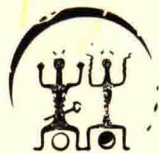


北京市教育委员会社科计划项目资助



北京舞蹈学院建校60周年中国民族民间舞系特撰系列丛书
中國民族民间舞蹈
Chinese Ethnic & Folk Dance

云南迪庆藏族 传统民间舞蹈教程

高度 黄奕华 主编
高度 朱律 雷斯曼 编著

4G0069

 SMPH
上海音乐出版社
WWW.SMPH.CN

北京舞蹈学院建校60周年中国民族民间舞系特撰系列丛书
北京市教育委员会社科计划项目资助

云南迪庆藏族 传统民间舞蹈教程

高度 黄奕华 主编
高度 朱律 雷斯曼 编著

上海音乐出版社



图书在版编目 (CIP) 数据

云南迪庆藏族传统民间舞蹈教程 / 高度、黄奕华主编; 高度、朱律、雷斯曼编著 - 上海: 上海音乐出版社, 2014.11

ISBN 978-7-5523-0677-4

I. 云… II. ①高… ②黄… ③高… ④朱… ⑤雷… III. 藏族 - 民族舞蹈 - 云南省 - 教程 IV. J722.221.4

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2014) 第 231337 号

书 名: 云南迪庆藏族传统民间舞蹈教程

主 编: 高 度 黄奕华

编 著: 高 度 朱 律 雷斯曼

出 品 人: 费维耀

责任编辑: 黄惠民 高 静 (见习编辑)

整体设计: 双玻色设计工作室

印务总监: 李霄云

出版: 上海世纪出版集团 上海市福建中路 193 号 200001

上海音乐出版社 上海市绍兴路 7 号 200020

网址: www.ewen.cc

www.smph.cn

发行: 上海音乐出版社

印订: 上海书刊印刷有限公司

开本: 787×1092 1/16 印张: 20.5 插页: 10 图、谱文: 328 面

2014 年 11 月第 1 版 2014 年 11 月第 1 次印刷

印数: 1-1,500 册

ISBN 978-7-5523-0677-4/G · 0069

定价: 60.00 元

读者服务热线: (021) 64375066 印装质量热线: (021) 64310542

反盗版热线: (021) 64734302 (021) 64375066-241

郑重声明: 版权所有 翻印必究



高度

辽宁大连人。北京舞蹈学院教授，硕士研究生导师，现任中国民族民间舞系主任。先后获得北京市教学名师、中国舞蹈艺术“突出贡献舞蹈家”和北京市“有突出贡献的科学、技术、管理人才”的称号。曾参与编写的《中国民间舞教材与教法》获北京市教学成果一等奖，国家级教学成果二等奖。

主要研究领域：中国民族民间舞职业化。提出“中国民族民间舞动作分析与创编法”，并开设中国民族民间舞动作分析课，着重对中国民族民间舞原生态动作风格内涵以及程式化动律规律进行分析，培养学生积极探索肢体可能性的动作思维，开发想象力和创造力，提升作品的含金量。

主要作品：《太阳鼓》《长调魂》《嬉马》《一片绿叶》《鼓舞声声》《摩梭夜歌》《读梁祝》《边塞》《牧马人》《孤独的老榆树》《竹音瑟瑟》等，屡获“桃李杯”舞蹈比赛、全国舞蹈比赛、全国“荷花奖”作品创作一等奖。2003年创作大型民俗舞蹈诗画《香格里拉》，2006年创作大型舞剧《红河谷》《黄道婆》，并荣获第三届全国少数民族调演大奖，2007年创作舞剧《西施》，《筑城记》《红河谷》获第十二届“文华奖”最佳导演奖，2008年创作大型音画舞蹈诗《天域天堂》，2009年创作独舞《牧马人》获第九届“桃李杯”舞蹈比赛中国民族民间舞蹈教学剧目创作一等奖，院校原创教学剧目（中国民族民间舞）奖，2012年创作独舞《孤独的老榆树》获第十届“桃李杯”舞蹈比赛中国民族民间舞蹈比赛原创教学剧目二等奖、表演一等奖、园丁奖，独舞《竹音瑟瑟》获第十届“桃李杯”舞蹈比赛中国民族民间舞蹈比赛原创教学剧目三等奖、表演二等奖、园丁奖，2013年创作作品《淮水情兰花弯》获第十届全国舞蹈比赛组委会特别奖。

