牌 / 043

- (一) 高架基本鼓乐 / 044
- (二) 中架和下架基本鼓乐 / 045
- (三) 七声鼓乐 / 045
- (四) 抛狮鼓乐 / 046
- (五) 戏水鼓乐 / 047
- (六) 擂鼓鼓乐 / 047

第五章 醒狮艺术享受 / 049

一、醒狮艺术构成 / 049

- (一) 动作特性 / 050
- (二) 节奏特性 / 051
- (三) 造型特性 / 051
- (四) 综合特性 / 053

二、醒狮审美视角 / 053

- (一) 动作的形象美 / 054



(二) 内容的意境美 / 055

(三) 技术的表演美 / 055

三、醒狮审美欣赏 / 056

(一) 双向互动 / 056

(二) 发挥想象 / 056

四、醒狮心理体验 / 057

(一) 虚拟情境 / 057

(二) 心理感知 / 057

第六章 醒狮运动技术 / 059

一、醒狮基本技术 / 059

(一) 单一技术 / 059

(二) 协调技术 / 069

(三) 组合技术 / 097

二、醒狮难度动作介绍 / 105

(一) 动作难度等级 / 105

(二) 主要动作介绍 / 106

三、套路组成要求与动作例图 / 112

(一) 套路组成要求 / 112

(二) 动作例图 / 112

第七章 醒狮基础套路 / 115

一、采地青 / 115

(一) 练习要点 / 116

(二) 采地青套路动作名称 / 116

(三) 采地青套路动作图解 / 118

二、双狮献瑞 / 154

(一) 双狮献瑞动作名称 / 155

(二) 双狮献瑞动作图解 / 156

第八章 传统醒狮精选套路 / 202

一、山涧采灵芝 / 202

(一) 开势 / 203



- (二) 上桥 / 203
- (三) 过涧 / 204
- (四) 探芝 / 204
- (五) 落涧 / 205
- (六) 下地 / 205
- 二、雄狮吐瑞 / 205
 - (一) 出林 / 206
 - (二) 上桥 / 206
 - (三) 过桥 / 207
 - (四) 过山 / 208
 - (五) 玩珠 / 209
 - (六) 吐瑞 / 209
 - (七) 滚珠 / 210
 - (八) 回桥 / 210
 - (九) 落桥 / 210
 - (十) 归林 / 210
- 三、攀崖寻宝 / 211
 - (一) 出林 / 211
 - (二) 探崖 / 211
 - (三) 攀崖 / 212
 - (四) 取宝 / 213
 - (五) 落崖 / 214
 - (六) 归林 / 214
- 四、采龙门青 / 214
 - (一) 出山 / 214
 - (二) 游动 / 215
 - (三) 登门 / 215
 - (四) 采青 / 217
 - (五) 落地 / 218
 - (六) 归山 / 218
- 五、桥底采青 / 218
 - (一) 出林 / 219
 - (二) 游动 / 219



- (三) 上桥 / 220
- (四) 过桥 / 220
- (五) 采青 / 221
- (六) 落桥 / 222
- (七) 归林 / 222

第九章 南狮运动竞赛知识 / 223

一、竞赛场地与器材 / 223

- (一) 场地 / 223
- (二) 器材装备 / 224

二、南狮运动竞赛的项目和标准 / 225

- (一) 自选套路 / 226
- (二) 规定套路 / 227
- (三) 传统项目 / 227
- (四) 技能南狮 / 229

三、南狮运动竞赛裁判法 / 235

- (一) 南狮自选套路竞赛评分难点 / 235
- (二) 南狮规定套路竞赛评分难点 / 236
- (三) 南狮比赛常见错误及扣分 / 237

参考文献 / 240

第一章 中国狮子文化

一、中国早期的狮子

狮子（*Panthera Leo*），在分类学上属于哺乳纲食肉目猫科的大型猛兽，尽管它的原产地不在中国，但是在汉代之前就已经有了对狮子的记载，如《尔雅》卷一〇《释兽》：“狻麈，如虢猫，食虎、豹。疏：即狮子也。”西汉时期张骞出使西域而建立了“丝绸之路”，让中国人真正见到了狮子的尊容，据《汉书》卷九六上《西域传》记载：“乌弋山离地暑热莽平，其草木、畜产、五谷、果菜、食饮、宫室、市



石狮



铜狮

列、钱货、兵器、金珠之属皆与鬲宾同，而有桃拔、师子、犀牛。”逮至东汉，仍然可以见到西域向中国进贡狮子。《后汉书》卷三《章帝纪》：“是岁（章和元年），月氏国遣使献扶拔、师子。”迄于南北朝，仍时有狮子被进献至中国。《册府元龟》卷九六九《外臣部·朝贡》：“太平真君十一年十一月，颇看国献狮子一。”“孝庄永安元年六月，吠哒国献狮子。”



