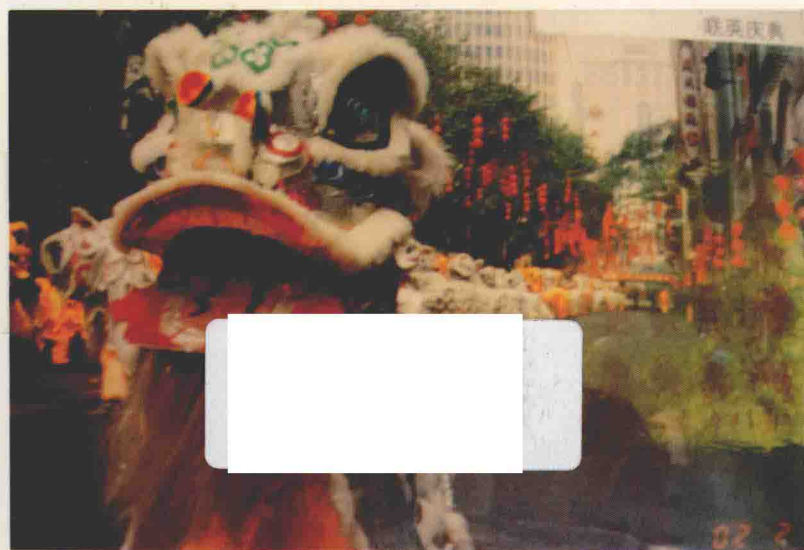


中国传统南狮与鼓锣钹

陈锦良 著



中国文联出版社

中国传统南狮与鼓锣钹

陈锦良 著

中国文联出版社

图书在版编目(CIP)数据

世纪作家书系 中国传统南狮与鼓锣钹/陈锦良

主编—北京：中国文联出版社，2008.12

金凤文轩

ISBN 978—7—5059—6736—6

I. 中... II. 陈... III. 文学—中国—选集 IV. G642

中国版本图书馆CIP数据核字 (2008) 第280892号

书 名	中国传统南狮与鼓锣钹
作 者	陈锦良
出 版 行	中国文联出版社
发 行 址	中国文联出版社
地 址	北京农展馆南里10号 (100026)
经 销	全国新华书店
责任编辑	樊光裕
责任印制	杨旭
责任校对	贾华
版式设计	起点工作室
封面设计	起点工作室
印 刷	佛山市顺德区容桂华邦印刷厂
开 本	889mm*1194mm 1/32
印 张	4.56
字 数	120千字
出版 时间	2008年12月第1版
印刷 时间	2009年3月第1次印刷
书 号	ISBN 978-7-5059-6736-6
定 价	30元

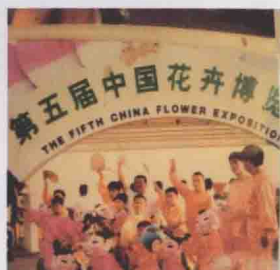
难忘的记忆



中国顺德
李小龙威武之狮大旗



笔者受任十龙百狮
总指挥



为花博会表演成功
欢呼(2001年9月28日)



领着十龙百狮迈进
主席台接受检阅



中国花博会组委会授
联英武馆荣誉证书



百狮迎宾表演图



联英武馆在广东省传统
南狮赛获金奖



笔者在广州北京路《古越闹新春》
指挥百狮迎宾(2002年春节初二)



联英武馆在佛山市传统
南狮赛获金奖



少林永春陈家荣古朗首批门徒合照
(1965-2008)



在大良古鑑新大路
剪彩表演打鼓

前(左一)邓元章, (左二)梁兴海, (中)陈锦良, (右二)伍礼式,
(右一)陈恭维, 后(左一)梁厚才, (中)梁礼时, (右一)梁荫胜。



与佛山市武术协会主席
薛绵本合照



与佛山永春高手
彭树藻合照



首届亚洲武术节与李小龙
之弟李振辉合照



与南国第一鼓叶竞通
(四牛)合照



与佛山武术协会宣传部长、
佛山市武术文艺联合会
会长许其英合照



与黄飞鸿四代传人黄钦添(右一)
梅花桩传人吴永生(左一)合照

一部深入浅出的传统南狮教科书(序一)