发表学术论文有《当代民间舞教育批判》《关于开设“中国民间舞动作分析课”的设想》《中国民族民间舞蹈职业化架构》《繁弦急管后浅吟低唱香格里拉》《论中国民族民间舞学科的文化建设》等。

黄奕华



1970年出生于广东，汉族，北京舞蹈学院教授，现任中国民族民间舞系副主任。

1983年考入广东省舞蹈学校学习舞蹈，1988年进入北京舞蹈学院中国民族民间舞系教育专业学习，1991年毕业留校至今任教于北京舞蹈学院中国民族民间舞系，多次指导选手参加全国“桃李杯”舞蹈比赛，获得“园丁奖”。2001年参与编写的《中国民间舞教材与教法》获北京市教学成果一等奖、国家级教学成果二等奖；2007年主编的《中国民族民间舞教学组合编排法》获北京市高等教育精品教材；2008年获北京市“师德标兵”称号；2012年创作作品《淮水情兰花弯》获得第十届全国舞蹈比赛组委会特别奖、第七届全国电视舞蹈大赛作品银奖；2013年荣获北京市“优秀教师”荣誉称号；负责课题“中国民族民间舞职业化人才培养体系的建构”，荣获第七届北京市高等教育教学成果一等奖。

朱律



江苏无锡人。北京舞蹈学院中国民族民间舞系青年教师。2012年毕业于北京舞蹈学院中国民族民间舞系，获硕士学位。曾参与研究课题《中国民族民间舞迪庆藏族锅庄舞蹈研究》《中国民俗舞研究》等。

2011年创作作品《被风吹走的云》获第八届“荷花奖”中国民族民间舞组作品银奖，第六届华北五省市舞蹈大赛（专业青年组）创作一等奖；2012年创作作品《那些被遗忘的时光》获第六届华北五省市舞蹈大赛（专业青年组）创作三等奖，天津市第六届舞蹈艺术节（专业青年组）单双三人舞组优秀编导二等奖；2014年任北京舞蹈学院2012级表演班艺术创作实践演出《日月》总导演。

发表学术论文：《高度与他的中国民族民间舞动作分析创编法》。

主要负责本教程的中甸锅庄、奔子栏锅庄的研究工作。

雷斯曼



湖南常德人,北京舞蹈学院中国民族民间舞系系秘。2012年毕业于北京舞蹈学院中国民族民间舞系,获得硕士学位。曾参与研究课题《中国民族民间舞迪庆藏族锅庄舞蹈研究》等。