与中、西亚交往的高潮，出现在唐帝国开肇的初年。当武德、天宝年间，随着狮子或狮子皮的来奉，中国人从而获得更多关于狮子形貌、习性的信息，如《册府元龟》卷九七〇《外臣部·朝贡》：“武德五年四月，西突厥叶护可汗遣使献狮子皮”，“贞观九年，康国献狮子”。到至德以后，由于吐蕃的侵略，陇山迤西的道路被阻断，狮子不再输至东方。故而在宋、元时期便少有相关的记载，有明一代，异域“贡狮”重新活跃起来，至清代仍络绎不绝。而狮子的进贡途径有陆上和海上，纳贡或却贡，不同时期均存在诸多的非议。

（一）迢递纳贡——陆上贡狮的路径

狮子在陆上的输入，路途迢递，永乐年间的外交使节陈诚，记录了到



陆上贡狮

“哈烈”接受朝贡狮子的过程。陈诚《竹山集》卷内一《狮子赋》：“永乐癸巳（十一年）春，车驾幸北京。秋七月，西域大姓酋长沙哈鲁氏不远数万里，遣使来朝。皇上推怀柔之恩，命中官臣李达、指挥臣金哈蓝伯、臣帖木儿卜花、臣马哈木火者行报施之礼，且命吏部员外郎臣陈诚典书记。臣奉命惟谨，以是年九月初吉戒行。明年甲午春正月戊子，发酒泉郡（肃州卫），出玉门关，道敦煌、月氏，经高昌、车师之故地，达蒙古、回鹘之部落。十月辛未，至哈烈城，沙哈鲁氏仰华夏之休风，戴圣朝之威德，鞠躬俯伏，重译殷勤，欲殫土地之所宜，愿效野人之芹献。乃集猛士大搜山泽，遂获巨兽，名曰狮子，维以金绳，载之巨槛，三肃信使，贡献天朝。”可见来自“哈烈”的这头狮子，路途迢递，于翌年秋才抵达北京。金善《金文靖集》卷六《师子赋》：“永乐十有三年九月丙申，西域遣使以师子来贡。乃自月窟逾昆仑，越大漠，历数十万里，随使者以达于阙下。”梁潜《泊庵集》卷一《西域献狮子赋》：“永乐十三年秋九月，西域以狮子来献。尔乃道西极，腾瑶池，踰葱岭，涉月氏，东望扶桑，献之京畿。”

勤，欲殫土地之所宜，愿效野人之芹献。乃集猛士大搜山泽，遂获巨兽，名曰狮子，维以金绳，载之巨槛，三肃信使，贡献天朝。”可见来自“哈烈”的这头狮子，路途迢递，于翌年秋才抵达北京。金善《金文靖集》卷六《师子赋》：“永乐十有三年九月丙申，西域遣使以师子来贡。乃自月窟逾昆仑，越大漠，历数十万里，随使者以达于阙下。”梁潜《泊庵集》卷一《西域献狮子赋》：“永乐十三年秋九月，西域以狮子来献。尔乃道西极，腾瑶池，踰葱岭，涉月氏，东望扶桑，献之京畿。”



(二) 浮海入关——海上贡狮的路径

海上的进贡，经广东南部沿海进而输入到中国内地。这一航线，初唐时已经存在，明代后期关闭，清代又恢复。张九龄《曲江集》卷一七《狮子赞序》：“顷有至自南海，厥繇西极，献其方物，而狮子在焉。”巩珍《西洋番国志·忽鲁谟斯国》：“永乐中，忽鲁谟斯国王修金叶表文，遣使宝船，以麒麟、



海上贡狮

狮子、珍珠、宝石进贡中国。”《明史》卷一八三《周经传》、卷三二九《土鲁番传》：“弘治二年，土鲁番贡狮子，不由甘肃，假道满刺加，浮海至广东。周经倡议：毁其寺，却贡不与通。”“弘治三年秋，土鲁番又遣使从海道贡狮子，朝命却之。”罗日褰《咸宾录》卷三《撒马儿罕》：“广东布政陈选上言：撒马儿罕使臣怕六湾贡狮子，欲以广南浮海往满刺加更市狮子入贡，不可贵异物，开海道利贾胡，貽笑安南诸夷。”清田雯撰《古欢堂集》卷十《贡狮子应制》：“南轴狻猊贡，雕题瘴海来。”“楼舳浮万斛，颶浪簸千堆。”《清文颖》卷六十二王士禛《大西洋贡狮子歌应制》：“圣人有道十七载，景风海外舟车驰。元龟象齿纷置驿，文犀桂蠹罗庭墀。大秦之西国绝域，悬橦度索来数期。厥有神兽修方物，波涛远迸蛟龙随。海人泉客尽避徙，朱衣绛帟不敢窥。形状瑰诡气奋迅，目光睒眊毛彤彤。巨髯毳娑尾如斗，劲毫柔毳相离披。发声殷其雷破壁，顾盼已却千熊羆。乳虎牦牛望辟易，何论六驳兼文狸。搏象搏虎具全力，威在齿尾非毛皮。”