薛绵本

阅陈锦良撰写的《中国传统南狮与鼓锣钹》一书后，颇有感益。

南粤古镇佛山是享誉海内外的南狮发祥地及武术之乡，黄飞鸿所舞的南狮飞跔采高青的绝学，影视中的威猛雄狮斗蜈蚣，真令人叹为观止。

中国狮文化源远流长，说到中国的舞狮源于一千多年前，还是更早的新石器时代？至今还在争议中。但舞狮与武术的密切关系，即狮艺功夫扎实，武术也应是十分了得，是无可置疑的。武术的根基是体现南派功夫南狮的刚猛有力，腰马稳健狮形威壮，正是南狮独特风格的体现。

中国的狮分南狮和北狮两个大流派。古人认为狮是吉祥神兽，是百兽之王，能驱邪逐瘟。所以，舞狮从古至今长盛不衰。中国逢年过节，各种喜庆活动，不论在繁华的大都市或在山乡农村都离不开舞狮助庆及武术表演。

陈锦良所撰写的传统南狮与鼓锣钹一书是集武术、狮艺、鼓锣钹诀、风水玄学、故事情节于一体。其语言精炼，文词纯朴，又能突出人生哲理及讽刺世态炎凉，是一本不

可多得的技术传教书籍。书中还系统地写到何谓狮贺寿、狮三丧、走四门、闯八卦；狮的步法，八态、步举；狮采青的江湖规矩、不乱“抢食”、狮手语等一系列概括表述都非常全面。尤以简谱乐理形式所写的鼓谱、锣钹诀，更是史无前例。

此书的成功出版，势必能缩小南派狮艺各门派不同见解的差距；是培训和传教传统南狮精良的教科书；为发展传统南狮起着举足轻重的作用。

（薛绵本早年已是武林高手，现任佛山武协主席。他受本书作者影响，一直对狮艺有浓厚的兴趣及研究。

薛绵本精于鹰爪拳，擒拿格斗。中年后精研于内家拳——太极与心意六合八法拳。他是国家一级社会体育指导员，并历任佛山市精武体育会会长。于2005年12月佛山武术协会换届时，当选为佛山市武术协会主席。）

悠悠狮艺文化的传承(序二)

陈三株

顺德土生土长的武术家陈锦良，最近写了本题为《中国传统南狮与鼓锣钹》的书，准备交出版社出版，嘱我为之写个序。写什么呢？还是从我所认识的陈锦良写起吧。

陈锦良是一位武术醒狮教练。这是有关部门为他注了册，颁发了证书的。他教武术，也教舞狮，他创办了一个“联英武馆”，同时组建了一支卓有建树的武术醒狮队。在长期不懈的磨砺中，他练就了多才多艺的人生本领，养成了自强不息、能屈能伸的精神品格，矢志不渝地追求着心中热爱着的事业。他并不是只会耍拳弄棍的一介武夫，还会写诗作文谱曲，他创作的诗歌、散文、歌曲，登过报，获过奖，实属是文武兼备也。他性格豪爽，善交友，很有“江湖”地位。

陈锦良是顺德杏坛东马宁的永春传人陈华顺（俗称“找钱华”）之孙陈家桢的徒弟。武术，是他的看家本领；舞狮，是他张扬品牌的拿手好戏。在他耍着拳或舞着狮一路走来的路上，洒落颗颗晶莹的汗珠，汗珠颗颗闪烁着一个个耀眼的亮点。一个个亮点，写意着他的精彩人生——

2001年7月28日，第五届中国花卉博览会在陈村花卉世界开幕，他被任命为开幕式上“十龙百狮”迎宾专项表演的执行总指挥，以出色的布局，获得了圆满成功。

2002年正月初二，广州北京路举行百狮闹新春活动，聘请他担任总指挥，其精彩的布阵，博得了满场观众的喝彩。

2004年8月，广东省传统武术项目锦标赛在广州第二工人文化宫举行，他以永春拳“蛇鹤影形”参赛，获得了一等奖。

2005年8月，广东省第一届全民健身运动会传统龙狮比赛暨2005年广东省传统龙狮锦标赛在广州第二工人文化宫体育馆举行，他执教的鸡洲锡全小学武术醒狮队，获得了男子小学组传统南狮一等奖。