原创舞蹈作品:《初见》《只是女人》。

发表学术论文:《心中的祭奠》《从天地顿开到梦回自然——我眼中的〈临池舞墨〉》《云南香格里拉尼西情舞动态研究》。

主要负责本教程的中甸锅庄、尼西情舞的研究工作。

北京舞蹈学院建校60周年
中国民族民间舞系特撰系列丛书编委会

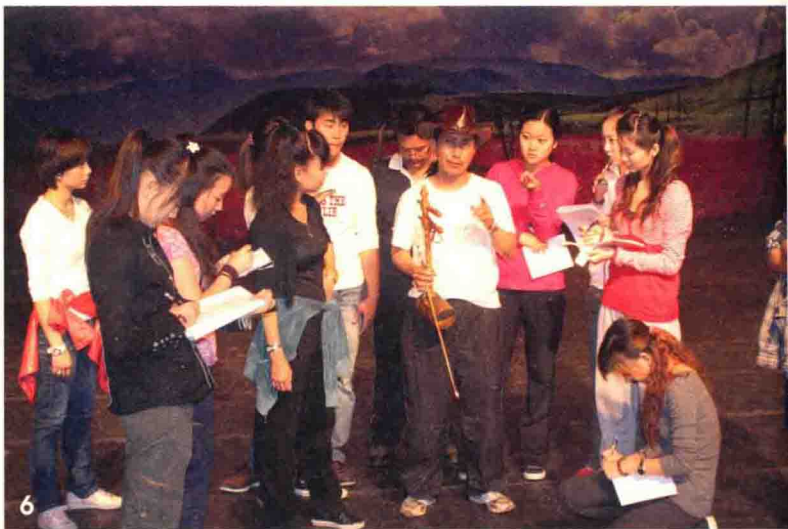
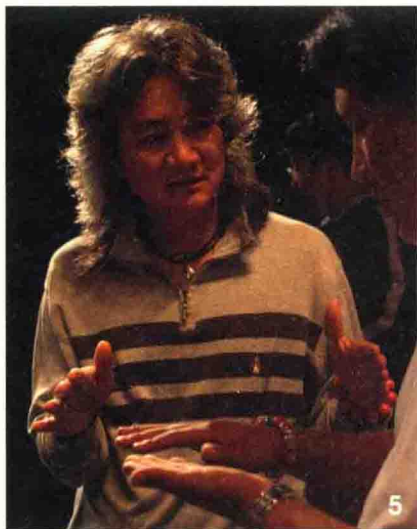
主任: 王传亮 李 续
副主任: 迟行刚 明文军 郭 磊 邓佑玲 王 伟 彭 红
委员: 王传亮 李 续 迟行刚 明文军 郭 磊 邓佑玲
王 伟 彭 红 潘志涛 高 度 黄奕华 惠 彤
主 编: 高 度 黄奕华

《云南迪庆藏族传统民间舞蹈教程》编委会

主 编: 高 度 黄奕华
编 著: 高 度 朱 律 雷斯曼
图片摄影: 王 宁 李德佑
音乐制谱: 龚小明
文字校稿: 王 诏
舞蹈动作示范:
(男班教材)
胡 海 雍文勇 彭显亮 王 康 吴正怡 陈培南 单 川 郭枝龙
(女班教材)
高 田 李斯蕾 黄 磊 马燕康 关笑然 赵冰洁 刘嘉雯 周孟影



- 1 德钦民间艺人
- 2 迪庆塔城热巴民间活动
- 3 迪庆中甸锅庄民间活动
- 4 迪庆藏族妇女服饰





11



12



13

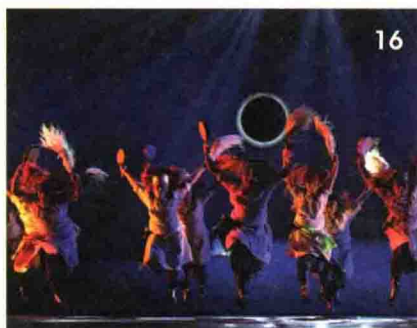
- 5 高度老师采访锅庄艺人
- 6 北京舞蹈学院中国民族民间舞系师生学习德钦弦子
- 7 北京舞蹈学院中国民族民间舞系师生采访中国艺人拉茸西罗
- 8 北京舞蹈学院中国民族民间舞系师生学习中甸锅庄
- 9 高度老师向热巴艺人安吾尼玛学习
- 10 研究生向锅庄艺人拉茸西罗学习中甸锅庄
- 11 2009级表教班学生采风实践汇报纳西情舞
- 12 2009级表教班学生采风实践汇报现场
- 13 2009级表教班学生采风实践汇报塔城热巴