中国也主动到西亚的南部地区以及与之隔红海相望的东非南部海岸贸易和采购狮子，即今沙特阿拉伯同名省会麦加市之“天方”、今也门同名省会亚丁市之“阿丹”等国。黄省曾《西洋朝贡典录》二二《阿丹国》：“永乐中，其贸采之物，异者十有二品：一曰猫睛之石，二曰五色亚姑，三曰大珠，四曰珊瑚支，五曰金珀，六曰蔷薇露，七曰麒麟，八曰狮子，九曰花福鹿，十曰金钱豹，十一曰驼鸡，十二曰白鸠。”《西洋番国志·天方国》：“宣德五年，钦奉朝命开诏，徧谕西海诸番，太监洪保分艘到古里国。适默伽（天方）国有使人来，因择通事等七人同往，去回一年。买到各色奇货异宝及麒麟、狮子、驼鸡等物，并画天堂图回京奏之。”



(三) 纳却非议——减少狮子进贡的原因

对异域进献狮子的问题，唐代前期曾出现过非议，明代后期最为激烈。其中原因，一是认为狮子是无用之物，浪费人力和物力；二是夷人的到来，经常会借机对沿途边镇村民进行骚扰；三是针对部分不听天子宣旨的制裁。倪岳《青谿漫稿》卷一三《止夷贡》：“今该前因案呈到部，看得撒马儿罕所进狮子，乃夷狄之野兽，非中国之所宜蓄。留之于内，既非殿庭之美观；置之于外，亦非军伍之可用。日逐喂饲之费，及所赐前项银币等件，俱系府帑之财帛，百姓之供亿。兼且狮子真伪，皆未可辨。借使是真，不免以彼无用之物，易此有用之财；倘或非真，岂不受远人之欺，贻天下之笑？且以启夷人窥伺之心，以为中国好尚之所在，殆非所以发扬圣德之光辉，补益治平之实效也。”吕柟《泾野集》卷二七《寇天叙墓志》：“西域有贡狮子、犀牛、西狗者。前巡抚陈公某及礼部该科之言，不听。公（寇天叙）奏言：皇上即位来，不好珍禽奇兽，近曾却御马监虎、豹之采，以为无益。今乃复用此，岂陛下有见于虎、豹而不见于狮子邪？伏望却还，以潜消远夷窥伺希恩之意，尤愿日御经筵亲贤士云。”因为进献狮子的使臣要求远赴接贡而反对声再起。《咸宾录》卷三《撒马儿罕》：“夷使请大臣出迎，郎中陆容言：狮子为兽，在郊庙不可以为牺牲，在乘輿不可以备馭服，理不宜受。”

既是为了减少财政和人力的花费，也是为了针对“土鲁番”国不听“天子”宣旨，肆意侵并邻城的行为，谏臣提出予以“制裁”的重要手段之一，便是给予少量报酬后对于狮子的“却贡”。王鏊《震泽集》卷二九《林元甫墓志》：“弘治初，土鲁蕃以狮子来献，公（林元甫）言：宜却之，以明明主不贵远物。”《明史》卷一六八《刘吉传》，卷一八三《耿裕传》、《周经传》：“狮子诸兽日饲二羊，岁当用七百二十。又守视校尉日五十人，皆繁费，宜绝诸兽食，听自毙。”“初，撒马儿罕及土鲁番皆贡狮子。耿裕等言：番人不道，因朝贡许其自新，彼复潜称汗号，兴兵犯顺。陛下优假其使，适遇倔强之时，彼将谓天朝畏之，益长桀骜。且狮子野兽，无足珍异。帝即遣其使还。”

(四) 关闭海路——狮子被停止由海上入关

出于安全的考虑，防止夷人熟悉海道之后对帝国的窥伺，明王朝作出了彻底关闭海路、唯以陆路引进狮子的决定。倪岳《青谿漫稿》卷一三