2006年元宵节，他在大良钟楼公园指挥着旗下的4龙18狮，踏着铿锵有力的鼓点，以各种步形步法，演绎了动、静、醉、猛、醒，喜、怒、惧、疑、惊十态的传统南狮套路，展现出南狮的威武雄风，赢得了人们的啧啧称赞。

2008年11月9日至11日，由中国武术协会、佛山市人民政府主办的中国第二届国际咏春拳黏手擂台赛在佛

山岭南明珠体育馆举行，来自珠三角和香港、澳门，以及法国、丹麦、乌克兰、新加坡和毛里求斯等国家的永春拳高手共 300 多人参加了角逐。他三位参赛的徒弟，分别获得了金、银、铜奖。

如今，陈锦良是龙狮项目国家级裁判员，佛山市龙狮运动协会技术委员会理事。习练和传播武术醒狮文化，是他坚持不懈地追求着的一项事业。他创办和组建的“联英武馆”和“联英醒狮队”，是他辛勤耕耘着的一片田园，他为此付出了汗水，付出了心血，同时也收获着喜悦，收获着荣誉。

陈锦良本着对狮文化挖掘、整理、继承、拓展的深层思考而写作的《中国传统南狮与鼓锣钹》一书，内容丰富，情节生动，图文并茂，集武术、狮艺、鼓艺、锣钹诀、风水玄学于一体，既有可读性，又有可操作性，是知识性与实用性的和谐统一。

中国狮艺源远流长，传统南狮更是中华民族文化遗产中的奇葩。佛山，是传统南狮的发祥地，其狮艺文化广泛流传海内外，影响深远，搜集、整理这份珍贵的历史遗产，使之得以保留，得以相传，这是一件既有历史价值又有现实价值的大好事。又及，南方武术门派众多，也都是传统

南狮的继承队伍，为让各门派对传统南狮文化及其历史渊源达成共识，必须从历史寻源，从狮艺前辈的言传身教中寻找佐证。由此而观之，《中国传统南狮与鼓锣钹》无疑是继承和弘扬传统狮艺文化一本不可多得的教材。

（本文作者是广东省作家协会、中国诗歌学会、中国散文诗学会、中国纪实文学研究会会员，佛山作家协会理事，佛山诗社副社长，中外散文诗学会主席团委员，现供职于珠江商报社）

目 录

一部深入浅出的传统南狮教科书……（序一）

悠悠狮艺文化的传承……（序二）

中国舞狮的起源	1
中国传统南狮	2
传统南狮的经典套路	2
舞狮与武术的关系	3
怎样区分传统南狮的形态步举	4
狮八态例图	6
传统南狮的十步法	8
传统南狮十步图	9
传统南狮的十举分别	11
传统南狮十举例图	12
经典的地青与高青	15
高青与“陈村粽”	16
采盆青需跳三醒	18
洪文定智取“虫二”盆青	19
蜈蚣青随谈	21
“该煨”的金鸡风水故事	22
采蛇青的特定条件	26
正统的采蟹青	28
风趣幽默的渔青	30
教头智答鱼老板	30
凳青浅谈	33
南北狮王争霸赛	33
精彩的台青	37
水师“执生”夺冠	37
别出心裁采桥青	39
恶少施威狮爪无情	40

“天上雷公地下南朗公”	42
铁凤眼采椰青	45
狮闯四门	47
不要乱佈八卦阵	50
狮闯八卦阵	52
献寿狮与丧狮	53
传统南狮的社交礼节与江湖规矩	56
两队狮相遇时的江湖规矩	56
舞黑狮要分场面	57
洪文定钩拐脚训斥团练	58
不得乱“抢食”	59
什么叫“狮退堂”	60
不能用狮后脚踢大门口	60
富婆闭门谢“客”	61
进门拜神后才采青	62
不同狮队的狮不得互嗅屁股	63
师父出现化干戈	63
狮手语的使用	65
狮手语图解	65
谈鼓论锣钹	67
鼓锣钹诀一览	70
中国传统南狮简易鼓谱及钹锣伴奏	72

(初学者的练习题材)

传统南狮经典表演鼓谱	75
传统南狮经典套路演练图 (入门必学)	88
普及使用的南狮鼓	96
普及使用的鼓棒	96
敲打南狮鼓的正确姿势	97

鼓帅陈斗·····	98
鼓霸卢广·····	99
“南国第一鼓”四牛·····	101
亚珠的平步鼓·····	102
鼓圣黄帝·····	103
鼓王曹刿·····	104
鼓神梁红玉·····	106
狮旗与五行风水学·····	107
明、清广东六大相生旗号·····	108
鲜为人知的狮旗号·····	110