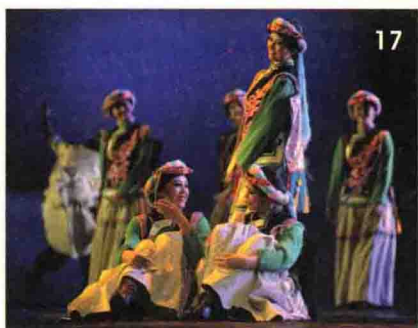
14



15



16



17



18

14 舞蹈诗画《香格里拉-中甸锅庄》

15 舞蹈诗画《香格里拉-奔子栏锅庄》

16 舞蹈诗画《香格里拉-塔城热巴》

17-18 舞蹈诗画《香格里拉-纳西情舞》



19 2009年雷斯曼与中甸民间艺人合影

20 2010年朱律与中甸民间艺人路叁邓主合影

21 2009年采风小组与中甸艺人拉茸西罗（左二）、斯依卓玛（左四）合影



内容简介

本书是中国民俗舞蹈系列教材之一，以云南迪庆香格里拉藏区传统民间舞蹈为主要研究对象，着重对中甸锅庄、奔子栏锅庄和尼西情舞三个不同地域的形态进行研究，在尊重舞蹈文化原生性及本土风格性的基础上，探寻其动态价值和文化价值。本书配套出版的影像教材，收集和整理了六十多个原汁原味的民间传统套路和组合，集中体现了迪庆藏区传统民间舞蹈的文化特色。

2014年北京舞蹈学院建校六十周年,中国传统纪年农历将干支纪年中一个循环的第一年称为“甲子年”,明年就是学院甲子年,寓意着学院走过了一个循环。为此,这是一个非常值得纪念和庆典的日子,在这个日子里,学院拟举办一个既简单又隆重的庆典仪式,目的就是“温学院发展之故,知学院未来发展之新”。

对于这次庆典活动学院做了很多构想,归纳总结下来大致有以下几点:1.通过本次校庆活动,向社会各界传达学院的发展历程、教学成就,扩大学院在社会的影响力,提升学院的知名度。2.通过本次活动的规模效应,营造出“校园文化氛围”,加强学生对学校的了解与认识,形成荣誉与自豪感。3.以本次活动为契机,完善校园的“软硬件”环境建设,续写学院院志,推进学院文化建设。4.以本次活动为机遇,推出一批能代表学院水平高质量的教学、创作、学术科研成果等等。

中国民族民间舞专业作为学院的传统学科,它的成长与学院同步,从1954年9月最初的中国民间舞教研组,到1987年成立中国民间舞系,再到2002年更名为中国民族民间舞系至今,它的发展可以说是学院发展的一个缩影,见证着“从小到大、从弱到强”的发展历程。早期的中国民间舞是参照芭蕾舞的代表性民间舞(性格舞)设置的,目的是与中国古典舞一道打造中国的民族舞剧。从1957年北京舞蹈学校的教学机构设置中可以看出,当时整个学校分欧洲芭蕾舞剧科和民族舞剧科,中国民间舞就是民族舞剧科下属的教研组。经过近六十年的建设与发展,中国民族民间舞不仅摆脱了从属性质,变成一个独立学科和一个专门舞种,而且其源于民间、高于民间,既不失风格韵味又科学规范的做法,使之成为当代中国民族舞蹈发展的一个标识。

今天,中国民族民间舞系是学院最大的一个教学系,在校本科、研究生人数最多,师资力量也非常雄厚,为学院的发展做出了重大贡献。无论在人才培养、课程设置、教材建设、作品创作、学术科研等方面,都可以说是硕果累累。作为下一个六十

年元年的甲子年,充满了机遇也面临着挑战,中国民族民间舞系也如此,如何认真总结回顾这六十年的风雨历程,以利下一个六十年再续辉煌,是一个极具挑战的课题,对此,我们几点期待:

首先,如何找寻不同教学层级的各自特色和递进关系,是一个必须认真思考和严谨对待的议题。1954年中国民间舞教研组成立,主要进行的是舞蹈中专学历制教育,到了今天,中专——本科——研究生的教学层级都已经建立,如何针对不同的教学对象和人才培养目标,设置各自独特的课程体系,建设不同形式、内容的系统教材,研究设计不同类型的教学方法等等,成为一个制约发展亟待解决的瓶颈问题,要打破所谓“本科中专戴帽,研究生本科延续,一切围绕练功”的舞蹈教育怪圈。

其次,如何确立中国民族民间舞学科的未来发展走向。中国民族民间舞这个舞种在国内是个传统舞种,承传百年、千年的舞蹈都有,但是职业化的中国民族民间舞蹈教育却是一个不过六十年的新事物,这个时候梳理确立自己明确的艺术走向尤为关键,毕竟是“方向确定路线,路线决定未来”。对待专业中国民族民间舞的发展,是对原生型态各民族民间舞蹈的忠实传承,还是以这个为基础走上一条主流文化的舞台艺术之路,上升成为国家仪式、民族舞蹈文化符号的标识,以及在学科中民间传承和当代发展同步并行,同时兼顾向社会传播与普及等等,这些都需要认真思考。

再次,中国民族民间舞蹈创作导向问题。职业化的中国民族民间舞教育是个新事物,舞蹈作品的创作与表演是其目标追求与价值导向最直接的体现。什么才是最能代表中国民族民间舞种风格与特色的作品,是直接把民间的东西搬上舞台,还是必须经过职业舞者的加工、整理、提炼、升华,在海纳百川、兼容并蓄的过程中,其中的“度”的把握又是什么?创作是否只需要技法?中国民族民间舞如何打造自己的传统等等,这些都是需要认真思考的。特别是当现在“属性不明、性质不清”的

中国民族民间舞作品越来越多的时候,中国民族民间舞创作的共识是什么,需要有一个认真的研讨,毕竟“特色”的坚持是中国民族民间舞这个学科这个舞种存在之本。前六十年中国民族民间舞学科学习别人建设自己是一个主流,后六十年如何按照自己的道路发展成为一个追求,不走千篇一律的老路,也不能走偏移太远的邪路,如何“找到自己、赢得未来”任重道远。

最后,是学术科研促教育的问题。过去六十年的时间里,摸着石头过河成为中国民族民间舞学科各个方面探索的主旨,现在我们可以拿这六十年当一面镜子,反射透露出未来的方向,不能“只关注脚下的步,看不清远方的路”,否则再努力再奋斗最终不过是原地打转。所以,学科未来的发展,需要在人才培养、表演教学、课程设计、教材建设、作品编创等诸多方面全方位的科研,同时善于在实践中总结经验、发现未来。今天的社会已发生了天翻地覆的变化,如何敏锐地抓住时代机遇不被社会遗弃,学术科研一定要跟上,才能使中国民族民间舞找到一条未来可持续发展的康庄大道。

为了庆贺和纪念六十周年校庆之际,推出一批能代表学院水平高质量的教学科研成果,中国民族民间舞系策划撰写了一套系列丛书。这套丛书分为两个类别,一类是像《中国民族民间舞蹈概论》《中国民族民间舞口述史》《中国民族民间舞教学术语词典》《中国民族民间舞教育家许淑嫫纪念文集》《中国民族民间舞论文索引》等以学科史论研究为主题的理论书籍;另一类则是像《中国民族民间舞动作分析与创编法》《云南迪庆藏族传统民间舞蹈教程》《安徽花鼓灯教材分析与教学研究》《蒙古族风格舞蹈训练教程(男班)》《中国原生态舞蹈文化·教程》等为代表的系列教材。

对于中国民族民间舞系这一举措,我们发自内心地感到欣慰,由衷地为他们喝彩。这是给予校庆一份非常好的礼物,不是常说“喊破嗓子,不如甩开膀子”,这就