附录

传统南狮浅谈·····	112
对传统“岭南鼓艺、狮艺”的探索·····	121
读《中国传统南狮与鼓锣钹》有感·····	131
后记·····	133

中国舞狮的起源

中国狮文化源远流长，中国舞狮起源于何时？至今还在争议中。当年听很多武林前辈讲述大同小异，归纳起来有以下几个进化阶段：

（一）若干万年前的新石器时期，古人已懂得构木为巢、洞居、钻木取火、渔猎、畜牧、种植等。那时每渔猎巨获归来，或打仗胜利归来，都进行举族狂欢庆祝。庆祝时穿戴着各种兽皮禽羽，一边击鼓引吭，一边手舞足蹈。当时穿虎豹皮的代表权威，披戴孔雀翅的象征高贵。

（二）到发明冶铜铁后，人类文明继续迈进，古人通过丰富的想象力塑造了舞龙、舞凤、舞貔貅、舞麒麟等，把它们当作神圣的吉祥物，认为舞之能赐给人类平安与吉祥。

（三）直到秦汉时代，古人通过水陆丝绸之路购获到狮皮后，逐渐把狮当成神兽；再通过木刻、石雕、泥塑、竹织与纸贴等技艺来造狮，最后舞狮取代了舞兽皮。

古人认为狮是吉祥的神兽，能驱邪逐瘟，所以从古至今舞狮长盛不衰。舞狮此艺术始于秦汉、成熟于南北朝，到唐朝时已广泛发展；在宋、明、清各朝代更是流行。

中国传统南狮

中国舞狮分南北两大派，传统南狮的发源地是佛山。南狮的形态以佛山大头狮（佛装）最为普及，鹤山的鸭嘴狮（鹤装）次之，还有英德鸡公狮和东莞麒麟狮等。南狮的形态特点是高大，突额、角钩、斑纹多彩。

狮的称谓有狮子、瑞狮、醒狮三种，狮子是南北狮的统称；瑞狮是表演时必有献瑞（瑞是吉祥，献上红绢黄字的祝颂标语或挥春）；醒狮是对狮态威武醒目的赞称。

随着日积月累的狮艺发展，南狮的艺术已达到空前的高峰。在世界赛、亚洲赛、全国赛、各省市赛中，南狮队伍新秀辈出，连获殊荣。

传统南狮的经典套路

经典套路是每个舞狮者必学的课程。经典套路包括、睡狮、出洞、行礼、出行、寻青、喜青、疑青、探青、采青、戏青、食青、醉青、吐青、回行、谢礼、入洞等套路。

南狮的表演项目很多，最常见的有：地青、高青、盘青、蜈蚣青、蛇青、蟹青、渔青、凳青、台青、桥青、高杆青、椰青，及各种自编的、具有故事情节的比赛项目；

还有带迷信色彩的“走四门”、“闯八卦阵”；还有鲜为人知的“狮贺寿”、“狮三丧”（笑丧、哭丧、怒丧）。一句话：“南狮的经典表演是丰富多彩的”。

现在的高桩狮也算是南狮的一朵艺葩，是在上世纪九十年代前后，由国外狮艺华人引进国内的一项超难度的狮艺。虽然称不上是传统南狮，但已形成了国际公认的一个比赛项目。

要学高桩狮必须要从经典套路学起，否则即使你学会了高桩狮，但经典的基础套路不懂，那你在表演场合发挥定不能随心所欲；也就是等于你会唱歌而不识简谱一样，始终没有掌握到基础知识。

舞狮与武术的关系

武谚有云：“未学舞狮、先学武术”，这是千真万确的哲理。因为舞狮腰马的稳健和肘腕的功底，必须是在学武中练习出来的。懂武术的观众，只要你留意一下舞狮者表演时的身手，你就会知道他有否学过武功；甚至你还看出他学过那门派的武功。

同是舞传统南狮，只要是不同门派就有不同的风格。如学洪拳到家的舞狮者，他定是腰马稳健，狮形威猛，肯定流露出本门武术的刚强风格。如你是学永春功夫到家